



Basia



Czas na śniadanie!



PROSTO,
SMACZNIE
i każdego
dnia



Witaj

CIESZYMY SIĘ,

ŻE JESTEŚ Z NAMI I CHCESZ POZNAĆ NASZE

INSPIRACJE NA POCZĄTEK DNIA.

Śniadanie to nie tylko najważniejszy posiłek dnia, ale również moment, który może przynieść radość, energię i pozytywne emocje na cały dzień. Dlatego postanowiliśmy podzielić się kilkoma przepisami, które nie tylko dostarczą Ci niezbędnych składników odżywczych, ale również będą smacznym i satysfakcjonującym doświadczeniem kulinarnym.

W naszym e-booku znajdziesz różnorodne propozycje śniadań, które bazują na mące Basia, która od lat cieszy się zaufaniem domowych Szeferów Kuchni. Mąka Basia to nie tylko wysokiej jakości składnik, ale również wszechstronny i łatwo dostępny produkt, który może stać się podstawą do stworzenia wielu pysznych potraw.

Słodkie czy słone? Proste i szybkie czy bardziej nietypowe i zaskakujące? Przepisy na śniadania z Basia pokazują, że możliwości są nieograniczone.

Niezależnie od tego, czy preferujesz klasyczne smaki, czy też lubisz eksperymentować z nietypowymi połączeniami, znajdziesz tutaj inspiracje na każdy gust i okazję.

Mamy nadzieję, że nasze przepisy okażą się dla Ciebie nie tylko źródłem pomysłów na smaczne i pożywne śniadania, ale również zachęcą Cię do odkrywania nowych smaków i doświadczeń kulinarnych.

Gotowi na kulinarne podróże z mąką Basia? Zapnijcie pasy, rozłóżcie serwetki i razem z nami zanurcie się w świat aromatycznych i apetycznych śniadań!



Czas na śniadanie!

WYTRAWNE CLAFOUTIS / 4-5
PLACUSZKI Z BIAŁYM SEREM / 6-7
OMLET IDEALNY / 8-9
GOFRY JABŁKOWE / 10-11



Basia

- TEN PRZEPIS CIĘ ZASKOCZY!

Wytrawne clafoutis

Brzmi zagadkowo? To tylko pozory, bo pod tajemniczą nazwą ukrywa się proste i szybkie śniadanie na słońce. Doskonale smakuje zarówno na ciepło jak i po ostudzeniu. Przyrządź mniejsze porcje w kokilkach lub w większym naczyniu – tak jak wolisz





Wytrawne clafoutis

SKŁADNIKI

80g mąki Basia Tortowa Extra

.....
220ml mleka
.....

3 jajka
.....

Łyżeczka proszku do pieczenia
.....

300g pomidorków koktajlowych
.....

100g wędzonego łososa
.....

2 szalotki
.....

Łyżeczka siekanego koperku
.....

2 łyżki tartego parmezanu
.....

Sól, pieprz
.....

Łyżka oliwy
.....

PRZYGOTOWANIE

- ① Szalotki posiekaj i przysmaż na oliwie aż będą szkliste i miękkie.
- ② Jajka rozbełtaj, dodaj mąkę, mleko, proszek do pieczenia sól i pieprz.
- ③ Na dnie żaroodpornego naczynia połóż kawałki łososa, pomidorki, posyp je szalotką, koperkiem i zalej masą jajeczną.
- ④ Piecz około 30 minut w 180 stopniach.

DOBRA RADA

CLAFOUTIS JEST BARDZO DELIKATNE W FORMIE, WIEC JEŚLI ZALEŻY CI NA ESTETYCE PODANIA MOŻESZ JE ZAPIEC W MAŁYCH, INDYWIDUALNYCH KOKILKACH



Placuszki z białym serem



Placuszki z białym serem to idealna propozycja na sycące i pożywne śniadanie, jakie możesz łączyć dowolnie z ulubionymi owocami.

Smakują równie dobrze na zimno jak i na ciepło p.s. jeśli nie lubisz, rodzyńki nie są konieczne.



