



Tefal
www.tefal.co.rs

KNJIGA RECEPTA - EASY SOUP

Tefal

Tefal



KNJIGA RECEPTA

EASY SOUP



Tefal[®]

Easy soup





KREM SUPE

P 04 - 06

Supa od tikvica i kremastog sira	04
Supa sa kremom od cvekle i sirom marke Laughing Cow®	04
Krem supa od cannellini graška	04
Krem supa od narandže i muskantne tikve	05
Krem supa od paradajza i bosiljka	05
Krem supa od korena celera sa kimom	05
Krem supa od praziluka i roquefort sira	06
Krem supa od šargarepe i tartara od Jakobovih kapica	06

SUPE SA POVRĆEM

P 07 - 09

Umirujuća pileća supa	07
Supa od 4 vrste povrća	07
Supa od praziluka i krompira	07
Suncem okupana supa od povrća	08
Supa od slatkog krompira i crvenog sočiva	08
Supa od zelenog povrća	08
Supa od kozica, slatkog kukuruza i kokosovog mleka	09
Marokanska supa od povrća (čorba)	09

HLADNE LETNJE SUPE

P 10 - 11

Ohlađena supa od graška	10
Tradicionalni gazpacho	10
Zeleni gazpacho	11
Bela krem supa	11

PIREI

P 12 - 13

Pire od jabuka s cimetom	12
Pire od jabuka i suvih šljiva	12
Kesten pire sa vanilom	13
Pire od kruški i banana	13

FRAPEI

P 14

Frape od banane i sladoleda od vanile	14
Lassi sa mentom (tradicionalni indijski napitak na bazi jogurta)	14
Frape od jagoda i cimeta	14

DEZERTI

P 15

Fondan od čokolade	15
Kolač sa trešnjama i kokosom	15
Kaša od malina i rabarbare	15

kašika → supena kašika / kašičica → čajna kašika

AUTOMATSKI PROGRAMI

Easy soup ima 4 automatska programa za kuvanje:

- **Krem supa: 23 minuta**
- **Supa sa povrćem: 25 minuta**
minestrone, boršč, čorba, itd.
- **Kompot: 20 minuta**
- **Miksiranje: 4 minuta**

za sva vaša miksiranja (topli i hladni sastojci)

Da biste izabrali program, pritisnite željena podešavanja, a zatim taster **Start**.

PRIPREMANJE SASTOJAKA

Za optimalni rezultat uvek odaberite kvalitetne sastojke. Ako koristite zamrznute namirnice, trebalo bi da ih odmrznete pre upotrebe.

Obavezno iseckajte sve sastojke na male kocke veličine 1 do 2cm kako biste olakšali proces kuvanja i miksiranja.

U aparat prvo stavite povrće, zatim meso, ribu ili testeninu i na kraju dodajte tečnost. Promešajte sve sastojke pre nego što stavite poklopac.



Recepti su namenjeni za 4 osobe. Pridržavajte se navedenih količina za izvrsne rezultate. Gustinu svoje supe možete promeniti dodavanjem više ili manje tečnosti. Međutim, ne smete prekoračiti oznake «min» (minimalno) i «max» (maksimalno) navedene na posudi.

PRAKTIČNI SAVETI

Dve dodatne funkcije učiniće vaše korišćenje aparata Easy Soup još jednostavnijim.

- **Keep warm** (održavanje toplote): nakon programa za kuvanje, Easy Soup će se automatski prebaciti u način rada «keep warm» koji će vašu hranu održavati toplom još 40 minuta.
- **Jednostavno čišćenje:** da lakše očistite aparat, pokrenite ovaj program odmah nakon pripreme supe.



- 60g seckanog luka
- 100 g punomasnog kremastog sira (Philadelphia ili nešto slično)
- 600 g tikvica iseckanih na kockice
- 2 kašike iseckanog svežeg estragona
- 400 ml vode
- So i sveže mleveni biber

ZA DEKORACIJU
Prstohvat čilija u prahu

Supa od tikvica i kremastog sira

U aparat stavite luk, kremasti sir, zatim tikvice, 1 kašičicu estragona i vodu. Dodajte so. Na aparat za pripremu suppe stavite poklopac i odaberite opciju «krem supa».

Kada je supa gotova, sipajte je u tanjire i servirajte. Pospite je mlevenim biberom, čilijem u prahu i ostatkom estragona.

