

WE CARE



# Kenyérsütés



## SCHÄR KENYÉR

**HOZZÁVALÓK:** 25 dkg Schär „Bread-Mix“, 1 ek útifümaghéj, 1 ek olaj, só, 3,5 ek víz, 1 cs porélesztő, olajjal megkenni a tetejét

A vizet meglangyosítom, majd az összes alapanyaggal együtt alaposan kidolgozom, sütőformába teszem, majd egy órát kelesztem. Előmelegítjük a sütőt az idő letelte után, majd 180 fokon kb 40-45 perc alatt megsütjük.



## BURGONYÁS KENYÉR

**HOZZÁVALÓK:** 25 dkg Schär „Bread-Mix“, 1 ek útifümaghéj, só, 1 cs porélesztő, 5 dl víz, kb 50 gr burgonyapehely, olaj, lenmag

A vizet meglangyosítom, majd az összes alapanyaggal együtt alaposan kidolgozom, sütőformába teszem, majd egy órát kelesztem. Előmelegítjük a sütőt az idő letelte után, megkenjük a tetejét olajjal, megszórjuk lenmaggal, majd 180 fokon kb 40-45 perc alatt megsütjük.

## KALÁCS

Az alaprecept ugyanaz, tehát a tésztát egybe is lehet csinálni, majd kelesztés után kettészedjük. Alább külön-külön leírva.

### 6-OS FONÁSOS KAKAÓS KALÁCS

**HOZZÁVALÓK:** 25 dkg Schär „Bread-Mix“, 1 cs porélesztő, 1 db tojás, 1 ek útifümaghéj, 3 dkg liga margarin, csipet só, édesítő, lehet cukrot is használni, 1 dl kókusztej (cserélhető vízre), kakaó, édesítő, olvasztott margarin, tojás

A kókusztejet meglangyosítjuk, majd az összes többi alapanyaggal együtt alaposan kidolgozzuk. Hagyjuk egy órát kelni. Ha megkelt, akkor lisztezett deszkán 3 felé osztjuk. Egyesével kinyújtjuk, majd megkenjük margarinnal, megszórjuk kakaóval és édesítővel, majd feltekerjük. A 3 rudat hosszába elvágjuk, de a felső részen marad egy kis rész, ott egybefogjuk őket, majd kettésével összecsavarjuk, összefonjuk. Betesszük formába, letakarjuk, majd egy órát még pihentetjük a hűtőben, majd lekenjük tojással és 180 fokon kb. 40 perc alatt megsütjük. Előmelegítjük a sütőt az idő letelte után, majd 180 fokon kb 40-45 perc alatt megsütjük.

### ALMALEKVÁROS KALÁCS (BÁRMILYEN MÁS JÓ)

**HOZZÁVALÓK:** 25 dkg Schär „Bread-Mix“, 1 cs porélesztő, 1 db tojás, 1 ek útifümaghéj, 3 dkg liga margarin, csipet só, édesítő, lehet cukrot is használni, 1 dl kókusztej (cserélhető vízre), tojás, margarin, lekvár

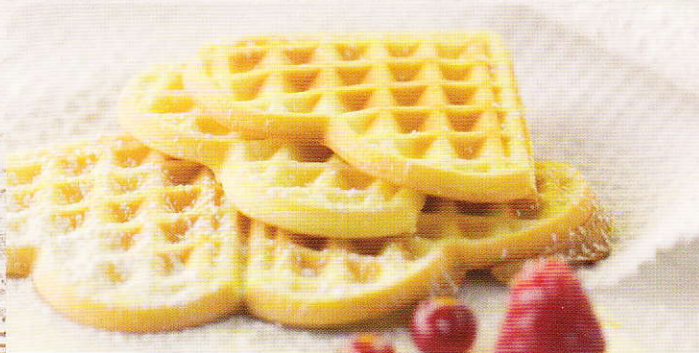
A kókusztejet meglangyosítjuk, majd az összes többi alapanyaggal együtt alaposan kidolgozzuk. Hagyjuk egy órát kelni. Ha megkelt, akkor lisztezett deszkán 3 fele osztjuk. Egyesével kinyújtjuk, megkenjük margarinnal, majd lekvárral. A három rudat egybefonjuk, kenyérformába tesszük, majd letakarjuk és egy órát még pihentetjük a hűtőbe. Megkenjük tojással és 180 fokon kb. 40 perc alatt megsütjük.

