

Mrkvové kapsičky plněné povidly

350 g hladké nebo špaldové mouky

250 g tuku

250 g nastrouhané mrkve na jemno

1 prášek do pečiva

Zpracovat těsto, vyválet a krájet obdélníky, které plníme povidly

Sušenky s ovesnými vločkami

200 g mletých ořechů nebo mandlí

150 g kokosu

300 tuku

200 ovesných vloček

200 g cukru moučky

150 g polohrubé mouky

2 vanilkové cukry

4 vejce

1 prášek do pečiva

Podle chuti můžeme přidat čokoládu na kousky, kandované ovoce, sušené ovoce

Zpracovat těsto a vykrajovat sušenky

Jáhlovo-makové sušenky

300 g jáhly

600 ml vody

300 g Sojová smetana

300 g mletý mák

60 g kokosu

90 g med

Špetka soli

Jáhly zalít vodou a vařit 12 minut, po té přidat ostatní suroviny a obalovat v kokosu. Opět můžeme přidat čokoládu na kousky, kandované ovoce, sušené ovoce, rozinky