

Armastajate hommikusöök

1 pall pühvliima-*mozzarella*'t,
võib olla ka tavaline *mozzarella*
peoga kirsstomateid
maasikaid
1 sl värsket pestot (retsepti leiad
lk 134)
soola-pipart

serveerimiseks head Itaalia saia,
palsamiädikad ja oliiviõli

SUUREPÄRANE MAITSEKOOSLUS!
MÕNIKORD TEEN SELLISE
HOMMIKUSÖÖGI AINULT ISEENDALE,
AGA TEGELIKULT EELISTAN SÜÜA
IKKA KELLEGAGI KOOS.

1-2-le

Grilli tomatid ja sai, viiluta *mozzarella*, lõika
maasikad pooleks. Lao kõik taldrikule. Varu aega,
sest see ei ole toit, mis endale kolme minutiga sisse
kütta. Mõ-nu-le!









Praetud pirn halloumiga, ajurveda ainetel

1 pakk *halloumi* juustu või
mõnda muud praejuustu
2-3 mahlast magusat pirni
1 sl võid
1 sl mett
soovi korral paar nelgitera
ja näpuotsaga kaneeli
peotäis mandlilaaste

lidse ajurveda põhimõtted toitumiseks tunduvad ülিমõistlikud - luban, et kunagi olen nende nõuannetega rohkem kursis. Praegu kasutan süüa tehes oma kõhutunnet ja vahel avastan, et oo, see on ju ajurveda, kus kõike - köha, nohu, murtud südant ja rahamuresid - ravivad erinevad maitsekombinatsioonid.

Ajurveda õpetab, et kõikse parem hommikusöök on keedetud pirn. Minult killukesed edasiarenduseks - pirnile natuke võid ja muid maitseid lisaks.

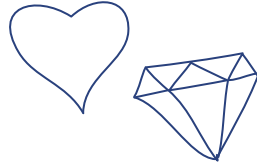
Halloumi't leota tunnike külmas vees, mida võiksid vahepeal ka vahetada, et juust ei jääks liiga soolane. Kui kasutad mõnda muud praadimiseks mõeldud juustu, pole leotada tarvis.

Pane kaks panni tulele. Ühe peale juustuviilud, üsna kuumale tulele. Teisele alul kuivalt mandlilaastud. Tõsta mandlilaastud kõrvale, siis sulata pannil või ja prae pirnisektorid - võid need ära koorida, aga võid ka mitte. Kui tahad särtsakamat varianti, lisa näpuotsaga kaneeli ja paar nelgitera. Keeruta pirne puulusikaga, peale nirista pisut mett. Lükka kõik taldrikule kokku, kaunistada röstitud mandlilaastudega ja serveeri kohe. I-ME-LI-NE hommikusöök!





Armsamale veel üks pirn



3 pirni
pisut mett
peotäis Kreeka pähkleid
120 g kitsejuustu või
kõvemad fetat
praadimiseks võid

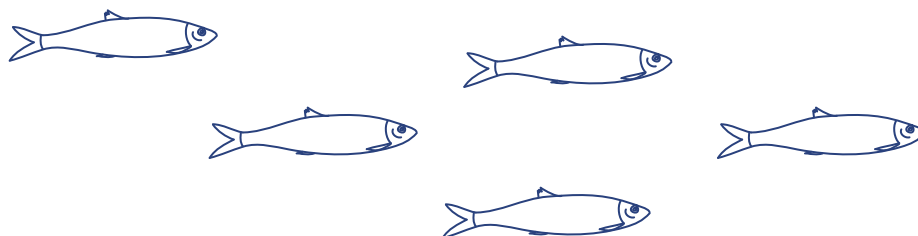
serveerimiseks erinevat
rohelist

Seda toitu ma üksinda süüa ei taha, sest see on lihtsalt liiga hea. Sobib hästi jagamiseks inimesega, kellega kõige rohkem igatsed hommikust süüa. Passib ka suurele salatilauale soolasema kraami vahele. Maitseb väga hästi ka külmalt!

Kreeka pähklite peale vala kuum vesi ja jäta need ülejäänud kraami valmimiseni likku. Rebi roheline taldrikule. Lõika pirnid sektoriteks ja eemalda neilt südamikuosa. Kuumuta pann, lase võil sulada ja prae pirne kiirelt, soovi korral lisa veidi vedelat mett. Murenda kitsejuust pannile ja prae veel üks suits. (Võid kasutada ka sinihallitusjuustu, kui sinu süda sellele kuulub.) Kuumuta kõik rohelisele otsa, peale puista nõrutatud ja kuivatatud Kreeka pähklid. Appi, kui hea.



Hommik musta leivaga



1 pakk kilufileed
3 maamuna
musta leiba
taluvõid
rukolat
1 dl enda tehtud pestot (vt lk 134)
soovi korral pisut parmesani ja
kappareid

Imelikul kombel ma üksi olles
kiluvõileiba ei taha. Ei tule meelde, pole
isu. Aga kui on suurem seltskond ...
Olen kuskil maal, hommikul rohkem
inimesi ümber laua ... Õhtul pisut liiga
kaua üleval oldud ... Siis tundub kiluleib
asendamatu.

Keeda munad poolvedelaks, rösti leivad. Aseta kõik
komponendid lauale, võileiva koostab iga sööja ise. Võid,
siis paksult pestot, hunnik rukolat, lõpuks kilu ja muna,
mõned kapparid veel kirsiks tordil. Võileivasalat.
No on mõnus hommikusöök, kui ei ole väga kiire.

