

CELKOVÝ ČAS: 10 minut

Ingredience

- 150 g 100% hořké čokolády
- 14 čerstvých vypeckovaných datlí
- 300 g klíčených ovesných vloček
- 2 lžice mandlového oleje
- 7 lžic 100% arašídového másla
- špetka himalájské soli
- špetka mleté vanilky

Postup:

1. Všechny ingredience vyjma čokolády vložte do výkonného mixéru a krátce pomixujte do kompaktní, lepivé hmoty.
2. Čokoládu nasekejte na menší kousky.
3. Do ořechové hmoty rukama zapracujte kousky čokolády.
4. Z hmoty uválejte kuličky.
5. Kuličky nejlépe chutnají vychlazené.

TYP JÍDLA: Zdravé mlsání
 ZPŮSOB PŘÍPRAVY: Syrové
 STRAVOVACÍ STYL: Bez laktózy, Vegan, Vegetarian

Autor: Andrea Hrečková



Citrónovo-bylinková cizrna

Cizrna, jak ji možná neznáte. S bylinkami a citrónovou kůrou přestavuje perfektní přílohu i zpestření zeleninového salátu.

MNOŽSTVÍ: 2 porce
CELKOVÝ ČAS: 1 hodina 45 minut

Ingredience

- 1 hrnek předem namočené cizrny
- pokračování na str. 62

terestra Střešní a vertikální zahrady
 S.R.O.



TERESTRA s.r.o., se sídlem Vonoklasy, Na Vysoké II 22E, 25228, Černošice
 Ing. Vladimír Horský - 602 38 70 48 • Tomáš Bauer - 602 350 530 • e-mail: info@terestra.cz



	SPOJKA	AMBICE		PŘEDLOŽKA	CITOSLOVCE UDIVU	ZÁBAVA		NÁZEV HLÁSKY	ZKRATKA NUKLEOVÉ KYSELINY	HLINĚNÁ KULIČKA DO GOLEMŮVY HLAVY		OPUCHLINA	ČÁST PAŘÍŽE
SPZ PRAHY-MĚSTA			SPZ PFAFFENHOFEN (NĚMECKO) OZNAČENÍ LETADLA (BÁK)				HORA PRAŽSKÉ PLOŠINY ASI				NĚM. VEJCE		
Tajenka č. 1											ROZHLASOVÁ ZKR. (DLOUHÉ VLNY) PATRIE OPERENCUM		
ŘÍMSKY 53					ZN. CESIA		ZÁKL. JEDNOTKA EL. PROUDU						
JUGOSLÁVSK Y-OSTROV			ZÁŘE	UCHAZEČ				INICIÁLY PREZIDENTA BENEŠE	TEMNOTY VYLOVENÍ				
	DOMÁCKY ALENA VÝZVA						ADAMOVA ŽENA				JENOM (NÁŘ.)	KILOGRAMY	
SOMÁLSKÁ STUDNA					V SOUHLASE S		ANGL. ONO	MLADÝ SAMEC TURA DOMÁČHO ŘÍMSKY 59					
DRŽENÍ TĚLA						ZN. ZANIKLÉHO PRVKU ILUMIA			KAPROVITĚ RYBY				
NÁZEV HLÁSKY S			Tajenka č. 2			VÝROBCE POŠTÁCOVÝ CH HER			ŘÍMSKÁ 6				NÁZEV HLÁSKY
MPZ LOTYŠSKA			DÍVČÍ JMÉNO				ŘÍMSKY 14						ALŠOVY INICIÁLY

VYHRAJTE KNIHU
 Vyluštěnou křížovku zašlete na adresu vydavatele viz. str. 3 nebo e-mailem na krizovky@unifirm.cz do 31.8.2021. Slosování probléme 8.9.2021.



Marcel LUNDÁK, TEL.: 602 385 829, 607 869 641, 318 856 456

NEJVĚTŠÍ VÝROBCE ČTYŘHRANNÉHO PLETIVA VE STŘEDNÍCH ČECHÁCH

ŽEMLIČKOVA LHOTA 29

PETROVICE U SEDLČAN,
 TEL., FAX: 318 856 456,
 MOBIL: 602 385 829, 607 869 641

KŘEŠICE (u Olbramovic)

TEL., FAX: 317 729 873
 MOBIL: 607 869 641, 602 385 829

Po-Pá 7-17 hod., So 8-12 hod.

Po-Pá 7-16 hod., So 8-12 hod.

NABÍZÍME:

VELKÝ VÝBĚR PLETIV, SLOUPKY, BRANKY, BRÁNY, SVAŘOVANÉ SÍŤE, PODHRABOVÉ DESKY, LESNICKÁ A CHOVATELSKÁ PLETIVA, PŘÍSLUŠENSTVÍ A VŠE CO VAŠ PLOT POTŘEBUJE.