WE CARE

Schär



# Reggelik



🕒 Elkészítési idő: 15-20 perc

## GLUTÉNMENTES, LAKTÓZMENTES GOFRI

**HOZZÁVALÓK:** 250 g Schär „Mix it!”, 3 tojás, 4 ek. cukor, 2 tk. sütőpor, kevés só, 2,2 dl laktózmentes tej, 5 ek. olaj

A tojásokat habosra keverjük a cukorral, majd hozzáadjuk a csipet sót, a sütőporral elkevert lisztet és alaposan összedolgozzuk. Hozzáöntjük a tejet, közben folyamatosan kevergetjük, végül pedig az olajat is hozzáadjuk. Gofrisütőben pár perc alatt készre sütjük.



🕒 Elkészítési idő: 35 perc

## GLUTÉNMENTES, LAKTÓZMENTES TÚRÓS POGÁCSA

**HOZZÁVALÓK:** 250 g Schär „Bread-Mix”, 250 g laktózmentes túró, 250 g margarin/laktózmentes vaj, 1 tk. só, 1 tk. sütőpor.

**Kenéshez:** tojás

A hozzávalókat összegyűrjük, lisztezett deszkán ujjnyi vastagságúra nyújtjuk, majd kiszaggatjuk. Sütőpapírral bélelt tepsibe tesszük, tetejüket megkenjük tojással és 175 fokban kb. 20 perc alatt készre sütjük.



🕒 Elkészítési idő: Tészta 10 perc, Kelesztés 45 perc, Formázás 15 perc + 15 perc kelesztés a tepsiben, Sütés 23 perc

## GLUTÉNMENTES, LAKTÓZMENTES KAKAÓS CSIGA

**HOZZÁVALÓK - Tésztához:** 250 g Schär „Bread-Mix”, 30 g cukor, kevés útifűmaghéj, 4 g instant élesztő, 1,25 dl laktózmentes tej, 1 tojás, 50 g olvasztott margarin/laktózmentes vaj. **Töltelékhez:** olvasztott margarin, cukor, cukrozatlan kakaópor. **Kenéshez:** 1,5 dl laktózmentes tej, 1 csomag vaníliás cukor

A lisztet, a cukrot, az instant élesztőt és az útifűmaghéjat egy tálban alaposan összekeverjük. Beleöntjük a langyos tejet, beleütjük a tojást, hozzáadjuk az olvasztott margarint és robotgép dagasztófejével alaposan összedolgozzuk. A dagasztás után kb. 45 percig meleg helyen hagyjuk kelni. Miután megkelt, lisztezett deszkán téglalap alakúra nyújtjuk a tésztát és megkenjük a felületét olvasztott margarinnal. A cukrot és a kakaóport összekeverjük, majd a tésztára szítaljuk. Mikor egyenletesen eloszlottuk a cukorral elkevert kakaóport, szorosan feltekerjük a tésztát és a szép forma érdekében cérnával vágjuk le a csigákat. Sütőpapírral bélelt tepsibe tesszük, 15 percet így is kelesztjük, majd 175 fokban 20 percig sütjük őket. 20 perc után kivesszük a sütőből, a tetejüket meglocsoljuk egy kis vaníliás cukros tejjel és még 2-3 percre visszateszük a sütőbe.

WE CARE

Schär



# Szendvics és wrap variációk



## BRUCHETTA

**HOZZÁVALÓK:** 1 csomag Schär „Mastro Panettiere Cereali“ szeletelt többmagvas kenyér, 1 kg friss koktél paradicsom, 1 csokor bazsalikom, 2 gerezd fokhagyma, olíva olaj

A paradicsomokat apróra kockázzuk, meglocsoljuk az olíva olajjal, megszórjuk a bazsalikkal. A kenyérszeleteket ha tehetjük megpirítjuk, bedörzsöljük a fokhagymával, majd ráhalmozzuk a paradicsomot.



