



BOMBAS DE CHOCOLATE

-BOMBY CZEKOLADOWE

Normatyw surowcowy na ciasto:

- tłuszcz do blachy
- ¼ łyżeczki soli
- 1 ½ szklanki brązowego cukru
- 240g miękkiego masła
- 4 duże jajka
- ½ szklanki maślanki
- 1 łyżeczka ekstraktu waniliowego
- 120g posiekanej gorzkiej czekolady
- ¼ szklanki kakao deserowego
- 1 ½ szklanki wrzącej wody
- 1 ½ szklanki mąki
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej

Normatyw surowcowy na nadzienie kokosowo - pekanowe:

- 2/3 szklanki cukru
- 70g masła pokrojonego w kostkę
- 6 żółtek
- 450 ml mleka skondensowanego
- ½ łyżeczki ekstraktu z wanilii
- około szklanki uprażonych i wystudzonych wiórek kokosowych
- 2/3 szklanki orzechów pekan (uprażonych i wystudzonych)

Normatyw surowcowy na mus czekoladowy:

- 1 łyżka cukru
- $\frac{3}{4}$ szklanki śmietany kremówki
- $\frac{1}{4}$ łyżeczki ekstraktu waniliowego
- szczypta soli
- 120g posiekanej gorzkiej czekolady
- 100g masła
- 2 duże jajka (osobno żółtka i białka)

Normatyw surowcowy na polewę:

- 2 łyżki miodu lub syropu klonowego
- 1 szklanka śmietany kremówki
- 120g drobno posiekanej gorzkiej czekolady (70% kakao)

Sposób przygotowania ciasto:

1. Rozgrzać piekarnik do 165°C. Głębszą blachę do pieczenia natrzeć tłuszczem.
2. Czekoladę i kakao roztopić na parze a następnie odstawić do ostygnięcia.
3. Zmieszać mąkę, sodę oczyszczoną i sól.
4. Utrzeć masło z cukrem do uzyskania jasnej, puszystej masy (3-5 minut).
5. Dodać jajka, po jednym naraz. Powoli dodać maślanę i ekstrakt waniliowy.
6. Zmniejszyć prędkość miksera na małą. Na zmianę dodawać mieszankę mączną i czekoladę (zaczynając od mąki i na niej kończąc)
7. Ciasto przełożyć do formy i równomiernie je rozprowadzić.
8. Piec do czasu, aż stanie się sprężyste w środku, czyli przez około 20 minut. Pozostawić je na kratce do całkowitego ostygnięcia.

Sposób przygotowania ciasto nadzienie kokosowo - pekanowe:

1. Wiórki kokosowe i orzechy pekan przemleć robotem kuchennym na gruby proszek.
2. W rondelku zmieszać cukier, masło, żółtka, mleko skondensowane i wanilię. Gotować całość na średnim ogniu przez około 6-7 minut, ciągle mieszając.
3. Gotową masę ubijać na szybkich obrotach do czasu, aż ostygnie i stanie się puszysta (6-10 minut).
4. Dodać do masy mieszankę kokosowo - pekanową i mieszać mikserem ustawionym na średnią prędkość do czasu połączenia wszystkich składników.
5. Włożyć masę do lodówki.

Sposób przygotowania ciasto musu czekoladowego:

1. Roztopić czekoladę i masło na parze a następnie odstawić do lekkiego ostygnięcia.
2. Ubić białka jaj następnie powoli dodawać cukier i miksować całość aż do otrzymania sztywnej piany.
3. Ubić śmietanę na średnio-sztywną masę.
4. Zmieszać żółtka jaj, ekstrakt waniliowy i sól a następnie wmieszać szpatułką do masy czekoladowej.
5. Do masy dodać ubite białka i śmietanę. Całość mieszać do momentu połączenia się wszystkich składników.

