

Retsept: Angelica Udeküll

# PEEDI-LAMBA-HAKKLIHAVORM

VALMISTA MAHETOORAINEST!



## RETSEPT NELJALE

100 g kooritud mugulsibulat  
15 g kooritud küüslauku  
10 g õli  
500 g lambahakkliha  
meresoola  
purustatud musta pipart  
(värsket) tüümiat  
500 g kooritud keedupeeti  
150 g riivitud juustu  
maitserohelist

## TEGUTSE NII:

Haki küüslauk ja sibul ning passeeri klaasjaks.

Lisa hakkliha ja prae läbi, maitsesta soola ja pipraga, lisa tüümiat.

Vii lita keedetud punapeet.

Laota peediviilud ja hakkliha kihiti ahjuvorni. Viimase kihina lisa riivitud juust.

Küpseta vormi umbes 10-15 minutit 190°C ahjus.

Kaunistada maitserohelisega.

# 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?

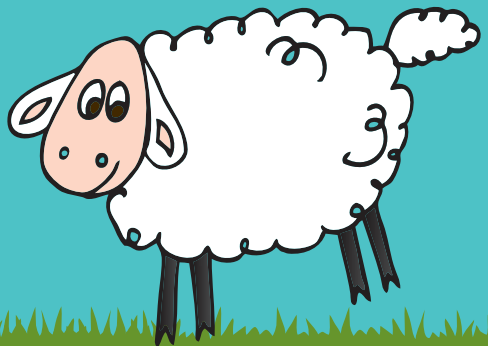
Mahetoidult leiad Euroopa Liidu  
mahelogo, kodumaistelt toodetelt  
võib tavaliselt leida ka Eesti  
riikliku ökomärgi

## MAHETOIDUS EI OLE

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

## 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



Mahepõllumajanduse ja  
mahetoidu kohta loe lähemalt:  
[www.maheklubi.ee](http://www.maheklubi.ee)