



LIHTSAD JA KOSUTAVAD BANAANI- KAERAHELBEKÜPSISED

Retsept: Piia Mai Kasemaa

Valmistamine

Püüresta kausis banaanid koos munadega. Kui mass on ühtlane, lisa kaerahelbed ning sega korralikult läbi. Lisa juurde natuke kaneeli. Kui tainas ei ole piisavalt magus, pane juurde natuke mett (enamasti piisab ainult banaanide magususest). Lisa juurde rosinad ja pane kauss umbes 30 minutiks külmkappi, et muna-banaani segu saaks kaerahelvestesse imenduda. Tükelda šokolaad pisikesteks tükkideks. Võta tainas külmkapist välja ja sega juurde šokolaad ning muu meelepärane. Pane ahi 200 kraadi juurde sooja ning vooli ahjuplaadile väikesed kaerahelbekäkikesed. Pane küpsised ahju umbes 20 minutiks, vajadusel võta varem välja või hoiu kauem, küpsised peaksid pealt pruunid olema ja rosinad mõnusaks krõmpsuks tõmmanud. Lase natuke jahtuda, kui arvad, et tahad neid veel magusamaks teha, siis tilguta küpsistele natuke mett peale. Juurde võta klaas värsket piima või piparmündi teed ning naudi! www.veskimati.ee

2 muna

2 võimalikult valmis banaani (just need, mis võibolla koju seisma jäänud ja keegi enam süüa ei taha)

2 klaasi Veskimati täistera jämedaid kaerahelbeid

Natuke kaneeli

1/2-1 tahvel tumedat šokolaadi(70%,82%)

1/2 klaasi rosinaid

Vajadusel erinevaid pähkleid, kuivatatud puuvilju

Mesi