

NATURALNE PRZEPISY NA SMAK I ZDROWIE



Program
Rozwoju
Obszarów
Wiejskich
na lata 2007-2013

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich:
Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Materiał opracowany przez konsorcjum Bifix.

Instytucja Zarządzająca PROW 2014-2020 - Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi.
Materiał współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach poddziałania
„Wsparcie działań informacyjnych i promocyjnych realizowanych przez grupy producentów na rynku wewnętrznym”
Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020.

NATURA I ZDROWIE NAJWYŻSZEJ JAKOŚCI...

Istota produkcji ekologicznej polega na tym, że na plantacjach nie stosuje się nawozów sztucznych i chemicznych środków ochrony roślin. Natomiast w procesie przetwórstwa nie stosujemy konserwujących i sztucznych dodatków, preferując energooszczędne metody przetwórstwa i ekologiczne opakowania.

Próbując naszych herbatek ekologicznych, możesz osiągnąć i poczuć głębię prawdziwej natury. Nasze plantacje podlegają restrykcyjnym kontrolom, badamy pH gleby i zawartość szkodliwych metali oraz pestycydów. Jesteśmy zobligowani do przestrzegania norm, a świadectwem tego jest certyfikat ekologiczny. Nasze produkty są więc nie tylko smaczne i zdrowe, ale wyjątkowo bezpieczne i naturalne.



GALARETKA HERBACIANA Z OWOCAMI I SŁONĄ POSYPKĄ



SKŁADNIKI:

- 100 ml Herbaty Ekologicznej Biofix Czarna Porzeczka
- 1 łyżeczki agaru
- 2 łyżki płynnego miodu wielokwiatowego
- Po 1 łyżce pokrojonych w drobną kostkę owoców: truskawki, zielone jabłka i gruszki ze skórą, banan
- 4-6 słonych krakersów

WYKONANIE:

W rondelku zagotuj 110 ml wody, gdy zacznie wrzeć, wrzuć saszetkę Herbaty Ekologicznej Biofix Czarna Porzeczka.

Wyłącz źródło ciepła i poczekaj min. 5 minut - do uzyskania mocnego naparu. Wyjmij saszetkę z rondla i zagotuj ponownie herbatę. Do wrzątku dodaj agar i za pomocą trzepaczki energicznie połącz go z wodą.

Wyłącz źródło ciepła pod rondlem i odstaw do ostudzenia, mieszając zawartość naczynia co jakiś czas. Gdy galaretka zacznie tężeć, rozlej ją do 2 niskich szklanek i odstaw do lodówki. Pokrój wszystkie owoce na jednakowej wielkości kosteczkę, przełóż do jednej miski, dodaj miód i przemieszaj wszystko aby owoce całkowicie pokryły się miodem.

Gotową galaretkę wyjmij z lodówki. Przełóż do każdej ze szklanek połowę owoców. W dłoniach pokrusz krakersy na dość grube cząstki i posyp wierzch deseru.

Serwuj od razu.

Agar można zastąpić żelatyną. Na sam koniec można udekorować deser kilkoma listkami mięty oraz świeżymi owocami czarnej porzeczki, przeciętej na połówki.



ARONIOWY SOS DO KACZKI I GĘSI



SKŁADNIKI:

- 1 szklanka Herbaty Ekologicznej Biofix Aronia
- 1 średnia cebula biała
- 1 ząbek czosnku
- 2 łyżki oleju rzepakowego
- 2 łyżki masła
- 1 łyżeczka mąki ryżowej
- 1 łyżka miodu gryczanego
- Sól, pieprz do smaku



WYKONANIE:

Przygotuj Herbatę Ekologiczną Biofix Aronia wg instrukcji na opakowaniu, a następnie całkowicie wystudź. Przełóż herbatę do lodówki. Cebulę i czosnek pokrój na drobną kosteczkę. Do rondelka wlej olej, dodaj przygotowane warzywa i zacznij całość podgrzewać. Dopraw szczyptą soli i duś wszystko na wolnym ogniu aż cebula stanie się rozpadająca i słodka. Mieszaj od czasu do czasu aby zawartość w rondlu nie przywarła do dna.

