**Autor**T B
ShareTweetSaveEmail
1

Prirodan i razigran recept omamljujuć za svaki jezični pupoljak, i onaj najzahtjevniji! Pritom će i doktor biti zadovoljan zbog unosa zdravih (i finih) namirnica koje trče prema stanicama kako bi nas obasipale viškom energije! Ready, steady, go!

2

TIJESTO
Ljubičasti batat, temelj našeg tijesta, a Doktor Gugl kaže i jedna od najzdravijih namirnica zbog koje Japanci žive onoliko godina koliko je Disneyevih dalmatinaca!
Oguliti i skuhati 2 batata (približno 400 grama) te ih zatim ispasirati u pire. Dodati prašak za pecivo, prstohvat soli i papra, brašna po želji (što ga je više, manji će biti efekt ljubičaste boje koju daje batat), preporučam 100 grama.
Ako je tijesto presuho dodajte malo vode ili ulja.
Nakon miješanja, tijesto razdvojiti u kuglice veličine šake te razvaljati u krug debljine jednog centimetra.
Staviti peći 10 min na 190 stupnjeva, izvaditi iz pećnice, preokrenuti, premazati umakom, dodati ostale sastojke te peći još 10 min.



3

UMAK
Pomiješati 4 velike, pune žlice majoneze, 2-3 velike žlice meda, 2 prethodno usitnjene chilli papričice i naposljetku dodati mozzarellu.

4

Odabrane sastojke posipati po tijestu s umakom. Preporučam igranje bojama i okusima. Provjerena kombinacija koja daje na unikatnosti receptu, a istovremeno je i fantastična okusom (prošla je sve faze testiranja i svi pokusni kunići su živi i zadovoljni i traže još!):
-sitno narezana crvena i žuta paprika
-sitno narezani špinat
-bambus iz konzerve
-prethodno prepršeni indijski oraščić
-klice
Nakon pečenja, dodati svježi bosiljak i uživati u dobrom jelu i dobrom društvu (vlastitom ili tuđem)! Bon appetit!

5

.



400 g ljubičastog batata
100 g brašna
1 kom. prašak za pecivo
prstohvat soli
prstohvat papra
4 jušna žlica majoneza
23 jušna žlica med
2 kom. chilli papričica
1 mozzarella
paprika
listići špinata
bambus
indijski oraščići
klice

svježi bosiljak



NAMIRNICE

400 g ljubičastog batata
100 g brašna
1 kom. prašak za pecivo
prstohvat soli
prstohvat papra
4 jušna žlica majoneza
23 jušna žlica med
2 kom. chilli papričica
1 mozzarella
paprika
listići špinata
bambus
indijski oraščići
klice
svježi bosiljak

Način pripreme

1

Prirodan i razigran recept omamljujuć za svaki jezični pupoljak, i onaj najzahtjevniji! Pritom će i doktor biti zadovoljan zbog unosa zdravih (i finih) namirnica koje trče prema stanicama kako bi nas obasipale viškom energije! Ready, steady, go!

2

TIJESTO

Ljubičasti batat, temelj našeg tijesta, a Doktor Gugl kaže i jedna od najzdravijih namirnica zbog koje Japanci žive onoliko godina koliko je Disneyevih dalmatinaca!
Oguliti i skuhati 2 batata (približno 400 grama) te ih zatim ispasirati u pire. Dodati prašak za pecivo, prstohvat soli i papra, brašna po želji (što ga je više, manji će biti efekt ljubičaste boje koju daje batat), preporučam 100 grama.
Ako je tijesto presuho dodajte malo vode ili ulja.
Nakon miješanja, tijesto razdvojiti u kuglice veličine šake te razvaljati u krug debljine jednog centimetra.
Staviti peći 10 min na 190 stupnjeva, izvaditi iz pećnice, preokrenuti, premazati umakom, dodati ostale sastojke te peći još 10 min.



3

UMAK
Pomiješati 4 velike, pune žlice majoneze, 2-3 velike žlice meda, 2 prethodno usitnjene chilli papričice i naposljetku dodati mozzarellu.

4

Odabrane sastojke posipati po tijestu s umakom. Preporučam igranje bojama i okusima. Provjerena kombinacija koja daje na unikatnosti receptu, a istovremeno je i fantastična okusom (prošla je sve faze testiranja i svi pokusni kunići su živi i zadovoljni i traže još!):
-sitno narezana crvena i žuta paprika
-sitno narezani špinat
-bambus iz konzerve
-prethodno prepršeni indijski oraščić
-klice
Nakon pečenja, dodati svježi bosiljak i uživati u dobrom jelu i dobrom društvu (vlastitom ili tuđem)! Bon appetit!

5

.



Kandinskijev ples
NAMIRNICENačin pripreme