

HELOVINAS SVEIKIAU

Baigi ir smagi rudens šventė dažnai yra ir labai saldi. Mokyklų stalai nukraunami įvairiausiais skanumynais, kuriuose neretai gausu cukraus. Išbandykite šiuos keturis „širpius“ receptus ir atšvęskite Heloviną sveikiau. Pagal šiuos receptus lengva gaminti kartu su vaikais ir mokykloje nustebinti draugus. Skanaus!



MONSTRŲ DANTYS

Ingredientai:

- obuoliai;
- riešutų kremas;
- saulėgrąžų sėklos.

Gamyba:

- supjaustykite obuolius skiltelėmis, pertepkite riešutų kremu ir papuoškite saulėgrąžų sėklomis.



RAGANŲ ŠLUOTOS

Ingredientai:

- sūrio lazdelės;
- šiaudeliai su druska.

Gamyba:

- kiekvieną sūrio lazdelę padalykite į tris dalis. Kiekvienos dalies apačią supjaustykite taip, kaip pavaizduota nuotraukoje. Įsmeikite šiaudelį.



RAGANŲ PIRŠTAI

Ingredientai:

- plonos morkos;
- tepamasis sūris;
- raudonoji ir žalioji paprikos.

Gamyba:

- nuskustas morkas plonai supjaustykite, įpjaukite linijas „krumpliams“, paploninkite „nagų“ vietą. Iš paprikų išpjaukite nagų formas ir pritvirtinkite prie morkų patepdami tepamuosiu sūriu.



BANANINIAI VAIDUOKLIAI

Ingredientai:

- bananai;
- dviejų dydžių šokolado gabalėliai (mažesni ir didesni).

Gamyba:

- nulupkite bananus, perpjaukite per pusę ir dekoruokite šokolado gabalėliais. Mažesnius naudokite akims, o didesnius – burnai.