

SPOMLADANSKO BARVIT KROŽNIK



SKUTNI KRUHKI Z ZELENJAVO

SESTAVINE ZA 4 OSEBE

150 g skute
100 g kisle smetane
sol, poper
sok ene limone
3 redkvice
½ večje kumarice

PRIPRAVA

Skuto zmešamo s kislom smetano in ji dodamo sol, poper in sok limone. Rezino polnozrnatega kruha narežemo na osem manjših kosov trikotne oblike (po dva za vsakogar). Na štiri kruhke naložimo skuto in nanjo na drobno naribano redkvico, na druge štiri pa skuti dodamo naribane kumarice, ki jim predhodno odstranimo sredico. Tako obložene mini prigrizke postrežemo.

SPOMLADANSKI ZVITKI A LA NATURETA

Pomlad je uradno že tu in ob tej priložnosti lahko njen prihod tudi proslavite na poseben način. Zakaj si ne bi pripravili okusnega prigrizka? Na primer spomladanske zvitke.

Za dve osebi potrebujete osem riževih palačink, ki jih pripravite po navodilih proizvajalca. Nanje položite nekaj sojinih kalčkov in jih prelijte z žličko zelenjavne omake Natureta, nato pa jih čvrsto zvijete. Rižovo palačinko zvijete tako, da najprej levi rob zavihate proti nadevu, nato na enak način zavihate še spodnji in desni rob, potem pa le še tesno zavijate palačinko do konca zgornjega roba.

Zvitke naenkrat hitro ocvrite v globokem vročem olju in jih postrezite na posteljici iz sojinih kalčkov, ki ste jih polili s sojino omako. *Dober tek!*



NAMIG: za nadev lahko uporabite katero koli izmed odličnih omak Natureta, ki so pripravljene brez umetnih barvil in konzervansov, odlikujejo pa jih izbrane sestavine in bogati okusi. Mi vam predlagamo tudi izvrstno omako Vital, ki skupaj s koencimom Q 10 in L-karnitinom pomaga topiti maščobe.

Več receptov in namigov najdete na spletni strani www.natureta.si, pridružite pa se nam lahko tudi na Facebooku: <http://www.facebook.com/natureta>.