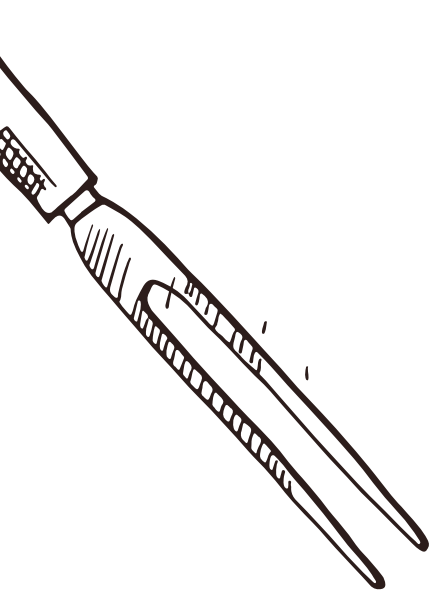
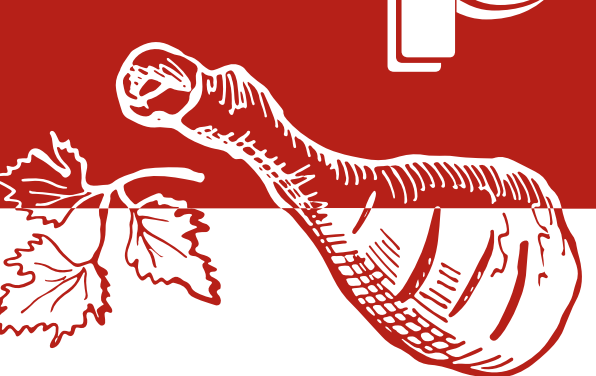


Recomandare de meniu pentru petrecerea la grătar



Aici puteți găsi tot ce aveți nevoie pentru
petrecerea perfectă la grătar!
Deservește 8 persoane



Preparate la grătar

- 8 Cartofi mari
- 8 Copane de pui
- 50 g Tofu (foarte ferm)

Fructe & Legume

- 1 conservă Ananas
- 50 g Nuci tocate
- 70 g Nuci de pin
- 120 g Migdale
- 250 ml Suc de ananas
- 4 Mere
- 3 Dovlecei
- 3 Cepe galbene
- 2 Ardei grași, roșii
- 4 Roșii
- 1 mână Rucola
- 1 legătură de Coriandru
- Suc de lămâie

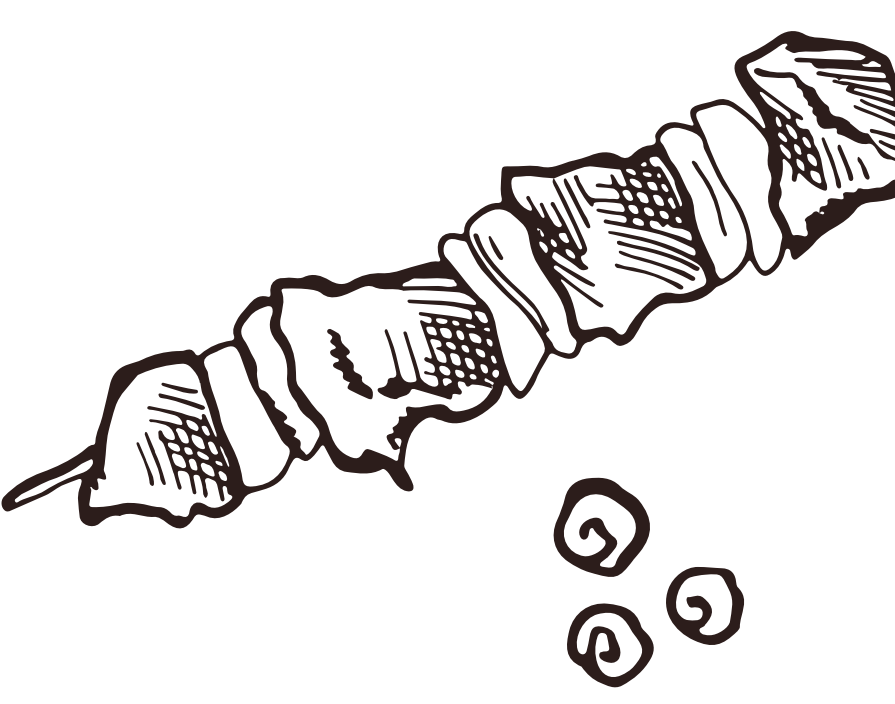


Lactate

- 250 g Cremă de brânză
- 450 g Iaurt neîndulcit
- 4 Gălbenușuri
- 4 Ouă
- 250 ml Lapte
- 100 g Parmezan
- 70 g Brânza ricotta
- 200 g Brânza feta
- Unt