## CUKKINIS GOUDA SAJTOS SZENDVICS

**HOZZÁVALÓK:** 1 csomag Schär „Mastro Panettiere Classico“ szeletelt fehérkenyér, 2 kicsi cukkini, 1 csokor petrezselyemzöld, 3-4 evk olívalolaj, 20 dkg gouda sajt

Hosszában vágja vékony szeletekre a cukkinit, mindkét oldalát grillezze olaj hozzáadása nélkül locsolja meg olajjal, szórja meg felaprított petrezselyemzölddel, és pihentesse fél órát. 4 szelet Schär Classic fehérkenyeret fedjen be a cukkini szeletekkel és a felszeletelt sajttal, fedje be egy szelet kenyérrel és vágja háromszögekre.



## GÖRÖG WRAP

**HOZZÁVALÓK:** 1-2 csomag Schär „Wraps“, 4 csirke felső comb filézve vagy filézett apróra vágott csirkemell, só, bors, kakukkfű, bazsalikom, rozsmaring, saláta levelek, paradicsom, paprika, uborka, fetasajt. **Tzatzikihez:** 1 uborka, 150 g joghurt, só, bors, fokhagyma

A combokat filézzük ki és vágjuk csíkokra. Fűszerezzük sóval, borssal és a többi fűszerrel, majd süssük meg kevés olívaolajon. A zöldségeket daraboljuk fel csíkokra, a sajtot kockára. A tzatzikihez hámozzuk meg az uborkát, reszeljük le, majd nyomjuk ki a levét. Keverjük össze a joghurttal, sózzuk és borsozzuk, nyomjunk hozzá ízlés szerint egy kis fokhagymát.



## EGYSZERŰ SONKÁS-SAJTOS WRAP

**HOZZÁVALÓK:** 2 csomag Schär „Wraps“, Philadelphia sajtkrém, csirkemell sonka, bacon, füstölt sajt, fejes saláta levelek

A wrapokat megkenjük Philadelphia sajtkrémmel, beborítjuk salátalevelekkel és rászórjuk az apróra kockázott hozzátevőket. Óvatosan feltekerjük a wrapokat.

# Torták és sütemények



## MIRINDA SZELET

**HOZZÁVALÓK - Piskóta:** 4 ek gluténmentes Schär „Mix Pâtisserie“, 6 db tojás, édesítő, 2 ek cukrozatlan kakaópor, 6 ek víz, 1 cs sütőpor. **Túrókrém:** 25 dkg laktózmentes túró, 2,5 dl tejszín - cukor és laktózmentes, édesítő, reszelt citromhéj, citromlé. **Gyümölcsös zselé:** 2 cs vanília pudingpor - gluténmentes - haas, édesítő, 1 üv (0.75 l) san benedetto narancslé (szénsavas)

A tojásokat ketté választjuk, majd a fehérjét kemény habbá verjük. Majd fokozatosan hozzá adunk mindent, és kikeverjük. Előmelegített sütőben kb. 15-20 perc alatt 180 fokon megsütjük. A tejszínt felverjük az édesítővel félig, majd hozzá adjuk a túrót, reszelt citromhéjat és citromlevet, kikeverjük. Majd a megsült és kihűlt piskótára teszszük. A narancslében megfőzzük a pudingokat, majd még melegen rátesszük a túrórétegre, majd 4-5 óra a hűtőbe tesszük, hogy jól lehűljön. Jó étvágyat!



