**RECEPTURY POTRAW**

1. **Jabłka pieczone**

Normatyw surowcowy: ( 5 sztuk)

Jabłka ( 5 szt) 1 kg = 1000g

Cukier kryształ 10g na każde jabłko 50g

Cynamon

Wykonanie:

Jabłka umyć, odciąć u nasady szypułki, wydrążyć gniazda. W miejsce gniazd wsypać łyżeczkę cukru wymieszanego z cynamonem. Piec w folii około 40 minut. Podawać gorące.

1. **Kisiel jabłkowy**

Normatyw surowcowy na 4 porcje:

4,5 szklanki wody

1 duże jabłko lub 2 mniejsze

2 łyżki mąki ziemniaczanej

2 łyżki cukru

cynamon

Wykonanie:

4,5 szklanki wody zagotować z cukrem. Jabłka obrać i utrzeć na tarce. Włożyć do gotującej
się wody, dodać cynamon. Mąkę ziemniaczaną rozprowadzić z w 1/3 ilości wody przeznaczonej
na kisiel, wlać do gorących jabłek, mieszać. Gotować jeszcze przez chwilę do ponownego zagotowania. Rozlać do pucharków .

1. **Kisiel truskawkowy**

Składniki:

 Truskawki świeże lub mrożone- 200 g

 Woda- 600 ml

 Mąka ziemniaczana- 40 g

 Cukier- 60 g (dodać do smaku)

 Śmietanka 36% do dekoracji- 50 g

 Cukier puder do śmietanki- 5-10 g

Sposób wykonania:

1. Przeprowadzić obróbkę wstępną truskawek, jeżeli są mrożone nie rozmrażamy.
2. Z 600 ml wody odlej ok. 100 ml na zawiesinę.
3. Włożyć owoce do wrzącej wody, gotować ok. 5 minut.
4. Przetrzeć owoce przez sito, połączyć z płynem, dodać cukier.
5. Przygotuj zawiesinę z mąki ziemniaczanej i zimnej wody.
6. Połącz zawiesinę z przecierem, cały czas mieszając i zagotować.
7. Wyporcjować do pucharków i schłodzić. Udekorować bitą śmietanką i listkami mięty.

**4. Owoce w galaretce**

Normatyw surowcowy na 2 porcje

Owoce (mandarynki, banany)- 300g

Woda- 270 ml

Cytryna- 65g

Pomarańcza- 165g

Cukier- 50g , Żelatyna- 10g

Sposób wykonania

1. Owoce obrać i pokroić na kawałki. Z cytryny i pomarańczy wycisnąć sok.

2. Wodę z cukrem zagotować i odszumować. Włożyć owoce i ponownie zagotować i od razu odcedzić. Syrop wymieszać z sokiem z cytryny i pomarańczy oraz z żelatyną.

3. Pokrojone owoce ułożyć w pucharku i zalać galaretką. Wstawić do lodówki do zastygnięcia.

**5. Galaretka z czarnej porzeczki**

Składniki:

 Porzeczki 250 g

 Woda 350 g

 Kwasek cytrynowy do smaku

 Cukier 100 g

 Żelatyna 14 g

 Woda do żelatyny 50 g

 Śmietanka 36% 40 g

 Cukier puder 5-7 g

Sposób wykonania:

1. Żelatynę namoczyć w zimnej wodzie.
2. Zagotować wodę z cukrem, włożyć owoce, zagotować, dodać kwasek.
3. Przecedzić wywar przez gęste sito.
4. Do gorącego syropu dodać żelatynę, rozpuścić ją, podgrzewając.
5. Ostudź płyn z rozpuszczoną żelatyną, wyporcjować do kieliszków koktajlowych z mrożonymi owocami.
6. Pozostawić do zastygnięcia.
7. Udekorować śmietanką i owocami.

