

Crema la pahar cu lichior de oua si zmeura



Crema la pahar cu lichior de oua si zmeura: delicioasa!!

Dragii mei, a trecut atata vreme de cand nu v-am mai dat niciun semn de viata, dar sa nu credeti ca v-am uitat!!! Am asteptat ziua Sfintei Invieri pentru a va putea ura, cu mare bucurie si din tot sufletul, „Hristos a Inviat!”

Desertul nostru de Pasti este unul rapid si usor, o **crema la pahar** cu lichior de oua si zmeura, din care abia asteptam sa ne infruptam!!! ☐

Va imbratisez pe toti cu drag! Paste fericit!

Ingrediente pentru 6 portii:

Crema de lichior de oua (aici il aveti in doua variante: **simpliciu si cu ciocolata**):

- 4 galbenusuri
- 150 g zahar pudra vanilat
- 80 ml Limoncello sau rom alb
- 500 g branza Mascarpone

Strat crocant:

- 150 g fulgi de ovaz
- 200 g ciocolata alba
- 30 g ulei de cocos solid (presat la rece)

In plus:

- 300-350 g zmeura proaspata

Sfat: puteti inlocui fulgii de ovaz, care intra in compozitia „stratului crocant” cu biscuiti digestivi iar uleiul de cocos, cu unt (v-am dat mai multe detalii in postare, mai jos).

Pentru voi!!! Impreuna cu toate **retetele de Pasti** de pe blogul meu
□



Mod de preparare:

Pentru crema de lichior de oua, se amesteca galbenusurile (ouale sa fie foarte proaspete) cu zaharul pudra vanilat si cu Limoncello. Folositi mixerul pentru cateva secunde, la putere maxima, sau o furculita cu care sa „bateti” bine crema. Veti obtine un lichior de oua instant, un lichior de oua cu aroma blanda de lamaie □ La final, crema de lichior se amesteca, putin cate putin, cu branza Mascarpone. Daca nu vreti sa consumati oua crude, puneti totul la bain-marie pentru cca. 5-8 minute. Cand crema e gata, si e bine racorita, se amesteca cu mascarpone.

Pentru stratul crocant de la baza paharelor, radeti ciocolata alba pe razatoarea mare sau tocati-o in bucatele si amestecati-o cu uleiul de cocos si fulgii de ovaz. Puneti compositia rezultata la foc mic pana cand ciocolata si untul de cocos se topesc. Amestecati intruna! Daca nu aveti ulei de cocos, folositi unt cu 80% grasime.

Lasati sa se raceasca putin dupa care puneti cate 2 linguri in fiecare pahar. Nu apasati, lasati sa „curga” din lingura.

In continuare, se toarna crema de lichior, in mod egal, in fiecare pahar si se orneaza cu zmeura.

Foarte usor, asa e?! ☐ Si foarte rapid...si gustos!!!



Laura Sava

Va las cateva oua rosii, dragilor, cateva zambile din gradina...



...si o ramurica din ciresul nostru japonez, care a inflorit asa frumos zilele astea:



Paste fericit, prieteni dragi!!!



Cookies cu tahini si miere



Ce frumos a inceput scoala! ☐ Si ce frumos am copt eu aceste cookies cu tahini si miere pentru Bogdi meu scump care e deja in clasa a VII-a!!!!!! Nu credeam ca o sa-i placa tahini cu miere atat de mult...la fel de mult ca mie :))

I-am facut fursecurile astea (si vegane, pe deasupra) de doua ori deja, dar abia acum le-am prins in poze. Ceea ce inseamna ca sunt delicioase, nu?! ☐

Eu am folosit tahini indulcit cu miere, la borcan, luat in vara asta din Grecia, dar voi, daca nu gasiti asa ceva (si probabil ca nu o sa gasiti), puteti face in casa **pasta de susan dulce**. E atat de buna!!!!

Va pup pe toti, bafta copiilor la scoala si voua...numai bucurii!!!

Ingrediente:

- 150 g tahini cu miere
- 2 linguri miere, fluida (cca. 50 g)
- 120 g fulgi de ovaz (ecologici, ovaz baby)
- 80 g ciocolata neagra (70% cacao)
- 1 lingura ulei de cocos, moale
- 2 linguri lapte de migdale sau cocos

Mod de preparare:

Incingeti cuptorul la 170 grade C (foc domol). Tapetati cu hartie de copt o forma mare, intinsa, de fursecuri.

