WYSŁANE PRZEZ
LastGroove

ON
02.03.2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

# Dipy



Dipy są szybką, smaczną, zdrową i atrakcyjną przekąską, którą można z łatwością przyrządzić wspólnie z grupą YS. W tworzeniu dipów oraz sosów do nich praktycznie nie ma zasad więc kłania się kreatywność i indywidualne gusta. Tworzenie (i jedzenie) dipów może być wspaniałą zabawą dla Ciebie i twojej grupy.

## Składniki

- surowe warzywa (dobrymi opcjami są: marchewki, ogórki zielone, kalafior, papryka czerwona) lub czipsy/ nachosy
- sos dipowy

## Przepis

Pokrój warzywa na długie paski (kalafiory potnij na małe różyczki).

Namieszaj sosy do dipów.

Przełóż sosy do miseczek. ułóż obok warzywa. Enjoy!

## Sos Czosnkowy

Składniki:

- słoik majonezu
- główka czosnku
- sól i pieprz do smaku

Wymieszaj wszystkie składniki. Odłóż na min. 30min.

## Sos Twarogowo-Szczypiorkowy

Składniki:

- kostka twarogu
- szczypiorek
- trochę jogurtu
- sól i pieprz do smaku

Wymieszaj wszystki składniki. Przechowuj w lodówce.

## Sos Curry

Składniki:

- 1 cebula
- 1 jabłko
- Przyprawa curry
- jogurt (najlepiej gęsty)

Przepis:

- Na patelni podsmaż cebulę i jabłko - aż będą miękkie (ale nie brązowe)
- Dodaj 2 łyżki przyprawy curry i zamieszaj
- Zmiel blenderem mieszankę na patelni
- Dodaj jogurtu aż do uzyskania pożądanej konsystencji

Sos curry dobry jest podawany na ciepło

## Sos Pomidorowy

Składniki:

- Cebula
- Pomidory krojone w puszcze
- świeża bazylia
- świeże oregano
- sól i pieprz do smaku

Przepis:

- w garnku lub na patelni usmaż cebulę aż do momentu, gdy będzie miękka.
- Dorzuć do cebuli pomidory w puszce i zagotuj.
- Jeśli chcesz, dodaj do smaku soli i pieprzu.
- Wyłącz gaz i zmiel wszystkie składniki blenderem.

- Póki jeszcze ciepłe, dodaj świeże zioła i wymieszaj.

## Weitere Informationen

*Kategorie*
Gry i zajęcia

*Tagi*
Przepis

*Wiek*
Brak dostępnych danych.

*Liczba uczestników*
1–20
20–30

*Biblia*
Brakuje tej informacji.

*Materiał*
Prawie bez wysiłku

*Pobieranie plików*
Brak pobierania plików

*KI Generierter Inhalt*
Zawartość
Kategorie
Tagi
Wiek
Liczba uczestników
Biblia
Materiał

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/pl/wiki/art/dipy