## TIRAMISU KEHELY

**HOZZÁVALÓK:** 20 dkg Schär „Maria“ keksz, 1 dl kókuszkrém, 3 db tojás, édesítő, kávé, 20 dkg laktózmentes camping sajtkrém, cukrozatlan kakaópor

A tojásokat kettéválasztjuk. A fehérjét kemény habbá felverjük. A sárgáját kikeverjük az édesítővel, majd hozzákeverjük a sajtkrémet, végül egybe keverjük a tojásossal. A kelyhek aljára kekszet teszünk, megöntözzük kávéval, majd jön a tojásos krém, erre ismét keksz, majd kávé, kókuszkrém, tojásos krém és végül megszórjuk cukrozatlan kakaóporral. Betesszük a hűtőbe, hogy jól lehűljön és összeálljon.



## GESZTENYÉS - CSOKIHABOS TORTA

**HOZZÁVALÓK - Alap:** 25 dkg gesztenyemassza-natúr, édesítő, pici tejszín - laktózmentes, 2 ek kókuszreszelék, 1 cs Schär „Maria“ keksz. **Krém:** 4 dl tejszín - laktózmentes, cukormentes, 1 cs zselatinfix, 2 ek kakaópor - cukrozatlan, édesítő. **Tetejére:** kókuszreszelék, kakaópor - cukrozatlan

Az alap összetevőit alaposan összegyűrjük, majd egy kapcsos formába tesszük, és szétlapítjuk úgy, hogy a széleire is kerüljön. Ezt betesszük a hűtőbe állni fél - egy órát. (ha nincs rá idő, akkor nem baj). Majd felverjük a tejszínt kemény habbá, hozzáadjuk az édesítőt, kakaóport és zselatinfixet. Majd a habot beletesszük a torta közepébe, elsimitjük, majd megszórjuk kókuszreszelékkel és kakaóporral. Betesszük a hűtőbe, hogy alaposan összeálljon.

WE CARE



# Szendvicsskrém



## FÜSTÖLT SAJTOS RÉPAKRÉM

**HOZZÁVALÓK:** 1 csomag Schär „Mastro Panettiere Vital” szeletelt többmagvas kenyér, 4-5 db közepes sárgarépa, 20 dkg füstölt sajt, kb. 1 dl majonéz, kb. 1 dl tejföl, só, fokhagyma

A répákat lereszeljük, besózzuk és kb. 10 percet állni hagyjuk. A sajtot is lereszeljük. A tejföl és a majonézt összekeverjük, az egyik gerezd fokhagymát belereszeljük. A répát kinyomkodjuk és a sajttal együtt belekeverjük. A hűtőben egy-két órát érleljük, majd a kenyérszeletekre kenjük.

## TÖKMAGOS KUKORICA PÁSTÉTOM

**HOZZÁVALÓK:** 10 dkg tökmag, 20 dkg konzerv, cukormentes kukorica, só, bors, fokhagyma granulátum, 3 evk tökmagolaj, 3 evk olíva olaj

Az aprítógép tartályába teszem a picit szárazon piritott tökmagot, a kukoricát, az olajokat, sózom, borsozom és addig turmixolom, amíg egynemű krém lesz belőle. Lehet bazsalikommal vagy petrezselyemmel, fokhagymával fűszerezni.

## FÜSZERES ZÖLDSÉGES LENCSEPÁSTÉTOM

**HOZZÁVALÓK:** 30 dkg lencse, 2 db kisebb sárgarépa, 1 fej hagyma, 2 gerezd fokhagyma, 3 dl zöldségalaplé, 1 db babérlevél, 1 kicsi petrezselyemgyökér, 1 csokor petrezselyemgyökér, só, bors, gyömbér, kakukkfű, rozsmaring, bazsalikom

A lencsét a babérlevéllel, a felkarikázott zöldségekkel a zöldségalaplében puhára főzöm (az a jó, ha felszívja a folyadékot). A hagymát, fokhagymát kevés olívaolajon megpárolom és a főtt lencséhez adom. Fűszerezem ízlés szerint és merülő mixerrel egynemű krémmé turmixolom.

