



Не секрет, что новый и оригинальный рецепт – лучшая реклама инструмента, с помощью которого это блюдо было приготовлено. Летом на даче, когда нет много времени на готовку, мы отдаём предпочтение простым и лёгким рецептам. Предлагаем некоторые из них.

Пирог шоколадный постный

Елена Маслова, Москва



На 2 порции: 150 мл воды, 3 ст. ложки сахара, 1/3 ч. ложки соли, 3 ст. ложки какао, 3 ст. ложки растительного масла, 7 ст. ложек муки, 1,5 ч. ложки разрыхлителя.

Смешайте все ингредиенты до однородной массы. По желанию в тесто можно добавить измельчённый шоколад и грецкие орехи. Вылейте в кастрюлю-жаровню (объём 1,8 л). Закройте крышкой. Клапан на крышке должен быть закрыт. Поставьте на медленный огонь. Через 50-60 минут выключите огонь, снимите крышку и стряхните с неё конденсат. Снова закройте кастрюлю крышкой и оставьте выпечку остывать в посуде. Перед подачей посыпьте кекс сахарной пудрой.

Оригинальность этого рецепта заключается в том, что выпечка делается не в духовке, а на верхнем огне в антипригарной литой кастрюле-жаровне (Ю.Корея).

При этом получается очень вкусный и красивый постный бисквит, который можно подать с мороженым или фруктами. Кроме того, эта выпечка делается без яиц и животных жиров. Для приготовления на верхнем огне бисквита, кекса или запеканки лучше всего использовать сотейник-жаровню с оптимальным диаметром 24 см и высотой 6 см.

Кабачок и тыква – одни из самых полезных овощей. Недаром их включают в прикорм грудным детям. Но мало кто ест эти овощи в сыром виде. Большинство хозяек подвергают их термической обработке, при которой часть полезных витаминов теряется. Предлагаем два рецепта фитнес-салатов из сырых кабачков и тыквы, для приготовления которых понадобится овощерезка-жульен (Греция).

Весенний салат из кабачка и огурца

Половинку небольшого молодого кабачка (чистить не нужно) и 1 огурец нарежьте короткой соломкой с помощью овощерезки-жульен (Греция). Добавьте мелко нарезанный укроп, посолите, заправьте оливковым маслом и лимонным соком. Посыпьте кунжутным семенем, обжаренным на сухой сковороде до золотистого цвета.



Оранжевый салат из тыквы

Людмила Адамова, Тверь

Тыква очень полезна, особенно в сыром виде. С помощью овощерезки-жульен (Греция) нарежьте тыкву тонкой соломкой. Добавьте цедру апельсина и заправьте апельсиновым соком. При желании можно добавить немного сахара. Такой вкусный салат едят даже дети!