Varijacije na temu! Dekorišite naseckanim svežim biljem i dodatnim kremastim sirom. Možete koristiti kapar ili bosiljak, sir marke Laughing Cow® ili kremasti maskarpone da biste ovu supu učinili ukusnijom ili kremastijom.



- 700 g muskantne tikve isečene na kockice
- 60 g luka
- 100 g krompira isečenog na kockice
- 150 ml soka od naranče
- 300 ml vode
- 1 ravna kašičica karija
- 1 ravna kašičica šećera
- so

ZA DEKORACIJU
Kora naranče i semenke kima

Krem supa od naranče i muskantne tikve

U aparat za pripremu suppe stavite sve sastojke (osim onih koji se koriste za dekoraciju). Odaberite opciju za pripremu krem suppe «**creamed soup**».

Kada je supa gotova, sipajte je u tanjire za supu. Po vrhu posipajte koru naranče i semenke kima.

Jesen je savršeno doba za muskantnu tikvu koja je tada zrela i spremna za kuvanje. Za ovaj recept smo odabrali muskantnu tikvu zbog njenog slatkog ukusa i tračka arome lešnika, ali je isto tako može zameniti i bundeva.

- 450 ml govedeg bujona
- 450 g kuvane cvekle iseckane na kockice
- 300 g oljuštenog paradajza iseckanih na kockice
- 60 g seckanog luka
- 1 čen belog luka
- 4 trouglića sira marke Laughing Cow (ili bilo koja druga vrsta koja postoji u vašoj prodavnici)
- si, biber

Supa s kremom od cvekle i sirom marke Laughing Cow®

U aparat stavite goveđi bujon, povrće i beli luk. Dodajte trougliće sira. Začinite solju i biberom.

Odaberite opciju za pripremu krem suppe «**creamed soup**». Poslužite ovu ukusnu crvenu supu dekorisanu sitno iseckanom krasuljicom i nekoliko kapi balsamico sirćeta.

Cvekla je povrće koje se izvrsno kombinuje sa nekoliko drugih sastojaka. Da biste dobili bogatiji ukus možete dodati komadiće pržene slanine ili čak, u posebnim prilikama, kockice kuvane gušče džigerice.

ZA DEKORACIJU
Prstohvat čilija u prahu



- 1 ravna kašika kukuruznog brašna
- 700 g oljuštenog paradajza sa uklonjenim semenkama isečenog na četvrtine
- 60 g iseckanog luka
- 1 oljušteni čen belog luka
- 1 komadić maslaca
- 2 kašike mascarponea
- 500 ml bujona od povrća
- 10 seckanih listova bosiljka
- 2 kašike mlevenih prženih pinjola
- 2 kašike rendanog parmezana
- So, biber

Krem supa od paradajza i bosiljka

Kukuruzno brašno pomešajte sa malo vode.

U aparat stavite paradajz, luk, beli luk, maslac, pomešano kukuruzno brašno, mascarpone i bujon od povrća. Malo posolite (sam bujon od povrća je malo slan) i začinite biberom. Pritisnite taster pripremu krem suppe «**creamed soup**».

Supu poslužite uz dodatak mlevenih prženih pinjola, bosiljka i parmezana.

Ovu krem supu možete poslužiti toplu ili hladnu.



- 400 g cannellini graška (pogledajte savet dole)
- 75 g oljuštenog luka
- 15 g wasabija (po želji)
- So, biber
- 4 kašike pavlake za kuvanje

ZA DEKORACIJU
100-120 g dimljenih komadića pastrmke

Krem supa od cannellini graška

U aparat stavite cannellini grašak, luk i vodu. Dodajte ren i začinite po ukusu. Odaberite opciju za pripremu krem suppe «**creamed soup**».

Kada je supa gotova, sipajte je u tanjire i servirajte. Na vrh dodajte kašiku pavlake, a zatim dimljene komadiće pastrmke.

Ovo jelo možete napraviti od svežeg ili zamrznutog graška. Ako koristite zamrznuti grašak, trebalo bi ga odmrznuti pre upotrebe.



