



## 6. RESEPTIT

Lätyt suolaisella täytteellä ja lisukesalaatti

### TYÖNJAKO

**Pari 1:** Lettutaikina ja paisto

**Pari 2:** Lettutäyte

**Pari 3:** Vihersalaatti

### LETUT SUOLAISELLA TÄYTTEELLÄ

laktoositon

10 annosta

Lettutaikina

4 kpl	Kananmunaa
8 dl	Laktoositonta maitoa
4 dl	Vehnäjauhoja
1 rkl	Sokeria
1 tl	Suolaa

Vatkaa munien rakenne rikki kulhossa. Lisää taikinaan n. 2 dl maitoa ja muut aineet ja vatkaa tasaiseksi. Lisää loppu maito ja sekoita. Anna turvota 15-20 min ja paista sitten letut rasvassa. Anna lettujen jäähtyä 5-10 minuuttia ennen täyttämistä.

Täyte

100 g	Palvikinkkua
100 g	Maustekurkkua
1 tl	Kuivattua tilliä
400 g	Laktoositonta kermaviiliä
2 rkl	Sinappia
Ripaus mustapippuria	

Valmista ensin kastike. Leikkaa palvikinkku ja maustekurkku aivan pieniksi kuutioiksi ja sekoita kaikki kastikkeen ainekset kermaviiliin joukkoon. Peitä kastike kelmulla ja nosta jääkaappiin maustumaan.



## LISUKESALAATTI

Kasvis

10 annosta

70g	Tuoretta rucolaa
100 g	Babypinaattia
¼ kpl	Valkokaalia
2 kpl	Porkkanaa
1 kpl	Pieni kurkku
250g (rasia)	Kirsikkatomaatteja

Huuhtelee ja linkoa/kuivaa salaattit mikäli ne eivät ole valmiiksi pestyjä pusseissa.

Leikkaa kaali kahteen osaan ja raasta puolikkaasta juustohöylällä ohuita suikaleita kaalia. Lisää se vihersalaatin sekaan. Kuori porkkanat, huuhtelee ja tee kuorimaveitsellä ohuita suikaleita.

Huuhtelee kurkku ja leikkaa siitä ohuita suikaleita juustohöylällä tai leikkaa veitsellä haluamasi kokoisia paloja tai suikaleita. Huuhtelee ja leikkaa kirsikkatomaatit neljään osaan.

Sekoita kaikki ainekset sekaisin kulhossa. Tarjoile lisäksi salaattikastiketta, vinegrettiä tai balsamico siirappia.