

MUSTIKATARRETIS KOHUPIIMAKREEMIGA

Retsept: Angelica Udeköll

VALMISTA MAHETOODRAINEST!



RETSEPT KUUELE

Tarretis:

500 ml mustikamahla
2 sl suhkrut
½ vanillikauna
7 g peeneteralist želatiini

Kohupiimakreem:

100 g vahukoort
100 g kohupiima
2 sl suhkrut
2 sl vanillisuhkrut

TEGUTSE NII:

Keeda mustikamahla suhkruga ja vanillikaunaga mõned minutid.

Punmuta želatiini külma veega ca 10 minutit, sulata ja lisa mahlale.

Välja želeedessertnõusse ja jäta 2-3 tunniks jahedasse tarretuma.

Vahusta vahukoort suhkrutega ja sega kohupiimaga ühtlaseks kreemiks.

HEAD ISU!

VALI MAHETOIT – HEA SINULE, HEA LOODUSELE!

MAHETOIDUS ON

rohkest vitamiine, anti-
oksidante ja organismile
vajalikke mineraalaineid

MAHEPÕLLUMAJANDUS AITAB SÄÄSTA KESKKONDA

Mahetootmises ei kasutata sünteetilisi
mineraalväetisi ega taimekaitsevahendeid.
Nii säilib meie elukeskkond puhtama
ja paremini talitlevana. Mahetootmine
soodustab ka elurikkust

KUIDAS ÖKO- EHK MAHETOITU ÄRA TUNDA?

Mahetoidult leiad Euroopa Liidu
mahelogo, kodumaistelt toodetelt
võib tavaliselt leida ka Eesti
riikliku ökomärgi

MAHEPÕLLUMAJANDUSES ON TAGATUD LOOMADE HEAOLU

Mahepiim, -liha ja -munad on pärit
loomadelt, kes saavad vabalt
liikudes nautida päikest, värsket
õhku ja mähesööta, nt kanad
siblivad õues, sead püherdavad
väljas ja lehmad jalutavad
karjamaal

MAHETOIDUS EI OLE

organismile kahjulikke sünteetiliste
taimekaitsevahendite jääke, pärilikult
muundatud organisme (GMO) ega
nende saadusi, kunstlikke värv-,
lõhna- ja maitseaineid, suhkruasenda-
jaid, maitsetugevdajaid jt sünteetilisi
lisaaineid



Mahepõllumajanduse ja
mahetoidu kohta loe lähemalt:
www.maheklubi.ee