- 400 g korena celera iseckanog na kockice
- 60 g iseckanog luka
- 60 g narezanog celera
- 160-180 g jabuka sečenih na kockice
- 500 ml vode
- 100 g mascarponea (2 pune kašike)
- So, biber
- 1 kašičica mlevenog kima

ZA DEKORACIJU
Seme kima, sveža majčina dušica

Krem supa od korena celera sa kimom

U aparat stavite koren celera, luk, jabuke, celer, vodu, so i kim. Odaberite taster za pripremu krem suppe «**creamed soup**».

Kada je kuvanje završeno, otvorite poklopac. Dodajte mascarpone. Odaberite taster za miksanje «**blend**».

Sipajte u tanjire za supu. Dodajte semenke kima, majčinu dušicu i biber.

Kim je začim koji se uglavnom koristi u azijskoj kuhinji. Možete ga zameniti kari začimom ili čak zameniti sa malo vanile koja će krem supi dati sladak ukus.





- 400 g secakog praziluka (beli delovi)
- 60 g seckanog crnog luka
- 100 g krompira iseckanog na kockice
- 15 g kukuruznog brašna
- 600 ml pilećeg bujona
- 60 g roquefort sira
- So

ZA POSLUŽIVANJE
Nekoliko mlevenih oraha
Ulje oraha, 5 mlevenih zrna bibera

Krem supa od praziluka i roquefort sira

Kukuruzno brašno pomešajte sa malo hladnog bujona.

U aparat stavite povrće, pomešano kukuruzno brašno, bujon i roquefort sir. Dodajte so. Odaberite taster za pripremu krem supe «**creamed soup**».

Supu sipajte u tanjire za supu. Pospite je sa nekoliko kapi orahovog ulja i mlevenim orasima. Dodajte nekoliko prstohvata mlevenog bibera.

Ova supa može biti i izvrstan umak za odrezak.



- 200 g seckane šargarepe
- 200 g malih cvetova karfiola
- 60 g sitno seckanog luka
- 200 g filea pilećih prsa sečenog na kockice veličine 2 cm
- 600 ml pilećeg bujona
- 1 svežanj aromatičnog bilja (npr. sveži peršun, lovor i majčina dušica zajedno povezani vrpcom)
- so, biber

ZA DEKORACIJU
1 kašika seckanog peršuna
1 kašika grubo mlevene slačice
2 kašike punomasne pavlake

Umirujuća pileća supa

Pomešajte povrće sa piletinom i stavite u aparat. Dodajte bujon i svežanj bilja. Začinite solju i biberom. Stavite poklopac i odaberite taster za pripremu supe sa povrćem «**soup with pieces**».

Dok čekate, pomešajte punomasnu pavlaku i slačice.

Kada je kuvanje završeno, uklonite svežanj bilja. Supu poslužite vruću uz umak i peršun prilog.

Supi možete dati orijentalni ukus dodavanjem umaka od soje, pirinčanog sirčeta i korijandera.



- 550 g iseckane šargarepe
- 60 g seckanog šalota
- 4 g seckanog đumbira
- 500 ml vode
- 15 g kukuruznog brašna
- 30 g maslaca
- 16-180 g Jakobovih kapica
- pola narandže (kora i sok)
- 1 kašičica pirinčanog sirčeta
- so

ZA DEKORACIJU
Susam, sitno seckani vlašac (ili mladi luk ili praziluk)

Krem supa od šargarepe i tartara od Jakobovih kapica

Kukuruzno brašno pomešajte sa 3 kašike vode. U aparat stavite šalot, šargarepu, đumbir, pomešano kukuruzno brašno, vodu, maslac i malo soli.

Dok čekate, Jakobove kapice naseckajte na kockice. Kapice začinite korom i sokom narandže, susamovim uljem, pirinčanim sirčetom i solju. Tartar od Jakobovih kapica stavite u sredinu tanjira za supu.

Kada je supa gotova, preko tartara prelijte ukusnu supu. Dodajte susam i malo sitno seckanog vlašca.

Osetićete topli ukus supe kao i izvrstan kontrast vruće supe i hladnog tartara.

- 150 g seckanog praziluka
- 150 g šargarepe seckane na kockice
- 150 g repe seckane na kockice
- 100 g seckanog luka
- 1 oljušteni čen belog luka
- 1 narezana stabljika celera
- 700 ml vode
- so, biber

ZA DEKORACIJU
Malo ementalera ili rendanog francuskog sira, prepečene kockice hleba.

