

TÚRÓKRÉM DIÓVAL

Hozzávalók:

- 25 dag túró
- 15 dag juhsajt
- 1/2 kávéskanál őrölt köménymag
- 2 gerezd fokhagyma
- 2 kanál szilvapálinka
- bors
- 5-6 kanál joghurt
- 8 dag dió

Elkészítés: a köménymagot leöntjük a pálinkával, és fél órán át állni hagyjuk. A juhsajtot lereszeljük, és elkeverjük a túróval és joghurttal. Hozzáadjuk az őrölt köménymagot, aprított fokhagymát és a borsot. 10 feles dióbél kivételével a diót apróra vágjuk, és hozzávegyítjük a krémhez. A feles dióbéllal díszítjük, és teljes őrlésű vagy rozskenyérral kínáljuk.

--

TELJES ŐRLÉSŰ TÉSZTA BROKKOLIVAL ÉS DIÓVAL

Hozzávalók:

- 35 dag teljes őrlésű tészta (metélt, makaróni, spagetti...)
- 60 dag brokkoli
- 10 dag dió
- bors, só
- 1 kanál olaj

Elkészítés: a tésztát *al dente* megfőzzük és leszűrjük. A brokkolit külön megfőzzük. Az olajat egy serpenyőben felmelegítjük, majd ráhintjük a brokkolit és a durvára darabolt diót, valamint a forró tésztát. Elkeverjük, szükség és ízlés szerint borsozzuk és sózzuk.

--

ÜNNEPI ŐSZI LEVES

Hozzávalók:

- 1 db sárga tök (kb. 1,5 kg)
- 2 alma
- 2 kanál olaj
- bors, só
- friss zsályalevél
- 8 dl csirkehúsleves lé
- 5 dag pirított mogyoró
- 1 kanál mogyoróolaj

Elkészítés: a tököt meghámozzuk és kockára vágjuk. Kockára vágjuk az almát is. Mindkét összetevőt fóliával bélelt sütőlapra helyezük, leöntjük olajjal, borsozzuk és sózzuk. Sütőben

megsütjük. A sütés vége felé hozzáadjuk a zsályalevelet. A megsült tök-alma keveréket turmixoljuk, hozzáadjuk a leveshez, felforraljuk. Tálalás előtt mogyoróolajat csepegtetünk rá (helyette olívaolajat is használhatunk), és meghintjük durvára vágott mogyoróval.

--

SÁRGARÉPA PÜRÉ MOGYORÓVAL

Hozzávalók:

- 45 dag sárgarépa
- 2 burgonya
- 2 kanál olaj
- 1 gerezd fokhagyma
- 10 zöld olívbogyó (vagy ízlés szerint)
- 5 dag pirított mogyoró
- kevés narancshéj
- só

Elkészítés: a sárgarépát és a burgonyát megfőzzük. Egy kanál olaj hozzáadásával pürét készítünk. A mogyorót felaprítjuk, hozzáadunk egy kiskanál reszelt narancshéjat, felvágott olívbogyót, finomra aprított fokhagymát és a megmaradt olajat.

--

MOGYORÓS SÜTEMÉNY

Hozzávalók:

- 25 dag tönkölybúzaliszt
- 1 sütőpor
- fahéj, szegfűszeg
- 2 tojás
- 2 dl író
- 10 dag cukor
- 3 kanál repceolaj
- 1 vanília
- 20 dag hámozott körte
- 8 dag aprított, pirított mogyoró

Elkészítés: a tojást, író, olajat, cukrot, vaníliát elkeverjük. Hozzáadunk 10 dag turmixolt körtét, a sütőporral és fűszerekkel átszitált lisztet, 10 dag kockára vágott körtét és apróra vágott mogyorót. Kikent és zsemlemorzsával meghintett tepsibe öntjük, és megsütjük. Muffint is készíthetünk.