**6. Zupa owocowa zabielana**

Normatyw surowcowy na 2 porcje

Truskawki lub wiśnie (świeże lub mrożone)- 400g

Woda- 500ml

Cukier- 60g

Mąka ziemniaczana- 10g

Śmietana 18 %- 50ml

Sposób wykonania

1. Zagotować wodę z cukrem.

2. Wrzucić owoce do wrzątku, ugotować, odcedzić owoce.

3. Mąkę rozprowadzić w śmietanie, dodać kilka łyżek ciepłego kompotu, wymieszać i połączyć z resztą kompotu.

4. Zagotować. Dorzucić owoce.

5. Podawać na ciepło lub zimno, z dodatkiem makaronu, ryżu, grzanek lub groszku ptysiowego

**7. Zupa z jabłek**

Składniki:

 Woda 1000 ml

 Jabłka 600 g

 Mąka ziemniaczana 20 g

 Śmietanka 36% 100 g

 Cukier 50g

 Cynamon do smaku

Sposób przygotowania:

1. Przeprowadź obróbkę wstępną owoców.
2. Z 2400 ml wody odlej 300 ml na zawiesinę.
3. Ugotuj owoce we wrzącej wodzie, a następnie przetrzyj przez sito.
4. Przecier połącz z wywarem i dopraw do smaku.
5. Przygotuj zawiesinę z mąki ziemniaczanej i zimnej wody.
6. Dodaj zawiesinę do zupy i zagotuj.
7. Śmietankę rozprowadź z niewielką ilością zupy i dodaj do pozostałej części.
8. Wyporcjuj razem z zupą śliwkową i udekoruj śmietanką.
9. **SAŁATKA OWOCOWA**

 Składniki na 4 porcje

 Pomarańcze 400 g

 Banany 300 g

 Jabłka 200 g

 Kiwi 60 g

 Winogrona ciemne 50 g

 Miód 20 g

 Orzechy włoskie 45 g

 Sok z cytryny 40 ml

 Sok jabłkowy 50 ml

 Mango 400 g

 Ananas 200 g

 Sposób wykonania:

1. Połączyć sok z cytryny z sokiem z jabłek, rozpuścić miód.
2. Przeprowadzić obróbkę wstępną owoców i je rozdrobnić
3. Połączyć owoce z zalewą
4. Surówkę udekorować orzechami włoskimi, winogronami i plasterkami kiwi
5. Schłodzić.
6. **NAPÓJ JABŁKOWO-POMARAŃCZOWY (5 porcji)**

Składniki:

 Jabłka 1200 g

 Pomarańcze 480 g

 Cytryna 120 g

 Goździki 5 szt.

 Cukier brązowy kostki 6-8 szt. (doprawić wedle uznania)

 Mięta listki do dekoracji

Sposób wykonania:

1. Przeprowadź obróbkę wstępną owoców.
2. Jabłka podziel na cząstki, wyciśnij sok w sokowirówce.
3. Sok jabłkowy podgrzej z przyprawami (90°C).
4. Wyfiletuj 4 pomarańcze. Z cytryny i pomarańczy wyciśnij sok.
5. Do szklanek włóż kostki cukru i filety pomarańczy.
6. Dodaj sok z cytryny i pomarańczy.
7. Zalej gorącym, przecedzonym sokiem z jabłek.
8. **Mus truskawkowy ( 5 porcji)**

Składniki

Truskawki 170 g

Cukier 70 g

Białka 2 szt.

żelatyna 7 g

Woda zimna przegotowana 40 ml

Śmietanka 30% 80 g

Wykonanie

1. Żelatynę namoczyć w 40 ml wody.
2. Przeprowadzić obróbkę wstępną truskawek, zmiksować.
3. Ubić śmietankę, odstawić w chłodne miejsce.
4. Ubić pianę z białek, utrwalić dodając stopniowo cukier.
5. Upłynnić w kąpieli wodnej żelatynę.
6. Połączyć zmiksowane truskawki z rozpuszczoną żelatyną.
7. Dodać pianę z białek i ubitą śmietankę