

## Omenapuuro

- 1 l tuorepuristettua omenamehua
- 2 dl speltti maalaismannaryyni
- 1 kpl halkaistu vaniljatanko
- 0,5 dl sokeria

Kiehauta mehu ja vispaa maalaismannaryynit joukkoon. Lisää halkaistu vaniljatanko ja hauduta n. 15-20 min. Jäähdytä valmis puuro.

Vaahdota jäähtynyt puuro voimakkaasti vatkaton ja lisää vaahdotuksen aikana sokeria maun mukaan.

Tarjoile esimerkiksi marjojen tai vaniljavaahdon kanssa.

## Spelttisämpylät

- 5 dl vettä
- 3 dl omenamehua
- 50 g hiivaa
- 1½ tl suolaa
- 1 dl spelttileseitä
- 3 dl täysjyväspelttijauhoja
- 6 dl hiivaleipäspelttijauhoja
- n. 1 kg puolikarkeita spelttijauhoja
- reilu 1 dl öljyä

Alusta pehmeä taikina ja kohota tunnin ajan.

Leikkaa taikinatanko sämpylöiksi, laita leikkauspinta ylöspäin pellille kohoamaan. Kohota puoli tuntia.

Paista 225 asteessa n. 12 min

## Porkkanalevite

- 150 g voita
- ½ dl kylmäpuristettua öljyä
- 1 iso höyrytetty raastettu porkkana

Vatkaa voi, lisää öljy ohuena nauhana koko ajan vatkaton, lisää raastettu porkkana.

## Hevosmakkarakeitto

- 2-3 porkkanaa
- pala lanttua
- pala selleriä
- pala selleriä tai 1 sipuli
- n. litra lihalientä
- 4-6 perunaa
- 400 g hevosmakkaraa
- Persiljaa

Pese ja kuori kasvikset. Leikkaa juurekset kuutioiksi ja lisää ne kiehuvaan nesteeseen. Keitä juurekset puoli kypsiksi ja lisää pilkottu hevosmakkara. Anna hautua kannen alla kunnes juurekset ovat kypsiä. Lisää tarvittaessa nestettä ja tarkista maku. Ripottele pinnalle hienonnettua persiljaa.

## Tofua ja kanttarelli-ohrarisottoa

- 250 g tofua
- 1 dl juustoraastetta
- hienonnettuja yrtejä
- suola, valkopippuria

Leikkaa tofu pihveiksi. Mausta juustoraaste hienonnetuilla yrteillä. Aseta tofupihvit uuni-  
vuokaan ja kuorruta juustoraasteella. Paista uunissa grillivastuksen alla kunnes juusto on paistunut kullanuskeaksi.

- 2,5 dl kokonaisia ohrasuurimoita
- 100 g kanttarelleja
- 1 sipuli
- 2 rkl voita
- 2 dl valkoviiniä
- 5-7 dl kasvislientä
- 2 dl raastettua juustoa

Paahda kanttarellit kuumalla pannulla. Lisää voi, ohrasuurimot ja hienonnettu sipuli, kuulota.

Lisää nestettä vähitellen pienissä erissä ja sekoita risottoa kypsennyksen aikana. Keitä miedolla lämmöllä kunnes ohra on kypsää, n. 25 min. Kun ohra on kypsä, lisää joukkoon juustoraaste ja tarkista maku.