Supa od 4 vrste povrća

U aparat stavite sve sastojke. Odaberite taster za pripremu supe sa povrćem «**soup with pieces**».

Poslužite sa malo rendanog sira i prepečanim kockicama hleba koje su na maslacu poprimile zlatnu boju.

Ako želite da ova supa bude gušća da biste mogli da je poslužite kao glavno jelo, zamenite 100 g šargarepe i 100 g praziluka sa 250 g krompira.



- 300 g seckanog praziluka
- 200 g krompira seckanog na kockice
- 75 g seckanog luka
- 1 sitno seckan čen belog luka
- 1 kocka goveđeg bujona
- 630 ml vode
- 1 komadić maslaca

ZA DEKORACIJU
2 kašike seckane krasuljice

Supa od praziluka i krompira

U aparat za pripremu supe stavite sve sastojke osim peršuna. Odaberite opciju pripreme supe sa povrćem «**soup with pieces**».

Kad je kuvanje završeno, dodajte krasuljicu i poslužite.

Za ovu supu se može koristiti i taster za pripremu krem supe «creamed soup». Dodajte malo punomasne pavlake i dočete tradicionalnu francusku supu vichyssoise.





- 60 g seckanog slatkog luka
- 100 g tikvica seckanih na kockice
- 100 g žute paprike seckane na kockice
- 100 g plavog patlidžana seckanog na kockice
- 100 g leblebija
- 100 g sitne testenine
- 30 g crvenog pesta od paradajza (1 velika kašika)
- 850 ml vode
- so, biber

ZA DEKORACIJU
Rendani parmezan, kriška tostiranog hleba i ajoli

Suncem okupana supa od povrća

Crveni pesto pomešajte sa vodom.

U aparat za pripremu supa stavite luk, tikvice i žutu papriku. Na vrh dodajte leblebije, plavi patlidžan i sitnu testeninu.

Dodajte mešavinu crvenog pesta i vode. Začinite po ukusu. Odaberite opciju pripreme supa sa povrćem **«soup with pieces»**.

Poslužite sa rendanim parmezanom, kriškom tostiranog hleba i umakom ajoli.

Ovaj je recept jednostavno prilagoditi svom ukusu ili sastojcima koje imate u kuhinji. Jednu ili dve vrste povrća iz ovog recepta možete zameniti onim koje imate kod kuće ako su jednake težine, dok testeninu možete zameniti pirinčem.



- 400 g očišćenih sirovih kraljevskih kozica (16 komada)
- 100 g iscedenog konzerviranog šećerca
- 400g seckanog celera
- 100 seckane šargarepe
- 60 g seckanog crnog luka
- 200 g kokosovog mleka
- 400 ml vode
- so, biber

ZA DEKORACIJU
Rendani kokos i čili u prahu

Supa od kozica, šećerca i kokosovog mleka

Pomešajte kozice sa povrćem. Stavite u aparat za pripremu supa. Dodajte kokosovo mleko i vodu. Začinite solju i biberom. Poklopite i pritisnite taster za pripremu supa sa povrćem **«soup with pieces»**.

Sipajte u tanjire, dodajte rendani kokos i malo čilija u prahu.

Ova supa odiše egzotičnim ukusom, ali ako želite da bude intenzivnija dodajte kari prah i/ili sveži korijander. Nakon kuvanja možete takođe dodati kineska pirinčana rezanca ili japanska udon rezanca.

- 300 g slatkog krompira seckanog na kockice veličine 2 cm
- 60 g seckanog slatkog luka
- 100 g crvenog sočiva
- 150 g krompira sečenog na kockice od 2 cm
- 600 ml vode
- so, biber

Supa od slatkog krompira i crvenog sočiva

U aparat za pripremu supa stavite sve sastojke (osim korijandera).

Pritisnite taster za pripremu supa sa povrćem **«soup with pieces»**.

Dodajte korijander i poslužite.

Ako pravite ovu supu za decu, izostavite korijander i dekorišite je smajlijem od kečapa!



ZA DEKORACIJU
2 kašike seckanog korijandera



- 100 g spanaća
- 100 g cvetova brokolija
- 150 g oljuštenog graška
- 60 g seckanog luka
- 800 ml vode
- so, biber

PO ŽELJI
1 kašičica wasabi paste

Supa od zelenog povrća

U aparat za pripremu supa stavite luk, spanać i grašak, a zatim brokoli. Začinite solju i biberom. Dodajte wasabi pastu ako je koristite, a zatim vodu. Pritisnite taster za pripremu supa sa povrćem **«soup with pieces»**.

