

Võileivatordipallid

pool paprikat

pool hapukat õuna

1 marineeritud kurk

100 g sinki

200 g toorjuustu

1 dl riivjuustu

soola, musta pipart

2 sl sidrunimahla

4 rukkileivaviilu

PEALE:

1 pott murulauku

1 pott peterselli

1 pk (22 g) jahvatatud paprikat
serveerimiseks kokteiltikke
või väikesi muffinivorme

Poolita paprika ja eemalda seemned. Koori õun ja eemalda südamik. Haki paprika, õun, kurk ja sink üsna peeneks. Sega hulka toor- ja riivjuust. Maitsesta soola, pipra ja sidrunimahlaga.

Eemalda leivaviiludelt koorik. Haki leib või töötle köögikombainiga peeneks ning sega teiste ainete hulka.

Pane 20–30 minutit külmkappi, et segu taheneks.

Vormi segust 1,5–2 cm pallid. Haki murulauk ja petersell peeneks, sega läbi ja pane taldrikule. Veereta palle ürdisegus ja jahvatatud paprikas.

Serveeri tiku otsa torgatuna või väikestes muffinivormides.

PALLID VÕID VAREM VALMIS TEHA, AGA VEERETA ÜRTIDES VAHETULT ENNE SERVEERIMIST, SIIS ON NEED VÄRSKEMA VÄLIMUSEGA. LEIVAKS VALI PEHMEMA SISUGA RUKKILEIB, RÖSTLEIB HÄSTI EI SOBI.



Juurviljakrõpsud ja tzatziki

1 punane peet
1 kollane peet
1 bataat
3 eri värvi porgandit

2–3 maapirni
soola
1–2 sl õli

TZATZIKI:
pool pikka kurki
250 g Kreeka jogurtit
1 sl oliiviõli
1–2 küüslauguküünt
soola, musta pipart

Koori juurviljad ja lõika hästi õhukes-
teks viiludeks näiteks mandoliinriivi
või terava noaga. Tärgliserikkaid vilju,
nagu bataati ja kartulit, leota peale
viilutamist külmas vees 15–20 minutit,
et tärglis eralduks. Loputa hoolikalt.


Kuivata juurviljaviilud ja tõsta
kaussi, lisa veidi soola, sega läbi ja jäta
15 minutiks seisma. Pane punapeedid
eraldi kaussi, et nad teisi köögivilju ei
värviks. Nõruta ja kuivata majapida-
mispaberiga võimalikult kuivaks, sega
õliga läbi.

Tzatziki valmistamiseks riivi kurk
jämedalt, pane sõelale ja puista peale
soola. Lase 10–15 minutit seista ja pigis-
ta seejärel hästi kuivaks. Sega jogurti

hulka õli, purustatud küüslauk ja kurk.
Maitsesta soola ja pipraga. Pane külm-
kappi maitsestuma.

Kuumuta ahi 100 kraadini. Pane
juurviljaviilud ühe kihina küpsetuspa-
beriga kaetud ahjuplaadile, tõsta plaat
ahju keskossa ja küpseta 30 minutit.
Tõsta kuumust 125 kraadini, pööra vii-
lud ümber ja küpseta veel 40–45 minu-
tit või kuni need on krõbedad. Viimase
15 minuti jooksul vaata aeg-ajalt ahju,
et krõpsud ära ei kõrbeks. Keera plaati
vahetevahel ümber, et küpsemine
oleks ühtlane.

Võta ahjust ja lase jahtuda. Serveeri
koos tzatziki või muu meelepärase
dipikastmega.



MIDA KIREVAM
JUURVIILJADE KOOSLUS,
SEDA ISUÄRATAVAM JA
KÄ TERVISLIKUM SEE ON.



Krõbedad lillkapsaampsud



pool keskmist lillkapsast

3 dl panko paneerimishelbeid

1,5 dl peenelt riivitud
parmesani

2 muna

1 sl hakitud peterselli

soola

serveerimiseks *marinara-*
kastet (vt lk 44)

Kuumuta ahi 225 kraadini. Kata ahjuplaat küpsetuspaberiga. Sega ühes kausis panko, riivjuust ja sool. Klopi teises kausis munad lahti.

Eralda lillkapsas õisikuteks. Kasta õisikud esmalt munasse ja raputa liigne ära. Siis kasta panko-juustu-segusse. Jälgi, et õisikud on üleni kaetud, vajadusel suru segu käega tihedalt külge.

Tõsta õisikud ahjuplaadile ja küpseta 20–25 minutit, kuni need on kuldpruunid ja krõbedad. Puista peale hakitud peterselli ja serveeri koos *marinara*-kastmega.

PROOVI KA NII: VEERETA ÕSIKUID RIIVJUUSTUS
JA KEERA IGA ÕSIKU ÜMBER TIHEDALT PEEKONIVIIIL.
KÜPSETA NII NAGU RETSEPTIS KIRJAS. ▶▶▶



Laste lemmikud – **Kirju Koera pallid**



- 1 pakk (180 g) heledaid vormiküpsiseid
- 150 g marmelaadikomme
- 100 g võid
- 2 sl piima
- 1 sl suhkrut
- 2 sl kakaopulbrit + 0,5 dl veeretamiseks
- 1 dl hakitud pähkleid

Murenda küpsised kaussi üsna peeneks ja ühtlaseks puruks. Lisa hakitud marmelaadikommid.

Sulata või, sega hulka piim, suhkur ja kakaopulber. Lase käesoojaks jahtuda. Kalla küpsisemarmelaadisegule, sega läbi ja pane umbes 30 minutiks külmkappi, et segu veidi tahkuks.

Vormi massist 2–3 cm pallid, veereta kakaos või/ja pähkli purus. Hoia serveerimiseni külmkapis.

SERVEERI PALLE PULGAKOOKIDENA,
TIKU OTSAS VÕI VÄIKESTES
KOMMI- VÕI MUFFINIVORMIDES.



