

countrylife



Velká ZÁŘÍJOVÁ AKCE

veg



PLNĚNÁ PEČENÁ DÝNĚ S ŽAMPIONY

PŘÍPRAVA: 60 MINUT | MNOŽSTVÍ: 4 PORCE

Dýně plněná jahelnou směsí se žampiony.
Dobry a syty pokrm v zabavných dýňových mističkách.

- 2 menší dýně hokkaido
- 500 ml zeleninového vývaru
- 175 g jáhel
- 250 g žampionů
- 1 cibule
- 4 stroužky česneku
- 2 hrsti listové petržele
- 5 lžic řepkového oleje
- mořská sůl

1. Dýně rozdělte na poloviny a vy



veg

SLANÁ GRANOLA ZE ŠPALDOVÝCH VLOČEK

PŘÍPRAVA: **80 MINUT** (GRANOLA I POLÉVKA) | MNOŽSTVÍ: **4 PORCE**

Slaná granola je báječná. Hodí se nejen do polévek, můžete ji sypat na saláty, do bílého jogurtu nebo jen tak zobat. Až ji ochutnáte, budete si ji připravovat do zásoby.

ŠPALDOVÁ GRANOLA:

- 100 g špaldových vloček
- 30 g nahrubo nasekaných mandlí
- 30 g dýňových semínek
- 2 lžice tamari
- 2 lžice řepkového oleje
- 1,5 lžice tm

PRODUKTY V AKCI



AKČNÍ CENA
32 Kč
Jáhly
500 g BIO
COUNTRY LIFE



AKČNÍ CENA
34 Kč
Čočka zelená velká
500 g BIO
COUNTRY LIFE



AKČNÍ CENA
48 Kč
Dýňová semínka
s tamari 100 g BIO
COUNTRY LIFE



AKČNÍ CENA
117 Kč
Mandle
250 g BIO
COUNTRY LIFE