Supu sipajte u tanjire i dodajte nekoliko oljuštenih celih zrna wasabi graška.

Za pikantniju supu dodajte još jednu kašičicu wasabi paste, rena ili grubo mlevene slačice. Možete dodati i 50 g sitne testenine ili kuvanih leblebija kako bi supa imala više teksture.



- 2 paradajza srednje veličine, oljuštena, sa uklonjenim semenkama i sečeni na kockice
- 150 g tikvica seckanih na kockice
- 150 g šargarepe seckane na kockice
- 60 g seckanog luka
- 150 g krompira seckanog na kockice
- 150 g kuvanih leblebija
- 50 g bulgura
- 500 ml vode
- 1 velika kašika (20 g) pariranog paradajza
- so, biber

ZA DEKORACIJU
1 kašika seckane nane
1 kašika seckanog svežeg korijandera

Marokanska supa od povrća (čorba)

Pripremite povrće, a zatim ga pomešajte sa bulgurom. Stavite u aparat za pripremu supa. Začinite solju i biberom. Dodajte vodu i paradajz. Zatvorite poklopac. Pritisnite taster za pripremu supa sa povrćem **«soup with pieces»**.

Nakon kuvanja dodajte bilje i probajte supu dok je vruća.

Da biste ovu okrepljujuću supu pretvorili u lakšu letnju supu, izostavite leblebije, krompir i bulgur i zamenite ih paradajzom, šargarepom i tikvicama.





- 300 g graška
- 60 g luka
- 300 g svežeg krastavca seckanog na kockice
- 300 ml vode
- 200 ml pavlake od soje
- 20 svežih listova nane
- 1/2 limuna
- 1 kašičica šećera
- so, biber

Ohlađena supa od graška

U aparat za pripremu supe dodajte grašak, luk, krastavac, vodu i pavlaku od soje. Začinite po želji. Pritisnite taster za pripremu krem supe «**creamed soup**».

Stavite u frižider na 4 sata dok se supa ne ohladi.

Otvorite aparat za pripremu supe. Dodajte šećer, listove nane i sok od polovine limuna. Pritisnite taster za miksiranje «**blend**».

Poslužite ohlađeno.

Za pikantniju supu dodajte 1 kašičicu wašabi paste, rena ili grubo mlevene slačice. Možete dodati i 50 g sitne testenine ili leblebija kako bi supa imala više teksture.



- 400 g svežeg krastavca seckanog na kockice
- 150 g zelenih paprika sa uklonjenom kožom, seckanih na kockice
- 200 g oljuštenih zelenih Grany Smith jabuka seckanih na kockice
- 30 g seckanog slatkog luka
- 20 opranih listova bosiljka
- 250 g prirodnog jogurta
- 1 kašika meda
- 250 ml vode
- sok jedne limete

ZA DEKORACIJU

Nekoliko seckanih listova bosiljka
Nekoliko kapi maslinovog ulja
Nekoliko zrelih zelenih maslina

Zeleni gaspacho

U aparat za pripremu supe stavite sve sastojke. Odaberite opciju za miksiranje «**blend**».

Dodajte bosiljak, maslinovo ulje, zelene masline i poslužite ohlađeno.

Ako volite začine, možete dodati malo sveže rendanog đumbira ili Tabasco® sosa - koristite onaj sa zelenom paprikom da biste zadržali boju supe.



- 300 g svežeg krastavca seckanog na kockice
- 250 g oljuštenog paradajza sa uklonjenim semenkama, seckanog na kockice
- 150 g paprika sa uklonjenim semenkama, seckane na kockice
- 60 g seckanog crnog luka
- 550 ml vode
- 1 kašika kečapa
- 1 oljušteni češanj belog luka sa uklonjenom prokljalom sredinom, sitno seckan
- 1 kašika Worcestershire sosa
- 2 kašike maslinovog ulja
- 20 listova bosiljka
- 5 do 10 kapi Tabasco sosa
- 3 kriške dvopeka

Tradicionalni gaspacho

Sa strane ostavite malo krastavca i paprike sitno iseckane za dekoraciju supe. Ostavite i nekoliko listova bosiljka.

