

IZBOR ZA „NAJZDRAVIJI BOŽIČNI KOLAČIĆ“



Za grupu „Biramo zdravo“ mjesec prosinac bio je ispunjen mnogobrojnim aktivnostima. Najviše nas je razveselio izbor za „najzdraviji božićni kolačić“. Pobrinali smo se da i vama budu dostupni recepti istih.

1. Mjesto:

„ĐUMBIROVI ČOVJEČULJCI“ („GINGERBREAD MAN“)

Mia Galić, 3. B

Sastojci:

- ❖ 3 šalice pirovog brašna,
- ❖ 2 žličice mljevenog đumbira,
- ❖ 1 žličica mljevenog cimeta,
- ❖ Pola žličice mljevenog muškarnog oraščića,
- ❖ 1 žličica sode bikarbone
- ❖ $\frac{3}{4}$ šalice kokosovog maslaca,
- ❖ Pola šalice meda,
- ❖ 1 jaje,
- ❖ 1 žličica ekstrakta vanilije.



Priprema:

Sve sastojke promiješati te zamijesiti tijesto. Tijesto zamotati u foliju i staviti preko noći u hladnjak. Zagrijati pećnicu na 180 °C. Pobrašniti radnu plohu, izvaljati tijesto na debljinu manju od centimetra te izrezati kalupima. Ukrasiti po želji.

„KEKSI SA ZOBENIM PAHULJICAMA“ Mia Galić, 3. B

Sastojci:

- ❖ 20 dag kokosovog maslaca,
- ❖ 2 dl meda,
- ❖ 6 dl zobnih pahuljica,
- ❖ 4 dl pirovog brašna,
- ❖ 1 žličica praška za pecivo,
- ❖ malo soli,
- ❖ 1 jaje,
- ❖ 10 dag sjeckane čokolade (ili brusnica),
- ❖ 20 dag sjeckanih oraaha (badema ili lješnjaka),
- ❖ Malo sezama, lana, cimeta,
- ❖ 1 žličica sode bikarbone, 1 vanilin šećer.

Priprema:

U brašno dodajte pahuljice, prašak za pecivo, sodu bikarbonu, vanilin šećer i sol. Promiješajte i dodajte komadiće maslaca. Miješajte dok se ne dobije glatko tijesto. Na kraju dodajte čokoladu, orahe i jaje. Kada izradite tijesto pravite male kuglice. Spljoštite ih blagim pritiskom ruke i složite u tepsiju, obloženu papirom za pečenje. Pravite malo veći razmak jer se kolačići prilikom pečenja prošire i narastu. Peći ih oko 14 minuta na 190 °C. Ukrasiti po želji.

2. Mjesto:

„KOLAČIĆI S BRUSNICAMA“ Dino Golub, 3. B

Sastojci:

- ❖ 250 g brusnica,
- ❖ 200 g sitnih zobenih pahuljica,
- ❖ 150 g smeđeg šećera,
- ❖ 150 g maslaca,
- ❖ 2 žlice brašna,
- ❖ 1 mala žličica praška za pecivo,
- ❖ 1 jaje.



Priprema:

Brusnice, brašno i prašak za pecivo pomiješati zajedno. Maslac, jaje i šećer pjenasto izmiksati. Sve zajedno zamijesiti u tijesto. Zamotati u foliju i ostaviti u hladnjaku pola sata. Raditi kuglice i peći na 170 °C, od 12 do 15 minuta.

3. Mjesto:

„TORTA OD SIRA I ČOKOLADE, BEZ BRAŠNA“ Matko Mavrek, 3. B

Sastojci:

Za tortu treba samo 4 sastojka.

- ❖ 12 dag čokolade s udjelom kakaa od minimalno 70%,
- ❖ 12 dag neslanog kem sira,
- ❖ 3 jaja
- ❖ 1 žlica meda.

Za glazuru je potrebno:

- ❖ 2 dl slatkog vrhnja (domaćeg),
- ❖ 10 dag čokolade s udjelom kakaa od minimalno 70%.



Priprema:

Čokoladu usitniti u kockice, razdvojiti žumanjke i bjelanjke jaja. Čokoladu otopiti na pari, umiješati krem sir i žumanjke, a potom umiješati u smjesu čvrsti snijeg (istučen od bjelanjaka jaja iz hladnjaka). Smjesu dobivenu na taj način staviti u zdjelu za pečenje, obloženu s papirom za pečenje. Zdjelu staviti u lim za pečenje (u koji treba uliti otprilike pola litre vode). Kolač staviti u zagrijanu pećnicu i peći otprilike 30 minuta na srednjoj temperaturi. Torta je gotova kada joj površina porumeni. Ne smije se peći na visokoj temperaturi, jer će kora kolača postati pretvrda, a iznutra može ostati sirova. Kada je torta pečena, ugasi pećnicu i tortu ostaviti još dodatnih 15 minuta u pećnici.

Na laganoj vatri miješati slatko vrhnje i čokoladu natrganu na kockice sve dok se sastojci ne sjedine (ne smije prokuhati). Lagano preliti tortu i ostaviti nekoliko sati da se stvrdne.

