

WARSZTATY III 27.11. g. 18:00

DANIE GŁÓWNE:

Makaron ze szpinakiem rukolą
i tofu wędzonym

Składniki:

- 200g makaron penne
- sól
- gałka muszkatałowa
- czosnek granulowany
- pieprz
- 100g pomidorów
- 100g szpinak świeży
- 100g rukoli
- 100g tofu wędzonego

Potrzebne sprzęty:

- garnek
- łyżka drewniana lub silikonowa
- patelnia
- blender
- deska do krojenia

WARSZTATY III 27.11. g. 18:00

DESER:

Wegańskie babeczki czekoladowe

Składniki:

- 1 tabliczka gorzkiej czekolady
- 3 łyżki oleju rzepakowego
- 2/3 szklanki cukru
- 1/3 szklanki wody
- 1/3 szklanki kakao
- 1 szklanka mąki
- 1/2 łyżeczki proszku do pieczenia
- Szczypta soli

Potrzebne sprzęty:

- Miska
- Garnek lub rondel
- Łyżka lub trzepaczka
- Foremki na muffinki lub blacha na muffinki + papierowe papilotki
- Łyżka
- Kuchenny nóż