

Inicjatywa Warszawska - potrafimy również świetnie gotować!

CIASTEczKA CYNAMONOWE

Składniki:

- 2 jabłka
- 1/5 szklanki oleju
- 1 szklanka cukru
- 1/2 paczki cynamonu/przyprawy do piernika
- 4 szklanki płatków owsianych
- rodzyнки, ewentualnie orzeszki

Miksujemy wszystkie składniki poza płatkami owsianymi i rodzyнками, następnie formujemy kulki i pieczemy aż się zarumienią i będą twarde.

PASTA Z SOCZEWCY

Składniki:

- 1 pietruszka
- 1/4 niedużego selera
- 1/2 pora
- 1 mała cebula
- 1 łyżka oliwy
- przecier pomidorowy
- sól, pieprz, majeranek, oregano

Soczewicę i jarzyny ugotować w osolonej wodzie z dodatkiem majeranku. Posiekaną cebulę podsmażyć na oliwie z pieprzem i oregano. Wszystko razem połączyć i zmiksować. Dodać do smaku kilka łyżek przecieru pomidorowego, w razie potrzeby doprawić, wymieszać i gotowe!

CIASTO CZEKOLADOWE

Składniki:

- 1,5 szklanki mąki
- 1 szklanka cukru
- łyżeczka sody
- 3 łyżki kakao
- aromat waniliowy
- łyżka octu
- 6 łyżek oleju
- szklanka zimnej wody

Mieszamy suche składniki widelcem. Po dokładnym wymieszaniu robimy 3 dziurki (wgnębienia) i wlewamy: aromat waniliowy do jednej, ocet do drugiej i olej do trzeciej. Całość zalewamy wodą i mieszamy. Wlewamy do formy (najlepiej wyłożonej pipapierem do pieczenia) po czym wstawiamy do piekarnika na ok. 40minut (lepiej sprawdzić później patyczkiem czy się dopiekło w środku) i pieczemy w temperaturze ok 180-190°C.

SOS SŁONECZNIKOWY

Składniki:

- mała paczka słonecznika,
- ok. łyżeczki soku z cytryny,
- 1-2 ząbki czosnku,
- pół szklanki oleju,
- odrobina musztardy,
- cukier, sól

Słonecznik zalewamy gorącą wodą i zostawiamy na parzenie minut. Dodajemy czosnek, sok z cytryny, musztardę, sól i cukier. Wszystko miksujemy do uzyskania jak najbardziej jednolitej masy (w razie potrzeby dolewamy wody). Cały czas miksując, powoli wlewamy olej. Gotowe.

WERSJA KOKOSOWA: zamiast kakao sypiemy 2 łyżki kawy zbożowej, a po wymieszaniu wszystkiego (łącznie ze składnikami 'mokrymi') sypiemy ile dusza zapagnie wiórków kokosowych. Lepiej wtedy pasuje aromat migdałowy (płatki migdałowe również można wsypać).

WERSJA CYNAMONOWA: mała łyżeczka cynamonu zamiast kakao, można zrobić z wiórkami, płatkami migdałowymi lub sezamem.