



Gazte Sukaldaritza Cocina para Jóvenes



SONDIKAKO
UDALA

Guakamolea

Pertsonak:	5
Denbora:	15 min

OSAGIAK:

200 gr aguakatea

1 tipuleta

1 tomate naturala

Oliba olioia

Gatz fina

Piper beltza

Tabaskoa

Zilantroa

Lima zukua

ELABORAZIOA:

1. Moztu tipuleta zati txikitan.
2. Zuritu tomatea, haziak kendu eta zati txikitan moztu.
3. Zuritu aguakatea eta dadoetan moztu. Elkartu hiru osagaiak eta ondo nahastu.
4. Oliba, gatz, zilantroa eta piper beltza gehitu.
5. Lima eta tabaskoa zuen gustora bota.
6. Ondo nahasi eta prest dago jateko!



Oharra: Natxoekin zerbitzatu dezakegu.



SONDIKAKO
UDALA

Txokolatezko gazta tarta

Pertsonak:

8

OSAGAIAK:

150 gr gailetak

85 gr gurina

1 koilara kakaoa

300 gr philadelphia gazta

400 ml esnegaina

6 arrautz

200 gr azukrea

2 koilara txokolatea

260gr kakaoa

80 gr gurina

ELABORAZIOA:

1. Tartaren oina egiteko:

- Gailetak txikitu, gehitu kakaoa eta gurina deseginda.
- Moldearen beheko aldean jarri eta hozkailuan sartu.

2. Txokolatea eta gurina desegin mikroondasean.

3. Beste bol batean: gazta, esnegaina, arrautzak, azukrea eta kakaoa, ondo nahastu.

4. Gehitu txokolatea eta gurina aurreko nahasketari.

5. Hozkailutik atera moldea eta nahasketa bota gainean.

6. Labean sartu 200 gradutara, 25 minutu.

Oharra : Labetik ateratzean , utzi reposatzen gau oso bat, baina ez sartu hozkailuan.



SONDIKAKO
UDALA



SONDIKAKO UDALA