Usitnite dvopek. U aparat za pripremu supe stavite sve sastojke. Ostavite da stoji 30 minuta. Zatim pritisnite taster za miksiranje «**blend**».

Gaspacho ostavite u frižideru nekoliko sati pre nego što ga poslužite dobro rashlađenog.

Supu sipajte u tanjire za supu. Dekorišite povrćem koje ste ostavili sa strane uz nekoliko kapi maslinovog ulja i seckanim bosiljkom.



- 40 g paste od badema (vidi dole)
- 400 g jerusalemske artičoke seckane na kockice
- 1 oljušteni čen belog luka
- 1 seckani beli deo praziluka (oko 100 g)
- 3 kriške belog hleba za sendvič (bez korice) seckan na kockice
- 1 obilna kašika maslinovog ulja
- 700 ml vode
- jabukovo sirće
- so, biber

ZA DEKORACIJU

Prženi listići badema
Nekoliko zlatnog suvog grožđa

Bela krem supa

U aparat za pripremu supe stavite sve sastojke (osim sirćeta i listića badema). Odaberite opciju za pripremu krem supe «**creamed soup**». Nakon kuvanja supu stavite u frižider da se dobro ohladi.

Supu začinite jabukovim sirćetom. Odaberite taster za usitnjavanje «**blend**».

Poslužite dekorisano posutim listićima badema i nekoliko zlatnog suvog grožđa.

Inspiracija za ovaj recept je špansko jelo ajo blanco (ohlađena supa od badema) u kojem se koristi koren celera umesto jerusalimske artičoke. U prodavnicama zdrave hrane možete pronaći pastu od badema u teglama, još se naziva i creme d'amandes. Ako ne uspete da je pronađete, možete je napraviti kod kuće ili zameniti sa punomasnom pavlakom ili sirom mascarpone.



- 700 g kockica jabuke, Gala ili Zlatni delišes na primer
- 1 kašika vanilin šećera
- 1 puna kašičica mlevenog cimeta
- 100 ml vode

Pire od jabuka

U aparat za pripremu supe stavite sve sastojke. Pritisnite taster za pripremu kompota «**compote**». Sipajte u četiri staklene posude i ostavite u frižider da se ohladi pre posluživanja.

Pire od jabuka možete poslužiti zasebno ili uz lisnato testo punjeno jabukom, ili ga možete koristiti za dekoraciju domaće voćne pite. Ako želite nešto jednostavnije, možete ga koristiti kako biste dali ukus jogurtu ili za mešavinu voća i mlečnih proizvoda.



- 250 g kuvanog kestenja
- 300 g jabuka seckanih na kockice
- 60 g šećera
- 1 vanilin štapić
- 150 ml vode

Kesten pire sa vanilom

Prepolovite štapić vanile po dužini i sastružite semenke. Sve sastojke stavite u aparat i odaberite taster za pravljenje kompota «**compote**».

Ohlađeni pire držite na hladnom ili poslužite mlako sa jogurtom ili kremastim sirom.

Ovaj pire možete koristiti kao osnovu za neki drugi pire po vlastitom ukusu, koristeći ga sa kremom od belanaca ili sa vanila krem sirom sa malo šećera.



- 600 g kockica jabuke, na primer Gala ili Zlatni delišes
- 100 g suvih šljiva bez koštica (oko 12 komada)
- 1/2 limuna (samo sok)
- 100 ml vode

Pire od jabuka i suvih šljiva

U aparat za pripremu supe stavite sve sastojke. Odaberite taster za pripremu kompota «**compote**». Za finiju teksturu odaberite taster za usitnjavanje «**blend**».

Sipajte u četiri staklene posude i ostavite da se ohladi u frižideru.



- 400 g kruški seckanih na kockice
- 300 g banana seckanih na kriške
- 2 obilne kašike meda
- 1/2 limuna (samo sok)
- 80 ml vode

Pire od kruški i banana

U aparat za pripremu supe stavite sve sastojke. Odaberite taster za pripremu kompota «**compote**». Sipajte pire u male posude i nekoliko sati pre posluživanja stavite u frižider da se hladi.

Ako želite ukusniju alternativu, med možete zameniti čokoladnim namazom ili dodati kakao u prahu.