Puneti intr-un castron primele 3 ingrediente: tahini dulce+miere+fulgi ovaz. Amestecati bine si adaugati ciocolata rasa pe razatoarea mare (tineti ciocolata la congelator 2-3 minute inainte de a o rade).

Turnati laptele si uleiul (puteti folosi si ulei de floarea soarelui) si amestecati foarte bine.

Faceti bile mici cu mana si asezati-le la mica distanta unele de altele pe tava:



Lasati fursecurile la copt 12-13 minute, nu mai mult! Nu se asteapta sa se intareasca in cuptor! Vor fi relativ moi cand le veti scoate din cuptor, dar asa trebuie sa fie, pentru ca se intaresc cand se racesc:



Se lasa sa se raceasca si se servesc langa o cana mare cu lapte rece sau cafea. Eu am pus langa si-o lingura plina cu tahini cu miere, pe care il ador (si pe care il mananc direct din borcan, ca pe Nutella ☺)



V-am pastrat si voua, dragilor!!! :))



Sfat: Daca vreti, puteti adauga in aluat si 1/2 lingurita scortisoara, precum si nuci tocate marunt (50-60 g) sau coaja rasa de lamaie ori portocala.

Reteta inspirata (si modificata) de aici

Muffins cu mere si fulgi de ovaz



Dragilor, daca aveti pofta de ceva bun, care sa se faca si usor si rapid, pregatiti aceste **muffins cu mere** si fulgi de ovaz, gustoase tare si aromate!!!

Le puteti savura asa cum sunt sau le puteti „unge” cu o glazura din crema de branza. Poate si cu putina frisca indulcita, cum vreti! Puneti cate o lingura de crema, sa fie plina ☐ , in mijlocul brioselor si presarati multa, multa scortisoara!!!!

Puteti sa turnati un pic de miere deasupra fiecarei **briose**, daca nu va atrage toata treaba asta cu frisca, branza...si scortisoara in exces ☐

Ingrediente pentru 12 bucati:

Compozitie muffins:

- un mar mare (230-250 g)
- zeama de la o jumătate de lamaie
- 2 oua mici

- 80 g zahar (brun)
- 100 ml ulei
- 175 ml lapte gras
- 75 g fulgi de ovaz
- 125 g faina
- 2 lingurite praf de copt
- un praf de sare
- o lingurita scortisoara (pudra)
- 100 g stafide (optional)

Glazura din crema de branza:

- 150 g branza proaspata de vaca cu smantana sau mascarpone (ori Philadelphia)
- 50 g zahar pudra vanilat
- 50 g unt

Prima tura de briose, cu zahar brun, fara crema de branza si scortisoara dar la fel de apetisanta!!! ☐



Mod de preparare:

Pregatiri preliminare:

Daca folositi stafide, puneti-le la inmuiat in putina apa calduta. Pana pregatiti aluatul, au timp destul sa se inmoaie.

Apoi, porniti cuptorul si setati-l la 180 grade C (foc potrivit). Ungeti forma de muffins cu putin unt; asezati hartiutele speciale (daca nu aveti hartiute, tapetati-le cu faina sau nuci macinate).

Spalati marul si decojiti-l. Taiati-l in bucatele; turnati zeama de lamaie peste ele si amestecati bine. Lasati deoparte.

Preparare compozitie de muffins si coacere:

Bateti ouale (cu mixerul) cu un praf de sare (cat luati cu trei degete) pana se spumeaza usor. Adaugati zaharul si bateti in continuare, cca. 1-2 minute.

Turnati uleiul si laptele si amestecati bine. La final, adaugati bucatelele de mar.

Separat, amestecati ingredientele uscate: faina+praf de copt+fulgi de ovaz+scortisoara. Inglobati-le in compozitia lichida, cu oua si mere, si amestecati doar pana cand vedeti ca s-au incorporat, nu exagerati!

Adaugati stafidele, bine scurse de apa, si repartizati aluatul obtinut in forme. Coaceti muffinsurile cca. 25 de minute.

Glazura de branza:

Se lasa la racit in forme, dupa care se pot presara cu scortisoara sau se pot acoperi cu glazura din crema de branza, pe care o faceti in felul urmator: amestecati crema de branza cu untul moale, scos din timp din frigider, si cu zaharul pudra.