Placuszki z białym serem



SKŁADNIKI

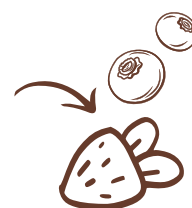
- 3 jajka (białka i żółtka osobno)
- 300g białego sera
- 3 łyżki mąki Basia Wrocławska**
- 1 łyżka cukru
- Łyżka rodzynek
- Olej lub masło klarowane do smażenia

PRZYGOTOWANIE

- ① Ser przepuść przez praskę do ziemniaków lub użyj sera mielonego.
- ② W misce wymieszaj żółtka z cukrem, dodaj mąkę i ser, ponownie wymieszaj.
- ③ Białka ubij na sztywną pianę. Ubite białka wymieszaj z masą serową, dodaj rodzyнки.
- ④ Masę nakładaj łyżką na rozgrzaną patelnię (z tłuszczem lub bez). Smaż placuszki ok. 2 minuty z każdej strony.

DOBRA RADA

PODAWAJ Z ULUBIONYMI OWOCAMI.



Omlet idealny

Choć omlet brzmi znajomo wystarczy mała zmiana, aby stał się zdecydowanie bardziej pożywny! Zamień tradycyjną mąkę pszenną na żytnią pełnoziarnistą, a odkryjesz zupełnie nowe smaki

p.s. użyj talerza, aby przykryć patelnię i zwinnie obrócić omlet.





Omlet idealny



SKŁADNIKI

2 jajka

.....
30g mąki Basia Żytniej Pełnoziarnistej

.....
Duża szczypta kurkumy

.....
Szczypta soli i pieprzu

.....
+

.....
150g pomidorków koktajlowych

.....
1 mała czerwona cebula

.....
Łyżka oliwy

.....
Łyżka octu balsamicznego

.....
Świeży tymianek

PRZYGOTOWANIE

① Pomidorki pokrój na połówki, polej oliwą i octem, dodaj cebulę pokrojona w piórka i tymianek, zapiekaj w piekarniku o temperaturze 190 stopni przez 15 minut.

② Białka ubij, żółtka wymieszaj z kurkumą, solą i pieprzem. Do białek dodaj żółtka oraz mąkę, wymieszaj, smaż na patelni z obu stron aż się zetnie.

③ Na talerzu ułóż omlet, do środka daj pieczone pomidorki i świeżą rukolę, złóż na pół!

DOBRA RADA

DO PRZEWROCENIA OMLETU MOŻESZ UŻYĆ TRIKU Z TALERZEM:)



Gofry jabłkowe

Czy gofry mają kojarzyć się tylko z błogimi nadmorskimi wakacjami? Skądże znowu! Mogą zawitać w Twojej kuchni na dobry początek dnia.

Wypróbuj propozycję Basi z musem jabłkowym.





Gofry jabłkowe

SKŁADNIKI

2 jajka

200ml jabłek na szarlotkę (mus jabłkowy)

½ szklanki płatków owsianych

½ szklanki mąki Basia Extra Wypiek do ciast drożdżowych

100g masła

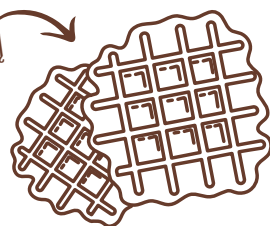
½ łyżeczki proszku do pieczenia

PRZYGOTOWANIE

- 1 Włącz wcześniej gofrownicę, aby się dobrze rozgrzała. To klucz do sukcesu!
- 2 Rozpuść masło i odstaw. W dużej misce wymieszaj mąkę i proszek do pieczenia.
- 3 Dodaj do miski pozostałe składniki: jajka, mus jabłkowy, płatki owsiane i masło. Wymieszaj masę.
- 4 Nakładaj masę do gofrownicy za pomocą dużej łyżki lub chochli, piecz 3-5 minut. Jeśli lubisz bardzo słodkie gofry – posyp je cukrem pudrem!

DOBRA RADA

NAJLEPIEJ SMAKUJĄ, GDY SĄ JESZCZE GORĄCE. SMAKUJĄ WTEDY JAK SZARLOTKA NA CIEPŁO ;)





*Zajrzyj po więcej
przepisów*



© 2024 Wszystkie prawa zastrzeżone.

Niniejszy e-book jest własnością marki Basia. Żadna część tej publikacji nie może być reprodukowana, bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy. Wszystkie zdjęcia zawarte w e-booku pochodzą z legalnych źródeł i są używane za zgodą właścicieli praw autorskich lub zostały wykonane specjalnie na potrzeby tej publikacji. Przepisy wykorzystane w e-booku są autorstwa Anny Starmach.