



VRTEC MAVRICA TREBNJE, Režunova ulica 8, 8210 Trebnje

Tel.: 07/34 81 180 / Fax: 07/34 81 192

Identifikacijska številka za DDV: SI 90961030

e-poštna: info@vrtec-trebnje.si

<http://www.vrtec-trebnje.si>



DOMAČI NAMAZI, KI JIH PRIPRAVLJAMO V VRTCU

Skutin namaz z medom

- 200 g puste skute
- 2 – 3 žlice sladke smetane
- 1-2 žlici masla
- 2 žlici medu
- 6 orehovitih jedrc ali lešnikov
- Vanilij sladkor
-

Priprava

- Orehova jedrca (lešnike) drobno *sesekljam*o.
- Skuto *pretlačimo* v skledo. Dodamo sladko smetano, maslo, med, sesekljana orehova jedrca alo lešnike in vanilij sladkor.

Čičerikin namaz

- 250 dag čičerike
- Naribano korenje
- Sesekljana čebula
- Česen, peteršilj
- Sezam
- Majoneza po okusu

- V skledi vse skupaj dobro zmešamo.

Skutin namaz s korenčkom

- 300 g puste skute
- 3 žlice kisle smetane
- 2 žlici drobno naribanega korenčka
- sol
- beli poper v zrnu
- 1 zvrhana žlička sesekljanega peteršilja

Priprava

- V skledo *pretlačimo* skuto. Dodamo kisko smetano, sol in sveže mlet beli poper. Dobro premešamo.
- Korenček drobno *naribamo* in stresemo na skuto. Dodamo še *sesekljan* peteršilj in dobro premešamo.
- Skledo pokrijemo s *prozorno folijo* in za 30 minut postavimo v hladilnik.

Skutin namaz z zelišči

- 250 g puste skute
- 2 žlici kisle smetane Mileram
- 2 žlici jogurta
- sol
- 1 – 2 žlici drobno sesekljanih zelišč: drobnjak, peteršilj,...

Priprava

- Skuto *pretlačimo* v skledo.

Bučni namaz

- 200 g polnomastne skute
- 1 žlica kisle smetane
- 1 žlica bučnega olja
- 1 žlica bučnih semen
- Sol

Priprava

- Bučna semena drobno sesekljam.
- Skuto stresemo v skledo; po potrebi jo nekoliko zdrobimo z vilicami. Dodamo ji kisló smetano bučno olje in sesekljané bučnice ter dobro premešamo. Kisló smetano praviloma lahko nadomestimo z (gostim) jogurtom.

Špinačni namaz

12,5 dag masla
10 dag špinače
2 kom trdo kuhano jajce
sol
malo česna

Priprava:

Špinačo prevremo in odcedimo, dodamo naribano jajce in maslo ter po potrebi dosolimo. Na koncu dodamo še malo strtega česna.

Fižolov namaz

- 70 dag mletih lešnikov
- 1 kg belega fižola
- 2 kozarca vložene paprike
- 4 kom velike kisle smetane milarem 450 g
- Česen, peteršilj, sol

Čokoladni namaz

- 200 g mletih praženih lešnikov
- 200 g masla (lahko tudi kokosovega masla) sobne temperature
- 250 g medu (lahko tudi manj)
- 80 g 100% kakava v prahu
- začimbe po okusu (vanilija, cimet, ingver, kardamom, klinčki, piment, janež,...) – ni nujno

Martinjanski namaz

- 200g skute
- 2 žlici kisle smetane
- Na drobno narezane kisle kumarice
- Koper in sol

Sadni namaz

- 500g skute
- 1,25 dcl slad. smetane
- 400g jagod (borovnic, malin,...)

Ribji namaz

- 250g masla
- 250g sardele v oljčnem olju

■ Sardele iz pločevinke odcedimo, stresemo v skledo in stremo z vilicami ter dodamo maslo. Maslo lahko nadomestimo z 200g puste skute in 2 žl. kisle smetane.

Sirni namaz z zelenjavo

- 10 dag masla
- 10 dag sira LIVADA
- korenček, kislá kumarica, sveža paprika (rdeča, zelena)
- sol, gorčica
- sveži peteršilj

Priprava:

Sir na drobno naribamo, dodamo maslo in drobno narezano zelenjavo. Z zelenjavo se prilagajamo sezoni. Sestavine zmešamo v namaz. Ne pozabimo na drobno sesekljan peteršilj.

Sirni namaz z ajvarjem

- 12,5 dag masla
- 10 dag sir LIVADA
- 1 žlica ajvarja
- sol, gorčica
- sveži peteršilj

Priprava:

Sir na fino naribamo in dodamo ostale sestavine in jih zmešamo v namaz. Ne pozabimo dodati na drobno nasekljanega peteršilja.

Tunin namaz

- Tuna v oljnim olju
- Nekaj žlic masla
- Majoneza po okusu

Mesno-zelenjavni namaz

- 2 kom trdo kuhano jajce
- 200 g kuhan korenček
- 250 g piščančje ali puranje salame
- 350 g Kisle kumarice
- Majoneza

Korenček in jajca skuhamo. Vse sestavine narežemo in dodamo majonezo po okusu ter vse skupaj dobro premešamo.

