

PAPRIKIN NAMAZ S SKUTO

Sestavine:

- poper (1 ščepec)
- peteršilj (5 vejic)
- oljčno olje (1 dl)
- paprika v prahu (1 žlička)
- skuta (250 g)
- česen (2 stroka)
- čebula (1 kos)
- rdeča paprika (1 kos)

Priprava:

Papriko razpolovimo, dobro operemo in ji odstranimo semena. $\frac{1}{2}$ čebule, $\frac{1}{2}$ paprike, česen, papriko v prahu in oljčno olje zmiksamo gladko v univerzalnem mešalcu. Preostalo polovico paprike in čebule pa sesekljamo na zelo drobne koščke. Nasekljamo še peteršilj in vse skupaj s skuto dobro premešamo. Popramo ter postrežemo kot namaz.

PROSENA KAŠA S PEČENIMI JABOLKI

Sestavine:

- 4 jabolka
- maslo (za namastitev pekača)
- 1 žlička sladkorja
- 2 žlici limoninega soka
- 1 žlička cimeta
- 1 l mleka
- 200 g prosene kaše
- 30 g masla

Priprava:

Proseno kašo preberemo, stresemo v cedilo, speremo pod vročo vodo in dobro odcedimo. V kozici zavremo mleko. V vrelo mleko dodamo malo masla, sladkor in odcejeno kašo. Ko kaša zavre, temperaturo nekoliko znižamo in jo počasi kuhamo še približno 20 minut, da se zmehča. Med kuhanjem kašo nekajkrat premešamo in po potrebi prilijemo tudi malo mleka. Med kuhanjem kaše v pečici spečemo jabolka. Pečico segrejemo na 180 stopinj Celzija. Jabolka operemo in jim odstranimo pecelj in peščišče. Razrežemo jih na krhle. Manjši pekač dobro namastimo z maslom. V pekač stresemo jabolčne krhle in jih prelijemo z limoninim sokom ter potresemo s sladkorjem in cimetom. Pekač za približno 20 minut potisnemo v ogreto pečico, da se jabolka zapečejo in zmehčajo. Po potrebi med pečenjem v pekač prilijemo malo tople vode.

Kuhano kašo serviramo na krožnike, obložimo s pečenimi jabolčnimi krhli in postrežemo.

ZDRAVI PIŠKOTI IZ TREH SESTAVIN

Sestavine:

- 2 banani
- skodelica ovsenih kosmičev
- pol skodelice mletih ali zdrobljenih mandljev (po želji lešnikov, orehov, rozin,...)

Priprava:

Najprej z vilico dobro zmečkamo dve banani, da nastane rumeno rjava kaša za dojenčke. Nato ji dodamo skodelico ovsenih kosmičev in polovico skodelice mletih ali zdrobljenih mandljev. Vse skupaj dobro premešamo, nato pa z žličko zajemamo nastalo maso in jo odlagamo na papir za peko. Pečemo v ogreti pečici 15 minut na 170 stopinjah.

Najboljši so takoj, ko se malo ohladijo, saj so znotraj še topli zunaj pa lepo hrustljavi.