



Maltsad võileivale Alexela kogukonnapäeval



Retseptid lõi ja materjalid koostas Anu Kookla



Õuna võileib

- Haki õunad, maitsesta vahtrasiirupi ja kaneeliga.
- Haki jänesekapsas ja sega sinna hulka.
- Sega kokku võilillevõie ning määri saiale.
- Pane võidega määritud saiale õunasalat ja kaunistada õitega.
- Lase hea maitsta!



Naadi-peedivõileib

- Riivi keedupeet ja haki värsked naadilehed.
- Sega peet ja naat kokku ning lisa majoneesi.
- Maitsesta soola ja pipraga.
- Prae vutimunad.
- Määri salat leivale ja pane peale praemuna.
- Lase hea maitsta!



Võilillevõie

- Eemalda võilille õitelt roheline osa.
- Sega kollased õielehed kokku toasooja võiga.
- Määri saiale ja lase hea maitsta!



Naadi pesto

- Uhmerda värskeid naadilehti.
- Uhmerda päevalilleseemneid.
- Lisa oliiviõli, soola ja pipart ning sidurimahla.
- Sega kokku ja määri leivale.



HARILIK JÄNESEKAPSAS

Oxalis acetosella

Kasvab niiske metsa all. Söömiseks sobivad nii lehed kui õied. Suurtest kogustes kahjulik. Oma hapukusega sobib hästi magustoitude ja jookide kaunistamiseks.



MERIHUMUR

Honckenya peploides

Kasvab rannas liiva sees, söödavad on varred ja lehed. Maitseb nagu kurk ja sellepärast on tema rahvapäraseks nimeks rannakurk.



HARILIK NAAT

Aegopodium podagraria L.

Kasvab aias ja rohumaal. Söömiseks parimad on kevadised noored lehed, mis ei ole veel täielikult avanenud.



VÕILILL

Taraxacum

Kasvab aias ja rohumaal. Söödav on terve taim. Magustoitudesse kasuta kollaseid õisi, lehed ja varred sobivad salatitesse.



HAPU OBLIKAS

Rumex acetosa

Kasvab aias ja rohumaal. Suurtes kogustes kahjulik. Värskest sobivad lehed salatisse ja tehakse ka suppi. Purki panemiseks haki lehed ja vala üle keeva soolveega.