
Pszenica z makiem, miodem i bakaliami

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 1866 razy.

Porcja dla 8 osob. Czas przygotow. 6 godz.

250 g pszenicy,

250 g maku,

250 ml płynnego miodu,

100 g posiekanych orzechow włoskich,

100 g posiekanych migdalow bez skorki,

50 g rodzynekow,

4 figi pokrojone w paseczki,

4 daktyle pokrojone w paseczki,

1/2 laski wanilii utluczonej w moździerzu,

1 łyżeczka startej skorki cytrynowej,

50 ml brandy (niekoniecznie),

1-2 łyżki słodkiej smietanki,

orzechy i migdaly do przybrania.

1. Pszenice oplukac, zalac zimna woda, odstawic i moczyć 10-12 godz. Odcedzić.

Zalac duza iloscia goracej wody, gotowac pod przykryciem na malym ogniu, az ziarna beda miakkie (ok. 2-3 godz). Ugotowana pszenice odcedzić, ostudzić.

2. Umyty mak zalac wrzaca woda, raz zagotowac, odstawic na 2-3 godz. Odcedzić, zemlec 2 razy w maszynce z sitkiem o malych otworach.

3. Do miski wlozyc zmielony mak. Dodac smietanke, miód, wanilie i starta skorke z cytryny. Rozcierac 10 min. Dodac pszenice, posiekane bakalie. Wymieszac, wstawic do lodowki na kilka godzin. Podawac w szklanej salaterce. Przybrac migdalami i orzechami.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 41 "Kuchnia wegetariańska", strona 72.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)