Altele

- Pastă de tomate
- Ketchup
- Oțet de cidru de mere
- Ulei
- Sos de soia
- Supă de legume
- Miere
- Oțet balsamic, închis la culoare
- Zahăr
- 200 g Ciabatta
- 250 g Mamaligă
- 18 Frigarui din lemn
- 4 Chifle (uscate)

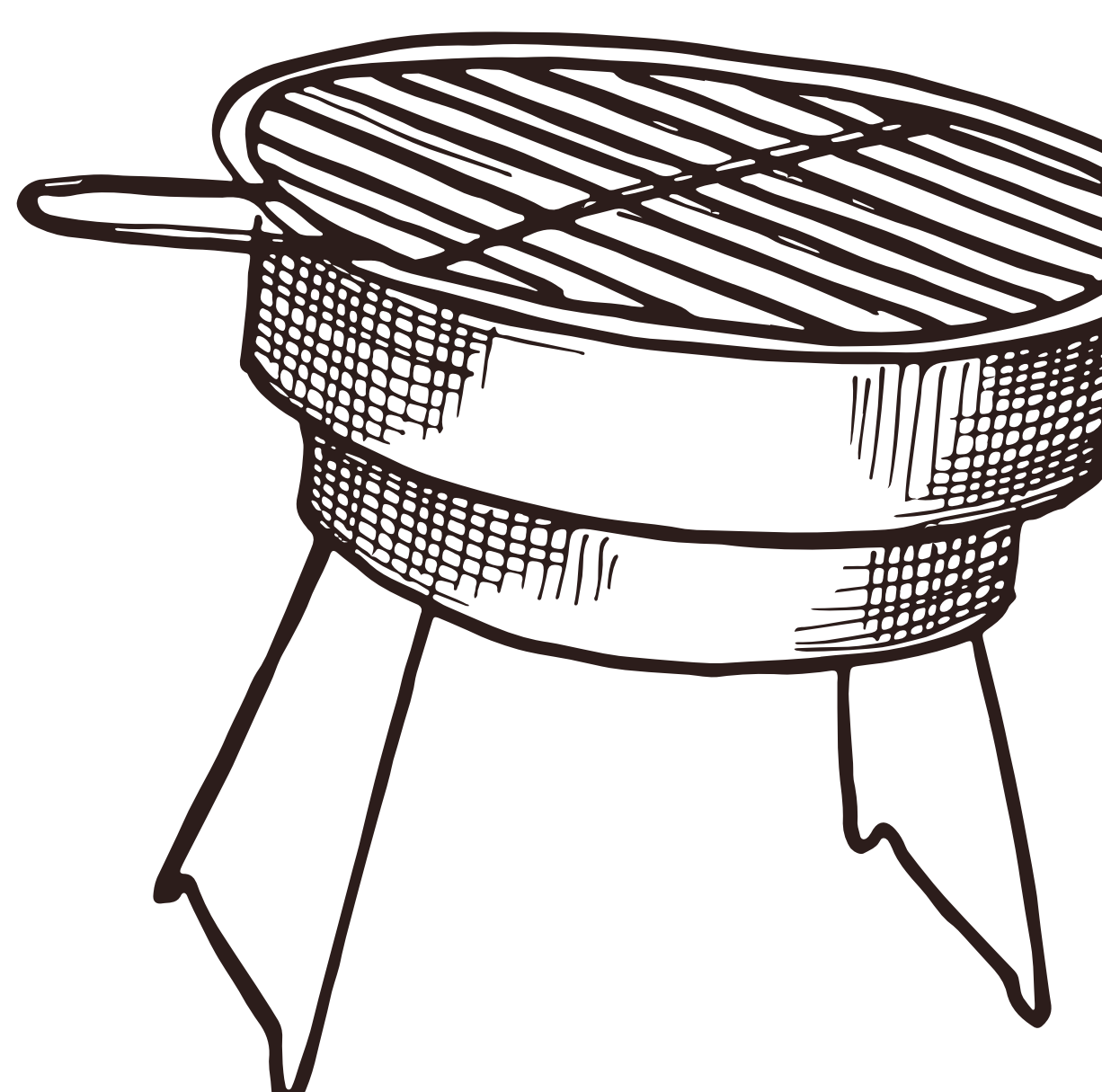


Kotányi Verdeturi & Condimente

- Curry
- Chili Piper de Cayenne
- Sare de mare iodată
- Măghiran, mărunțit
- Pătrunjel, mărunțit
- Cimbru, zdrobit
- Piper mozaic
- Amestec de condimente pentru carne de pui
- Coajă de lămâie, dată prin răzătoare
- 2 buc. Păstăi de vanilie Bourbon, întregi
- Scorțișoară, măcinată
- Paprika, afumată
- Granule de usturoi
