

Retseptid

November 2016

SOE VALGE KASTE

400 g **kookospiima**
natuke üle poole tl **soola**
näpuotsaga **pipart**
sibulapulbrit
1/2 sl **sidrunimahla**

Sega, keeda 4-5 minutit keskmisel kuumusel.

MAGUSTOIDU KORVIKESED

1 dl **toortatrajahu**
1 dl **kaerahelbejahu**
1 spl **linaseemnejahu**
5 spl **vett**
4 spl **õli**
2 spl **mett**
natuke **soola**

Kõik ained segada, veeretada pallid, suruda muhvini vormidesse (saab 8 korvikest) ja küpsetada 170° C juures umbes 15 minutit

Kui korvikesed on küpsenud, lasta jahtuda. Jahtunud korvikestesse panna puuvilja tükikesed ning kaunistada **kookospiima** vahukoorega (kõige rasvasem, vedelik ära valatud ja vähemalt 2 tundi hoida külmkapis enne vahustamist), millesse on natukene lisatud vanillisuhkrut ja toor roosuhkrut.

FALAFEL

Sega kausis kokku:

2 tassitäit (500 ml) keedetud ja puruks pressitud **kikerherneid**
1 suur **sibul** (tükeldatud)

Pane köögikombaini:

250 ml tükeldatud värsket **peterselli**
1 spl **sidrunimahla**
1 tl **soola**
1,5 tl purustatud **köömneid**
1 tl **paprikapulbrit** (mitte kibedat) või pool värsket punast tükeldatud **paprikat**
125 ml **vett**
2 spl **seesamiseemnepastat** või **maapähklivõid**
2 tl **sibulapulbrit**
1,2 tl **koriandripulbrit**
4 **küüslauguküünt**
(võib panna ka 1 riivitud **porgandi**)

1. Lisa mikserdatud koostisosad kikerhernestele ja sibulale. Sega kokku ühtlaseks massiks. Võib segada nii käsitsi kui ka köögikombainis.
2. Lisa segule nii palju **odrajahu**, et oleks võimalik vormida pallikesed.

3. Tee paraja suurusega pallid, pane need ahjuplaadile ja küpseta 180 kraadi juures 30-40 minutit, kuni nad on ilusad kuldpruunid.