

ANNA GALUSKÁJA JOGHURTTAL ÉS GYÜMÖLCCSEL

Hozzávalók:

- 3 dl kemény állagú joghurt
- 1 alma
- 1/2 bio citrom
- 10 dag bogyósgyümölcs (fagyasztott)
- 5 dag pisztácia

Elkészítés: az almát meghámozzuk, lereszeljük, meglocsoljuk citromlével, egy kis reszelt citromhéjat adunk hozzá, és elkeverjük a joghurttal. Kanállal galuskákat formálunk, és mindegyik tányérra 2-3-at helyezünk. Elektromos keverőben elkeverjük a bogyósgyümölcsöt (lehet más gyümölcs - tetszés szerint). A tányérra helyezett galuskák mellé teszünk belőle, és mentalevéllal díszítjük.

--

CSIRKESÜLT TITOKZATOS FŰSZEREKBEN

Hozzávalók:

- 1 kisebb csirke
- 3 kanál víz
- 2 kanál narancslé
- 1 kanál balzsamecet
- só

A fűszerkeverékhez:

- 1 kiskanál instant kávé
- 1 kiskanál kakaó
- 1 kiskanál cukor
- 1/4 kiskanál fahéj
- 1/4 kiskanál kardamom
- 1/4 kiskanál gyömbér
- 1/4 kiskanál szerecsendió
- 1/4 kis kanál szegfűszeg

Elkészítés: a felsorolt fűszereket elkeverjük, hozzáadjuk a vizet, narancslét, ecetet és sót. A csirkét jól bedörzsöljük, és fedő alatt legalább egy órán át hűtőszekrényben pácolni hagyjuk. Sütőben megsütjük. Sütés közben csirkehúslevessel vagy forró vízzel többször meglocsoljuk.

--

JEGESKÁVÉ BANÁNNAL

Hozzávalók:

- 3 dl kávé
- 3 banán
- 5 dag darált mandula
- 1 kanál cukor
- fahéj, szerecsendió
- jégkocka (összezúzott állagú)

Elkészítés: robotgépben elkeverjük a lehűtött kávé, a felvágott banánt, mandulát és az összezúzott jeget. Elkeverjük és azonnal tálaljuk.

--

NYERS KOCKA

Hozzávalók:

- 10 dag dió
- 10 dag mandula
- 10 dag datolya vagy mazsola
- 1 kiskanál instant kávé
- 1 kanál forró víz
- 3 kanál kakaó
- 1/2 tasak vaníliás cukor

Elkészítés: a darált diót és mandulát elektromos keverőben elkeverjük, hozzáadjuk a (datolyát, mazsolát), egy kanál vízben elkevert instant kávé, a vaníliás cukrot és a kakaót. A masszát jól kikeverjük, majd kézzel is jól átgyúrjuk. Fóliával kibélelt kisebb sütőbe kinyújtjuk, erősen lenyomkodjuk, és lefedve hűtőbe tesszük. A desszertet kisebb kockákra vágjuk és tálaljuk.

--