- 4 banane sečene na kriške
- 200/210 g sladoleda od vanile (oko 5 kugli)
- 250 ml punomasnog mleka

ZA DEKORACIJU
Nekoliko slatkiša sa ukusom banane

Frape od banana i sladoleda od vanile

U aparat za pripremu supe stavite banane i sladoled. Sipajte mleko. Stavite poklopac i odaberite taster za miksiranje **«blend»**.

Poslužite hladno (ne ostavljajte da odstoji) uz poslasticu sa ukusom banane.

Promenite vrstu voća i ukus sladoleda da biste napravili frape po svom ukusu. Mango, kruška, breskva i kajsija su dobar izbor, kao i sladoled od karamele ili cimeta.



- 200 g obične čokolade sa 55% kakaa
- 200 g maslaca
- 4 jaja
- 150 g sitnog šećera
- 80 g brašna (običnog)
- Maslac i braon šećer za oblaganje unutrašnje strane posude za pečenje

Fondan od čokolade

Unutrašnju stranu posude za pečenje obložite maslacem i braon šećerom. Zagrejte rernu na 200°C.

Zajedno rastopite šećer i maslac (u mikrostalnoj ili u posudi).

U aparat za pripremu supe stavite mešavinu čokolade i maslaca, a zatim druge sastojke navedenim redosledom. Odaberite opciju za miksiranje **«blend»**.

Jednom kad je mešavina gotova, sipajte je u posudu za pečenje. Stavite je u rernu na 20 minuta.

Ukus i miris fondana možete pojačati dodavanjem jedne kašičice mlevenog cimeta ili mlevenog đumbira.



- 400 g manga (otprilike 1 komad)
- 400 g prirodnog jogurta
- 10 svežih listova nane
- 100 ml mleka
- 2 kašike meda
- 4 kockice leda

Lassi sa nanom

(tradicionalni indijski napitak na bazi jogurta)

U aparat za pripremu supe stavite sve sastojke. Odaberite opciju za miksiranje **«blend»**.

Sipajte u čaše i poslužite hladno (ne ostavljate da odstoji).

Ako ste intolerantni na laktozu, lassi možete napraviti sa sojinim mlekom ili sojinim jogurtom.



- 4 jaja
- 400 ml kokosovog mleka
- 65 g brašna
- 60 g sitnog šećera
- 1 kesica vanilinog šećera
- 15 g rendanog kokosa
- 250 g trešanja bez koštica
- Maslac i braon šećer za oblaganje unutrašnje strane posude za pečenje

Kolač sa trešnjama i kokosom

U aparat za pripremu supe navedenim redosledom stavite jaja, kokosovo mleko, brašno i šećere. Pritisnite taster za miksiranje **«blend»**. Zagrejte rernu na 180°C.

Posudu za pečenje obložite maslacem i braon šećerom. Rasporedite višnje po posudi za pečenje. Sipajte mešavinu. Po vrhu posipajte rendani kokos. Stavite u rernu na 45 do 50 minuta. Poslužite ohlađeno.

Ako koristite samo mleko (i malo ruma), trešnje zamenite suvim šljivama, možete napraviti flan od suvih šljiva. Još jedna ukusna alternativa trešnjama su komadići čokolade.



- 4 sojina jogurta
- 350 g jagoda seckanih na polovine ili četvrtine
- 2 kašike vanilinog šećera
- 1 puna kašičica mlevenog cimeta

Frape od jagoda i cimeta

U aparat za pripremu supe stavite sve sastojke. Odaberite opciju za miksiranje **«blend»**. Odmah poslužite.

Ako jogurt i jagode nisu rahlađene, možete dodati 4 kockice leda da bi frape bio odgovarajuće temperature. Cimet napitku daje ukusan sladak ukus, ali ako želite možete ga izostaviti ili zameniti vanilinim šećerom ili mlevenim đumbirom.



- Za 800 ml coulisa**
- 500 g rabarbare sa odsečenim vrhovima, seckana na komade
 - 60 g šećera
 - 70 ml vode
 - 125 g malina

Kaša od malina i rabarbare

U aparat za pripremu supe stavite rabarbaru, šećer i vodu. Odaberite opciju za pripremu kompota **«compote»**.

Kada je kuvanje završeno, kašu stavite u frižider.

Kada se kaša rashladi, dodajte maline. Pritisnite taster za miksiranje **«blend»**.

Maline možete zameniti bilo kojim drugim crvenim voćem koje volite.