Sposób przygotowania BOMB:

1. Silikonowe foremki na bomby umieścić wewnątrz wysokiej formy do pieczenia (o takich samych wymiarach jak forma, w której piekło się ciasto)
2. Z samego ciasta wyciąć 10 kół o średnicy równej średnicy otworów w foremkach na bomby.
3. Do środka każdego otworu foremek nałożyć około $\frac{1}{4}$ szklanki musu czekoladowego i rozprowadzić go równomiernie.
4. Włożyć foremki do lodówki lub zamrażalki na 10-20 minut do czasu, aż mus stężeje.
5. Nałożyć do każdej foremki nadzienie kokosowo - pekanowe (około 2 $\frac{1}{2}$ łyżeczki na jedną bombę).
6. Wierzch każdego otworu w foremce przykryć kółkiem z ciasta i lekko docisnąć.
7. Całość owinąć folią śniadaniową i włożyć do lodówki na całą noc.
8. Na następny dzień bomby wyjąć na drucianą kratkę. Pozostawić je na 2-3 godziny, aby osiągnęły temperaturę pokojową.

Sposób przygotowania polewy:

1. Posiekaną czekoladę i miód umieścić w misce (ze stali nierdzewnej).
2. W rondelku, na średnim ogniu podgrzać śmietanę do czasu, aż zacznie wrzeć.
3. Wlać ją na wierzch czekolady z miodem i pozostawić na 3 minuty.
4. Wymieszać całość na gładką masę.
5. Gotową polewą oblać równomiernie każdą z bomb. Włożyć je do lodówki na 2 godziny, do czasu aż polewa stężeje.
6. Przed podaniem pozostawić je na 30 minut w temperaturze pokojowej, by nieco się ogrzały. Podawać z syropem z marakuji.



La Mamunia
Bernadeta Kreft IIN



FALAFELE-KOTLECICKI Z SUROWEJ CIECIERZYCY

Normatyw surowcowy:

- 150 g ciecierzycy (namoczonej przez noc, minimum 11h)
- 1 cebula
- 2 zębki czosnku pęczek pietruszki
- 1 łyżeczka kuminu
- 1/2 łyżeczki kolendry
- 2 goździki
- 1/2 łyżeczka mielonego chili (do ostrych falafele)
- 1/2 łyżeczka soli
- 1/2 łyżeczka sody oczyszczonej

Sposób przygotowania:

1. Ciecierzycę zalać dzień wcześniej wodą i zostawić na noc aby napęczniała. Na następny dzień zlać z niej wodę, wypłukać i odstawić na durszlaku aby się osuszyła.

2. Ciecierzycę, cebulę, czosnek, pietruszkę zmiksować w robocie kuchennym tak aby masa nie została zmiksowana na gładko lecz na tyle drobno aby można było lepić z niej kotleciki.

3. Kumin, kolendrę oraz goździki rozetrzeć w moździerzu a następnie ręcznie wcierać wszystkie przyprawy w masę, łącznie z sodą oczyszczoną i formować kotleciki wielkości spłaszczonej piłki do pin pona.

4. Falafele smażyć na głębokim, rozgrzanym oleju a po około 5 minutach, jak się ładnie zarumienią na brązowo, wyciągnąć i odsączyć nadmiar tłuszczu na ręczniku papierowym.

Falafele najlepiej podawać z sosem tahini

Sos tahini:

Normatyw surowcowy:

- 1-2 ząbki czosnku
- sok z 1 cytryny
- sól do smaku
- posiekane orzechy włoskie
- sezam prażony
- posiekana zielona pietruszka

Sposób przygotowania:

Składniki wrzucić do blendera i zmiksować do uzyskania jednolitej pasty.

Gęstość sosu można regulować ilością dodawanego jogurtu lub wody.



Źródło: <http://poradnikkulinarny.blogspot.com.es/2015/01/ciecierzycyca-w-kuchni.html?m=1>

La Mamunia

Bernadeta Kreft IIN