- Curcuma, sol
- Coriandru, măcinat



**Sfat: Nu uitați băuturile
și câteva gustări!**



Trucuri și sfaturi



Pentru a minimiza stresul din ziua grătarului, iată câteva sfaturi utile pentru a vă ajuta să pregătiți rețetele!

Vă dorim multă distracție!



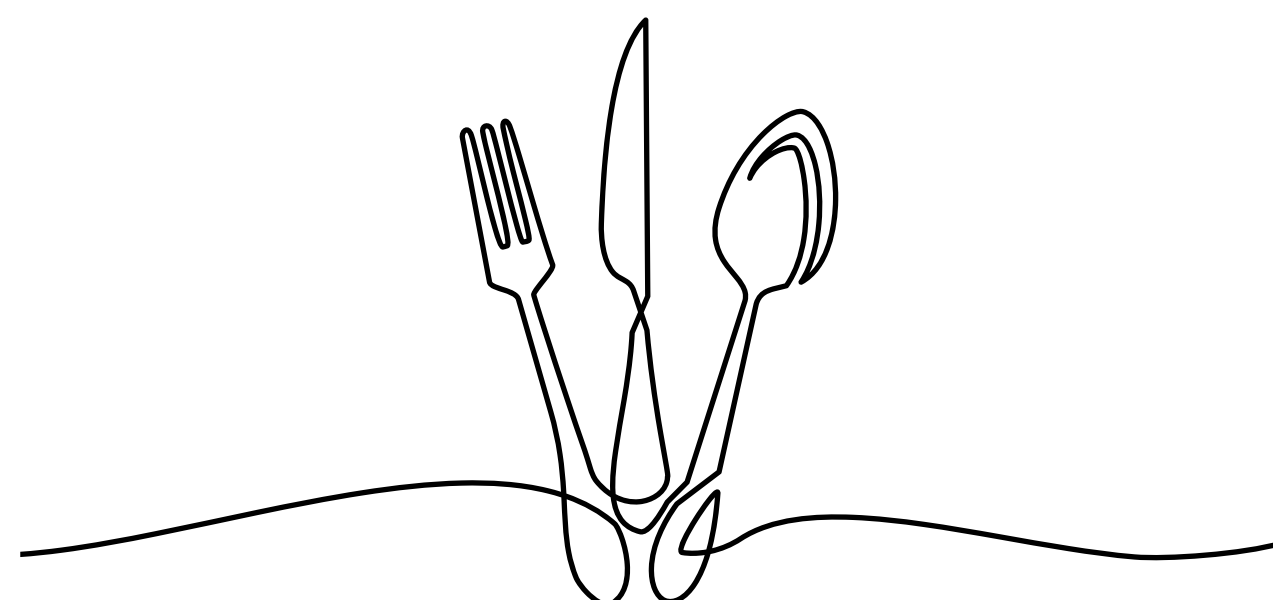
Cartofi copti cu cremă de iaurt Curry

Timp de pregătire: 45-60 minute

Puteți pregăti cu ușurință crema de iaurt curry în avans!

Gătiți cartofii în coajă timp de aproximativ 10 minute înainte de a-i pune pe grătar.

Pentru a face preparatul vegan, pur și simplu înlocuiți crema de brânză + iaurt cu iaurt vegan!



