

Περισσεύματα φρούτων και λαχανικών

Δημοσιεύθηκε από Hlianna - 16/03/2009 14:18

Φρούτα που έχουν παραγίνει γιατί να τα πετάξουμε; Γίνονται ωραιότατα κέικ, με μήλο με μπανάνες, εσπεριδοειδή, κ. α.

Μπανάνες παραγινωμένες και μαυρισμένες μπορούν να γίνουν ωραιότατα κέικ. Όπως το δικό μου Κέικ μπανάνας

<http://i44.tinypic.com/2zfltn6.jpg>

=====

Απ:Περισσεύματα φρούτων και λαχανικών

Δημοσιεύθηκε από Hlianna - 27/05/2009 19:01

Με τα φρούτα που έχουν αρχίσει να παραωριμάζουν μπορείτε να φτιάξετε ένα κουλί, δηλαδή μια σάλτσα για το γιαούρτι, τα γλυκά ή τα παγωτά σας.

Τα ωμά κουλί φτιάχνονται πολτοποιώντας απλά τα ώριμα φρούτα στο μπλέντερ μαζί με ζάχαρη, λίγο λεμόνι και μυρωδικά (π.χ. δυόσμο).

Για το βρασμένο κουλί βράζετε τα φρούτα (φράουλες, βατόμουρα κ.ά) με λίγο νερό και αρκετή ζάχαρη σ' ένα μικρό κατσαρολάκι. Στη συνέχεια περνάτε το μίγμα από το μπλέντερ. Η φρουτένια σάλτσα σας θα «δέσει» με τον πιο φυσικό τρόπο.

Τα βρασμένα λαχανικά, μπορείτε ενισχύοντάς τα με λίγο πράσο και λίγο κρεμμύδι να τα μετατρέψετε σε μια σούπα λαχανικών.

=====

Απ:Περισσεύματα φρούτων και λαχανικών

Δημοσιεύθηκε από Bianka - 05/07/2009 16:11

Με Μήλα που έχουν σχεδόν μαραθεί...τσαντάκια!!!!

Τα καθαρίζω, τα κοβω σε κοματάκια, τα βάζω στην κατσαρολα με 5 κ.σ ζαχαρη και 3 κ.σ νερό και τα βράζω.

Μετα παίρνω ένα φύλλο που έχει περισεψει Σφολιατας, το κοβω σε τετραγωνα, βάζω 2-3 κ.σ. απο το μηλο, τα διπλώνω σε τρίγωνο και τα ψηνω στους 190 βαθμους εως να παρουν χρωμα.

Με 150 γρ ζαχαρη αχνη και 2 κ.σ. νερο κανω ενα γλασο και τα γλασαρω, οταν τα βγαλω απο τον φουρνο.

<http://up.picr.de/2523115.jpg>

<http://up.picr.de/2521938.jpg>

=====

Απ:Περισσεύματα φρούτων και λαχανικών

Δημοσιεύθηκε από marianta - 03/01/2010 20:20

Σήμερα έφτιαξα γεμιστές πατατούλες και μου έμειναν πολλές ανεκμετάλλευτες όταν τις άνοιξα. Έβρασα ότι περίσσεψε, τις έλιωσα στο μούλτι, πρόσθεσα λίγη μπεσαμέλ και με τον κορνέ έβγαλα ροζέτες. Τις πασπάλισα με γλυκιά πάπρικα και τις έψησα 15 λεπτά στο φούρνο. Το αποτέλεσμα ήταν μια ωραία γαρνιτούρα για να διακοσμήσω τα φαγητά μου.

http://www.mageirikesdiadromes.gr/images/fbfiles/images/____-f747228afe0a65b47119d3ff80e000f1.JPG

=====

Απ:Περισσεύματα φρούτων και λαχανικών

Δημοσιεύθηκε από Hlianna - 03/01/2010 20:27

Η Ιωάννα, εγραψε:

Εξυπνο και πρακτικό Μαριάντα μου

Η Μαριάντα έγραψε:

Και νόστιμο Ιωάννα μου. Αυτό το κολπάκι το κάνω και με άλλα περισσεύματα από κολοκύθι, μελιτζάνα κλπ.

Απ:Περισσεύματα φρούτων και λαχανικών

Δημοσιεύθηκε από Hlianna - 03/01/2010 20:30

Και αν τα ανακατέψεις με τυριά ή αλλαντικά φτιάχνεις ωραιότατους κεφτέδες!!!

Συμφωνώ μαζί σου τίποτα δεν πρέπει να πετάμε!!!

Απ:Περισσεύματα φρούτων και λαχανικών

Δημοσιεύθηκε από Hlianna - 04/08/2011 08:45

Με τα περισσεύματα μπανάνας φτιάχνουμε παγωτό, εύκολα και γρήγορα.

Παγωτό μπανάνα

<http://mageirikesdiadromes.gr/images/stories/rapidrecipe/2374-pagwtobanana1.jpg>