Bateti crema cu mixerul cateva secunde sau folositi mixerul de mana vertical, daca vreti sa obtineti o crema mai fina.



Sunt foarte gustoase si simple dar cu crema de branza sunt muuult mai bune!!!





Briosele pot iesi mai deschise sau mai inchise la culoare, cum au iesit aici, in pozele vechi...depinde doar de tipul fulgilor de ovaz folositi, care poti fi mai fini sau mai putin fini.

Desigur, pentru „pata de culoare” e responsabil si zaharul ☐ La prima tura, adica aceasta de mai jos, am folosit zahar brun iar mai apoi, la varianta recenta, zahar alb.

S-aveti pofta, orice varianta ati alege!!!

Laura Sava



Laura Sava





Laura Sava

Reteta perfecta de toamna ☐

Pentru voi, cu drag!!!



Laura Sava

Bomboane vegane cu seminte de in si banane



V-am promis retete cu seminte de in (cele care se transforma in „oua” ☐), iar prima, dintre cele multe pe care am de gand sa le fac, este aceasta reteta de bomboane vegane cu seminte de in si banane.

Prea bune sa nu le incercati!!! ☐

Ingrediente:

- 1 banana mare (cca. 215 g)
- 1 „ou” **vegetal**
- 100 g fulgi fini de ovaz

- 1 lingura sirop din sfecla de zahar sau miere
- 1/2 lingurita scortisoara macinata (optional)

Mod de preparare:

Se macina la blender/rasnita fulgii de ovaz si se amesteca cu restul ingredientelor.

Se lasa compozitia minim 1 ora la frigider, dupa care se formeaza bile (de marime potrivita).

Bomboanele se pot da prin nuca de cocos sau fulgi de ciocolata neagra:





Usor si delicios!!! ☐



„Sedinta foto” a avut loc sub salcia mea draga, care e atat de frumos inflorita si care zumzaie de fericire ca a venit primavara ☐
...sunt zeci de albine care zboara, ametite, pe sub ea...e atat de bine sa le asculti!!!





Laura Sava



Laura Sava

Pentru voi, cu drag!!!



Sfat: Se pastreaza la frigider!!!

Crossies cu ciocolata



Laura Sava

Daca nu ati gustat pana acum crossies cu ciocolata, va invit sa experimentati ☐

Aceste „crossies” sunt niste gustari dulci, foarte populare in Germania, compuse din fulgi de ovaz sau porumb...plus alte cateva ingrediente ☐ ...si invelite in ciocolata.

Ceva foarte bun si extrem de usor de facut!!!

M-am ghidat initial dupa o reteta desprinsa dintr-o revista de-a mea, sifonata rau (o am de-acum doua decenii ☐), in care aceste mici bunatati erau folosite drept ornamente pentru un tort, dar apoi am dat de linkul de pe **Chefkoch**, in care aceste „crossies” erau un pic mai complex croite, adica cu adaos de nuca de cocos, migdale, adica intr-un final (mai) yummy!!!

In reteta mea se amestecau doar ciocolata si fulgi de ovaz/musli. Bun si-asa!!!

Ingrediente:

- 150 g ciocolata cu lapte
- 100 g ciocolata neagra
- 50 g fulgi de nuca de cocos
- 125 g fulgi de ovaz (crocanti, cu stafide) sau cornflakes/musli

- 25 g migdale (coapte si tocate)

Mod de preparare:

Topiti ciocolata in bain-marie (nu va amagiti, n-am folosit nici de data asta din aia neagra ☐), adaugati nuca de cocos, fulgii de ovaz sau porumb ori musli si migdalele maruntite. Amestecati totul foarte bine.

Tapetati apoi o tava cu hartie de copt; ungeti-o cu ulei (cu pensula de bucatarie). Luati galuste=crossies din compozitie, cu ajutorul a doua lingurite, si asezati-le pe hartia unsa:



Lasati-le la racit, si-apoi...liber la rontaiala!!!! ☐

...desi a doua zi sunt muuult mai bune!!!



Laura Sava



Laura Sava

Rapid si delicios!!!



P.S. La mine-n revista zicea asa:

- 100 g ciocolata cu lapte
- 100 g ciocolata amaruie
- 200 g fulgi de ovaz sau musli

Modul de preparare e acelasi, asa ca va urez spor in prepararea ambelor variante! ...iar **aici** mai aveti o idee!