PORGANDI-KAERAKARASK

Retsept: Tuuli Mathisen

Valmistamine

Puhasta porgandid, tükelda ja keeda pehmeks. Töötle purustajas ühtlaseks. Jahuta porgandimass maha. Sega omavahel porgandimass, jogurt, muna ja sulatatud või ning lisa siis kõik kuivained. Sega ühtlaseks. Laota tainas küpsetuspaberiga kaetud ahjuplaadile (25 x 25 cm). Küpseta 180–200-kraadises ahjus umbes 45 minutit. Kaunilt erksavärviline porgandikarask maitseb tõeliselt mahlaselt just tänu sinna sisse peidetud porgandile. Kui muidu on klassikaline karask valmistatud odrajahuga, siis magus ja mahe kaerajahu koos kaerakliidega sobib karaskisse ka imehästi. Tänu porgandile säilib karask mahlasena ka järgmistel päevadel. Tervislikkust ei ole siinkohal vist vaja mainidagi. www.veskimati.ee

450 g keedetud porgandeid
2 dl Veski Mati Täisterakaerajahu
1 dl Veski Mati Kaerakliisid
1 dl Veski Mati Täisteranisujahu/Graham
1 tl küpsetuspulbrit
1 muna
50 g sulavõid
1,5 dl maitsestamata jogurtit või keefirit