Dobar tek, uz tortu!

Ostali sudionici i recepti kolačića:

„SLATKI BOŽIĆNI PRUTIĆI“ Leona Bajer, 3. B

Sastojci:

- ❖ 200 g nasjeckanih lješnjaka i oraha,
- ❖ 100 g većih zobnih pahuljica,
- ❖ 4 žlice maslaca,
- ❖ 12 žlica meda,
- ❖ 100 g cornflakesa
- ❖ 2 paketića vanilin šećera
- ❖ ribana korica naranče,
- ❖ prstohvat cimeta,
- ❖ tamna čokolada.



Priprema:

Lješnjake, orahe i zobene pahuljice popržimo u tavi neprianjajućeg dna te ostavimo da se ohladi. Maslac i med rastopimo u lončiću, a zatim umiješamo pržene orašaste plodove, zobene pahuljice, cornflakes, vanilin šećer, koricu naranče i cimet. Dobro promiješamo.

Dobivenu smjesu rasporedimo na lim za pečenje obložen masnim papirom (papir za peći), te pečemo 20 minuta na 160° C. Izvadimo smjesu iz pećnice, ostavimo da se ohladi, a zatim narežemo na duguljaste prutiće. Rastopimo čokoladu, umočimo prutiće u čokoladu i ostavimo da se osuše.

U slast...

„BOŽIĆNA ZVONA“ Lucia Čalopek, 3. B

Sastojci:

- ❖ 30 dag integralnog brašna,
- ❖ 10 dag smeđeg šećera,
- ❖ 10 dag čokolade (sjeckane),
- ❖ 1 bjelanjak,
- ❖ 20 dag maslaca,
- ❖ narančina kora.



Priprema:

Umijesiti tijesto, razvaljati i različitim kalupićima rezati tijesto. Ispeći kolačiće.

„BOŽIĆNI ZALOGAJČIĆI“ Ilija Novak, 3. B

Sastojci:

- ❖ 2 bjelanjka,
- ❖ 1 žlica smeđeg šećera,
- ❖ 4 žlice pahuljica,
- ❖ 4 žlice ulja,
- ❖ nasjeckani bademi,
- ❖ grožđice po želji.



Priprema:

U razmućene bjelanjke umiješati ostale sastojke. Ispeći biskvit i rezati oblike prema želji.

„OBLAČIĆI S MARELICAMA“ Ela Rusman, 3. B

Sastojci:

- ❖ 200 g sušenih marelica,
- ❖ 200 g brašna,
- ❖ 2 žličice praška za pecivo,
- ❖ 100 g šećera,
- ❖ Pola bočice arome maslac-vanilija,
- ❖ 2 jaja,
- ❖ 150 g omekšalog maslaca,
- ❖ 200 g oljuštenih badema.



Priprema:

Narezati na kockice sušene marelice. Bademe grubo nasjeckati i dodati ostale sastojke, osim marelica. Dobro umijesiti smjesu i na kraju dodati marelice. Dvjesto žličicama smjesu (oblačiće) stavljati na lim za pečenje (obložen papirom). Napraviti razmake od 2 cm između smjesa (oblačića). Peći u donjoj trećini pećnice na 160 °C, od 13 do 15 minuta.

„BOŽIĆNI KEKSI S CIMETOM I MEDOM“

Karlo Varga, 3. B

Sastojci:

- ❖ 300 g meda,
- ❖ 2 čajne žličice cimeta,
- ❖ 250 g maslaca,
- ❖ 550 g integralnog brašna,
- ❖ 1 jaje,
- ❖ 1 prašak za pecivo.



Priprema:

Zagrijati med, cimet i maslac s jednom žlicom vode. Miješati dok se svi sastojci ne rastope (ne zakuhati). Ohladiti na sobnu temperaturu.

Izmućeno jaje umiješati u tu smjesu. Integralno brašno i prašak za pecivo pomiješati sa smjesom od meda. Tijesto ostaviti 30 minuta u hladnjaku. Razvaljati i rezati kalupićima. Peći na 200 °C, od 5 do 6 minuta.

„HELJDINI KOLAČIĆI“

Karlo Varga, 3. B

Sastojci:

- ❖ 50 g suhih brusnica,
- ❖ sok od pola naranče,
- ❖ 300 g heljdinog brašna,
- ❖ 1 žličica sode bikarbone,
- ❖ 2-3 žlice meda,
- ❖ malo cimeta,
- ❖ na vrh noža soli,
- ❖ 100 g badema u listićima,
- ❖ 75 ml maslinovog ulja,
- ❖ 150 ml sojinog vrhnja.

Priprema:

Nasjeckane suhe brusnice prelići sokom od naranče i ostaviti ih da omekšaju. Brašno pomiješati sa sodom bikarbonom, dodati malo cimeta i soli. Grublje usitniti listiće badema i umiješati ih u brašno. Dodati ulje, vrhnje i med. Umijesiti tijesto i na kraju dodati brusnice u soku. Tijesto ostaviti da odstoji 30 minuta u hladnjaku. Razvaljati, narezati kalupićima i peći na 180 °C, od 8 do 10 minuta.