WE CARE

Schär



# Tészta ételek



## TÉSZTA PIRÍTOTT FOKHAGYMA-KRÉMMEL

**HOZZÁVALÓK - Tésztához:** 0,5 kg Schär tészta, 10 dkg fokhagyma (2-3 fej), 10 dkg vaj, 5 dkg parmezán, 2 evőkanál balsamecet, 5 dl tejszín, 1 csokor friss bazsalikom, 1 késhegynyi frissen reszelt szerecsendió, só és frissen őrölt bors

A fokhagymagerezdeket megpucoljuk, a vajat pedig mérsékelt tűzön kevergetve megolvasztjuk egy 30 cm átmérőjű, 8 cm magas peremű teflonserpenyőben. Beledobjuk a fokhagymát, jól elkverjük, aztán kb. 15 perc alatt, lefedve aranybarnára puhítjuk a gerezdeket. Közben néha átkavarjuk őket, de nem kell gyakran. Ezalatt egy nagy fazékban bő 4 liter vizet forralunk a tésztának, megsózzuk, és ha forr, kifőzzük benne a tésztát. Közben megreszeljük a parmezánt. A megpuhult fokhagymáról levesszük a fedőt, rákanalazzuk a balsamecet, és nagy lángon szűk 1 percig kevergetjük. Így az ecetből elforraljuk a szúrós, savas ízt. Ezután a fokhagymát a balsamecetes-vajas keverékkel együtt átöntjük egy turmixgépbe, hozzáadjuk a tejszínt és a parmezánt, majd az egészet simára pépesítjük, megsózzuk-megborsozzuk, és megfűszerezünk szerecsendióval. Máris kész a mártásunk. Tálalás előtt a megfőtt tésztát leszűrjük, és belefördítjük abba a serpenyőbe, amelyben korábban a fokhagymát sütöttük. Hozzákeverjük a mártást, és nagy lángon, szűk 1 perc alatt kevergetve összeemelegítjük vele, aztán megszórjuk apróra vágott, friss bazsalikkal. Ha túl sűrűnek találjuk az ételt, hozzáadunk 1-2 merőkanálnyit a tészta főzővizéből is.



## FRISS ZÖLDPESTÓS GNOCCHI

**HOZZÁVALÓK:** 2 tasak gluténmentes Schär „Gnocchi“, 5 dkg bazsalikomlevél, 1 dl lágy ízű, extra szűz olívaolaj, 6 evőkanál parmezán, 2 gerezd fokhagyma, 2-3 evőkanál fenyőmag, durva tengeri só

Mossuk meg a bazsalikomot, szárítsuk meg, reszeljük le a sajtot, pirítsuk meg száraz serpenyőben a fenyőmagot. Tegyük mindent az aprítógép tartályába és aprítsuk addig, míg egynemű, krémet kapunk. Főzzük ki a gnocchikat a tasakon lévő utasítás alapján és keverjük össze még forróan a friss pestóval.



## TÉSZTA NÉGYSAJT-MÁRTÁSSAL

**HOZZÁVALÓK:** 0,5 kg Schär gluténmentes tészta, 4 gerezd fokhagyma, 10 dkg pecorino sajt, 5 dkg trapista sajt, 1 marék friss bazsalikoom, 4 evőkanál olíva olaj, 5 dkg gorgonzola sajt, 25 dkg mascarpone, 2 dl tejszín, só és frissen őrölt bors, 1 késhegynyi reszelt szerecsendió

Megpucoljuk a fokhagymát, finomra reszeljük, megreszeljük a pecorinos és parmezán sajtot, a reszelő nagylyukú részén, a bazsalikomot, megmossuk, megszárlítjuk és apróra vágjuk. A mártáshoz: az olívaolajon mérsékelt tűzön megfonnyasztjuk a fokhagymát, ha kész, azonnal levesszük a tűzről. Beletesszük a reszelt sajtokat, majd a gorgonzolát, mascarpone-t, felöntjük a tejszínnel és visszatesszük a tűzre. Mérsékelt lángon addig kevergetjük, míg a sajtok el nem olvadnak, sózzuk-borsozzuk és beletesszük a szerecsendiót. Friss bazsalikkal megszórjuk és a kifőtt tésztával összeemelegítjük.