



Menu

Alkuruokana on värikästä paahdettua salaattia vinegretillä, pääruokana kasvispitoinen kurpitsalasangne ja jälkiruokana kuohkea luumutiramisu.

TARVITTAVAT AINESOSAT

1x myskikurpitsa
1x kesäkurpitsa
2x sipulia (salotti- tai keltasipuli)
2x valkosipulin kynttä
250 g eri värisiä kirsikka- tai luumutomaatteja
1 pieni kiinankaali (violetti tai vihreä)
1 pss salaattia (jää-, frisee- tai muu haluamasi rapea salaatti)

250 g mascarponea
2 dl juustoraastetta (esim. mozzarella tai pizzajuusto)
7 dl maitoa
1 kananmuna
25 g voita

2-4 rkl oliiviöljyä
2-4 rkl valkoviini-, vadelma- tai omenaviinietikkaa tai balsamicoa
1-2 rkl hunajaa tai vaahterasiirappia

1/2 paketti lasagnelevyjä
1/2 paketti savoijardikeksejä
200 g kuivattuja luumuja
2 dl valmista suodatinkahvia tai pikakahvia
4 rkl vehnäjauhoa
120 g tomaattipyreetä

1 tl paprikajauhetta
1 tl cayenepippuria tai chilirouhetta
1/4 tl muskottipähkinää
1 rkl leivontaan tarkoitettua kaakaojauhetta
1 tlk kikherneitä suolaliemessä
4 rkl hunajalla maustettuja pähkinöitä
suolaa
mustapippuria





RESEPTIN VALMISTAMISEKSI
TARVITSET TAVANOMAISIA
KEITTIÖVÄLINEITÄ, KUTEN

2 kattilaa
paistinpannun
uunivuoan
lastan, kauhan, vispilän
sauvasekoittimen tai blenderin
sähkövatkaimen
kulhoja
leikkuulaudan
veitsiä



Sairaanhoidajat