

Posni takosi i špagete sa keljom

Posni takosi

175 g baby kukuruza
2 glavice crvenog luka
1 crvena paprika
 $\frac{1}{2}$ kašičice semena kumina
2 kašike mediteran ulja

Salsa

2 kivija
2 paradajza
1 čen belog luka
 $\frac{1}{2}$ kašičice kuhinjske soli
 $\frac{1}{2}$ kašičice majorana
 $\frac{1}{2}$ kašičice bosiljka
 $\frac{1}{2}$ kašičice bibera šarena mešavina

Integralna tortilja

100 g integralnog brašna
60 ml vode
 $\frac{1}{2}$ kašičice kuhinjske soli

Prilog

$\frac{1}{2}$ veze peršuna
85 g crvenog kupusa

Način pripreme

Zagrejati rernu na 220°C. Na jednu polovinu pleha staviti kukuruz, crveni luk sečen na kriške i papriku sečenu na kocke. Posuti semenkama kumina i preliteri uljem. Na drugu polovinu dodati kivi i paradajz, sečene po dužini. Izvaditi paradajz i kivi, ostaviti da se ohladi, a ostalo povrće vratiti u rernu na još 10 minuta.

Za salsu očistiti kivi i paradajz od kože, zatim staviti ih u blender zajedno sa začinima, pa izbledirati.

Za integralne tortilje u posudu dodati brašno, so i toplu vodu, pa umesiti glatko testo. Prekriti krpom i ostaviti da odmori. Testo iseći na četiri dela. Radnu površinu posuti brašnom i svaki komad razvući u okruglu tortilju prečnika oko 16 cm. Peći na tiganju bez ulja. Ispečene tortilje staviti između čaša da bi se dobio oblik takosa.

Pripremljene takose puniti salsom, isečenim kupusom i sitno seckanim peršunom.



Posne špagete sa keljom

200 g integralnih pena
150 g kelja
1 čen belog luka
3 kašike semenki bundeve
3 kašike nutritivnog kvasca
1 limun
 $\frac{1}{2}$ kašičice suvog bosiljka
 $\frac{1}{2}$ veze peršuna

Dekoracija

15 g crvene paprike
15 g crvenog luka
15 g baby kukuruza

Način pripreme

Staviti posudu sa vodom da provri. Kelj kuvati 30 sekundi, ocediti i staviti u posudu sa ledenom vodom na 5 minuta. Ponovo ocediti i osušiti kuhinjskim ubrusom.

U blender staviti peršun, beli luk, semenke, nutritivni kvasac, bosiljak, limunov sok, koricu limuna i očeđeni kelj. Blendirati dok ne postane glatko. Ukoliko je potrebno, dodati malo vode u kojoj se kuvao kelj. Testeninu dodati u ključalu vodu i kuvati oko 8 minuta, a zatim procediti. Gotovu testeninu preliti sosom i poslužiti.