Przepisy z konkursu MasterChef 2017

Trufle

Składniki

2 szklanki suszonych daktyli,

szklanka pestek słonecznika,

szklanka orzechów włoskich,

2 łyżki kakao, cynamon, wiórki kokosowe.

Posypki :sezam, wiórki kokosowe, pestki słonecznika.

Sposób wykonania:

Daktyle namoczyć, w blenderze zmiksować suche składniki, dodać daktyle. Z gotowej masy uformować kulki wielkości orzecha włoskiego i otaczać w dowolnej posypce.

Przepis na pudding z nasion chia

Składniki:

Puszka mleka kokosowego (400 ml)

2 łyżki miodu

3 łyżki nasion chia

3 – 4 banany

0,5 kg truskawek

Mięta do ozdoby

Sposób wykonania:

Do miski wlewamy mleko kokosowe, dodajemy miód i nasiona chia. Wszystko dokładnie mieszamy i odstawiamy do lodówki na 3 – 4 godziny. Nasiona chia powinny wchłonąć mleko a masa powinna zrobić się bardzo gęsta. Banany obieramy ze skórki i miksujemy do uzyskania jednolitej masy. Truskawki myjemy i odrywamy szypułki. Miksujemy podobnie jak banany do uzyskania jednolitej masy. Do pucharków (najlepiej przeźroczystych – wtedy pudding prezentuje się niesamowicie kolorowo) wkładany najpierw zmiksowane banany, potem masę z nasion chia i na wierzch polewamy zmiksowanymi truskawkami. Całość dekorujemy pokrojonymi bananami, truskawkami i miętą.

Ciasto bez pieczenia

Składniki:

50 szt. herbatników

puszka masy krówkowej

krem czekoladowy typu Nutella

serek mascarpone

1/3 kostki masła

Sposób wykonania:

Część herbatników rozłożyć na dnie tortownicy. Na to wyłożyć masę korówkową i włożyć do zamrażalnika. Miedzy czasie drugą część herbatników rozkruszyć i połączyć z roztopionym masłem oraz łyżką czekolady, tak przygotowane herbatniki wstawić na 20 min również do zamrażalnika. Następnie połączyć serek mascarpone z nutellą i również schłodzić. Trzecią część herbatników wyłożyć na tortownice i wcześniej położoną masę korówkową, na nie z kolei wyłożyć masę z serka mascarpone i nutelli oraz na sama górę rozkruszone herbatniki. Całość ponownie schłodzić.

Deser lodowo-bananowy

Składniki:

4 banany

lody śmietankowe

czekolada mleczna

śmietanka 30%

Sposób wykonania:

Banany przekroić wzdłuż. Miedzy czasie rozpuścić czekoladę w kąpieli wodnej. Ubić śmietankę mikserem. Banany wyłożyć na talerz, dodać gałki lodów śmietankowych, wyłożyć na tą ubią śmietanę i polać wszystko czekoladą.

Koktajl owocowy:

Składniki:

Kiwi

Banan

Mandarynka

Jogurt Truskawkowy

Czekolada biała

Sposób wykonania:

Owoce obrać pokroić wrzucić do blendera, wlać jogurt i wszystko zmiksować. Na koniec zetrzeć czekoladę. Koktajl przelać do szklanek. Na koniec posypać białą czekoladą.

Smacznego :) :) :)