

# RETSEPTID

Jaanuaris 2016

## JAANIKAUNAJAHU BROWNIE'D

250 ml **täisterajahu**  
250 ml **kaerahelbejahu**  
250 ml tükeldatud **kreeka pähkleid**  
120 ml **kookusõli** (võib kasutada ka päevalilleseemneõli)  
250 ml **vahtrasiirupit** (võib kasutada ka mett, aga maitse on natuke erinev)  
170 ml **kookospiima** (võib kasutada ka sojapiima)  
1 tl **soola**  
1 tl **kakaopulbrit**  
125 ml **jaanikaunapulber**



1. Sega kausis esimesed 3 koostisainet
2. Pane kõik ülejäänud koostisosad köögikombaini ja sega korralikult
3. Sega kõik kokku ühtlaseks massiks
4. Võta küpsetusvorm ning määri põhi vähese kookosõliga
5. Vala segu vormi ja pane 190-kraadisesse ahju. Küpseta 15 minutit. Alanda temperatuuri 180 kraadile ning küpseta veel 15 minutit. Kui ahi pealt rohkem kõrvetab, võib segu katta fooliumpaberiga. Oluline on mitte üle küpsetada! Kahvliga proovides peab kahvel puhtaks jääma.
6. Kui kook on valmis, võta see ahjust välja ja lase enne lõikamist korralikult ära jahtuda.

## OA KOTLETID

2 keskmist **sibulat**  
1 **küüslauguküüs**  
3 **muna** (või 3 tl munaasendajat+6 teelusikatäit vett)  
**soola**  
**viiepipra segu**  
2 peotäit **keedetud ube**  
et tainas liiga vedel ei oleks, lisada **riivsaia** (pärmihelbed)



Plenderis purustada sibulad ja küüslauk, lisada munad ja maitseained ning oad. Plenderdada natuke. Vajadusel segada juurde riivsaia (soovi korral võib riivsaia asendada pärmihelvestega).