

MARJARAHKA 200 annosta / 2 dl

17 kg maitorahkaa
6 kg maustamatonta jogurttia
1 kg sokeria
vaniljasokeria
15 kg mansikoita ja mustikoita

viereen tarjoiluun:

0,7 kg kaurahiutaleita
0,7 kg auringonkukan siemeniä

Sekoita rahkan ainekset keskenään. Sekoita myös myslin ainekset keskenään ja aseta tarjolle rahkaan lisättäväksi.

* Sokeria lisätään maun mukaan. Rahka on helppo valmistaa, kun ainekset sekoitetaan keskenään. Maku on raikas.

* gluteeniton, kun käytetään puhdaskaurahiutaleita

KESÄINEN RAEKUURO 200 annosta / 2 dl gluteeniton

15 kg vaniljajogurttia
5 kg raejuustoa
20 kg marjoja
1 kg sokeria

Sekoita kaikki ainekset keskenään.

* Helppo valmistaa, kun ainekset tarvitsee vain sekoittaa keskenään. Sokeria lisätään maun mukaan. Raejuusto tekee rakenteesta mukavantuntuisen.

TERVEYSPOMMI 200 annosta / 2 dl

20 kg maustamatonta jogurttia
8 l mehutiivistettä
1 l kauralese
10 kg marjoja
5 dl hunaja
2 dl pellavansiemeniä
Mysliä tarjolle terveyspommiin lisättäväksi.

Kaikki aineet sekoitetaan keskenään sauvasekoittimella.

* Terveyspommi voidaan asettaa tarjolle joko valmiiksi kaadettuna juomana tai kannuista itse kaadettavaksi. Väri on kaunis ja maku on voimakkaampi seuraavana päivänä. Lisää sokeria maun mukaan.

VOIMALISÄKE gluteeniton, maidoton

1 kg punasipuliviipaleita
2 kg punajuuruisuikale ohut
3 kg punakaalisuikale
2 kg mustikoita ja puolukoita
3 dl ruokaöljyä
2 dl hunajaa

Marinoidi yön yli muut paitsi marjat. Aseta salaattipöytään kylmänä.

* Marinoidut tuotteet eivät ole aamulla kovinkaan houkuttelevan värisiä. Kun annokseen lisätään marjat ja vähän herneenversoa, lisäkkeestä tulee kauniin näköinen. Linjastoon on hyvä laittaa tuoteseloste, joka kannustaa maistamaan.

TYRNI-KASVISKEITTO 50 annosta / 3.5 dl gluteeniton, maidoton

9 kg naurista / porkkanaa / perunaa
1 kg sipulia
8 l vettä
1 dl maissitärkkelysjauhoja
suolaa
4 dl tyrnimehua
8 dl kaurakermaa

Keitä pilkotut kasvikset vedessä ja soseuta. Lisää maissitärkkelysjauho soseutettuun keittoon ja kiehauta. Lisää viimeiseksi mukaan tyrnimehu ja kaurakerma.

TATTARI-PORKKANALEIPÄSET 45 kpl / gluteeniton, maidoton, munaton

8 dl porkkanaraastetta
8 dl tattarihiutaleita
8 rkl ruokaöljyä
1 tl suolaa
6 dl riisimaitoa / vettä

Lisää päälle ennen paistoa mustikoita, pellavan- tai auringonkukan siemeniä.

Nosta kokkareita pellille. Paista 190 asteessa noin 12 minuuttia.

* Sopii esim. kokousruokailuun.