Pui Hawaii

Timp de pregătire: 90-95 minute

Marinați puiul cu o seară înainte, pentru mai multă aromă.

De asemenea, puteți pregăti și mămăliga în prealabil.

Același lucru este valabil și pentru legumele de ratatouille.

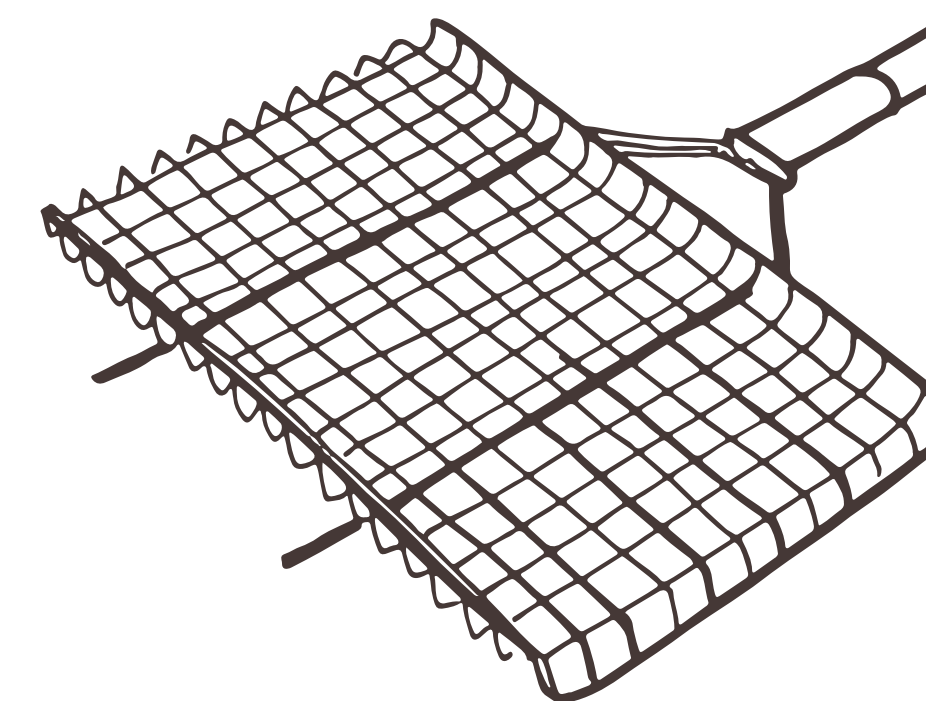


Frigărui de tofu

Timp de pregătire: 30-45 minute

Ca și în cazul puiului, marinați tofu de preferință cu o seară înainte.

Sfat din partea profesioniștilor: Grățiți frigăruile în clești de pește - se întorc mai ușor!



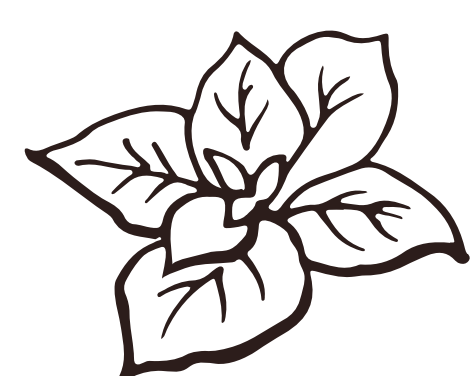
Budincă de pâine cu vanilie

Timp de pregătire: 80-90 minute

Puteți utiliza, de asemenea, alune sau migdale. Alege-ți preferatul!

Sfat: Chiflele pot fi înlocuite cu ușurință cu briose.

Versiunea vegană: Înlocuiți laptele și untul cu alternativele pe bază de plante și, în loc de albușuri de ou bătute, folosiți pur și simplu aquafaba.



Salată de pâine cu ricotta și condimente mediteraneene

Timp de pregătire: 15-20 minute

În loc de ciabatta, puteți folosi cu ușurință o baghetă de înaltă calitate, atâta timp cât utilizați pâine albă.

Sfat: Adăugați un cățel de usturoi zdrobit atunci când prăjiți pâinea - aduce mai multă aromă salatei

Puteți înlocuiți ricotta cu feta vegană, de exemplu, și mierea cu sirop de agave, iar preparatul devine unul vegan.