Wsyp do rondla mąką ryżową i mieszaj aż całkowicie przyklei się do cebuli i zacznie przywierać do dna rondla. Wlej następnie zimną herbatę (połowę szklanki) do rondla i za pomocą drewnianej łyżki dobrze wszystko wymieszaj. Gdy już nic nie przywiera do dna rondla i powstał gładki sos, można dolać kolejną część herbaty. Jeśli sos ma już odpowiednią, ulubioną przez nas gęstość, można pominąć dolewanie całej herbaty.

Na koniec dodaj do sosu odrobinę miodu aby uzyskać odpowiednią słodycz w sosie. Dopraw na koniec wszystko solą i pieprzem. Przecedź sos przez gęste sitko do miski, a następnie przelej ponownie zawartość miski do rondelka. Dodaj masło i mieszaj aż całkowicie się połączy z sosem. Gotowy, ciepły sos podawaj do ulubionego drobiu, jak np. kaczki czy gęsi.

Sos ten doskonale sprawdzi się także do jaśniejszych mięs jak np. do indyka lub schabu. Herbatę aroniową można zastąpić inną herbatą Biofix, np. czarną porzeczką.

TIRAMISU NA NOWO – HERBACIANE Z DZIKĄ RÓŻĄ



SKŁADNIKI:

- 1/2 szklanki mocnego naparu Herbaty Ekologicznej Biofix Dzika Róża
- 2 łyżki nalewki z dzikiej róży
- 450 g serka śmietankowego typu mascarpone
- 2/3 szklanki cukru
- 2 szklanki kwaśnej śmietany
- 1/4 szklanki 2% mleka
- 1/2 łyżeczki ekstraktu waniliowego
- ok. 200 g biszkoptów
- 1 łyżka kakao
- Skórka z 1 cytryny

WYKONANIE:

Przygotuj gorącą Herbatę Ekologiczną Biofix Dzika Róża wg instrukcji na opakowaniu, a następnie wystudź. W małej misce połącz herbatę z dzikiej róży z nalewką i odstaw na bok. W dużej misce ubij mascarpone z cukrem na gładką masę. Dodaj następnie śmietanę, mleko i ekstrakt waniliowy. Ubijaj delikatnie aż wszystko połączy się w jednolitą masę. Dodaj skórkę z cytryny i mieszaj przez chwilę całość. W głębokim naczyniu (o wymiarach ok. 18 x 28 cm) zacznij układać pierwszą warstwę z biszkoptów. Rozprowadź połowę przygotowanej wcześniej mieszanki herbaty z nalewką po powierzchni biszkoptów aby dobrze nasiąknęły herbatą. Ułóż następnie połowę serowej mikstury i dokładnie rozprowadź po powierzchni biszkoptów. Powtarzając czynności, nałóż kolejną porcję biszkoptów oraz serka. Naczynie przykryj szczelnie folią spożywczą i odstaw do lodówki na min. 8 godzin. Tiramisu herbaciane serwuj schłodzone, a tuż przed podaniem posyp wierzch deseru cienką warstwą kakao.

Tiramisu można od razu porcjować, umieszczając poszczególne jego warstwy w docelowym naczyniu typu kieliszek do wina czy „retro-słoiczek”.



ORZEŹWIAJĄCY KOKTAJL Z HERBATKI MALINOWEJ - IDEALNY NA LATO



SKŁADNIKI:

- 200 ml Herbaty Ekologicznej Biofix Malina
- 100 g arbuza
- 50 g melona
- 20 g ugotowanej marchewki
- Mała gałązka rozmarynu
- Duża gałązka świeżej mięty
- Kilka świeżych malin oraz cienka słomka do picia
– opcjonalnie do dekoracji

WYKONANIE:

Przygotuj Herbatę Ekologiczną Biofix Malina wg instrukcji na opakowaniu. Gdy temperatura w szklance spadnie do ok. 70-80 stopni, dodaj gałązkę rozmarynu. Odstaw herbatę aż uzyska pokojową temperaturę. Następnie wstaw herbatę do lodówki na minimum godzinę.

Z arbuza wyjmij pestki, melona pokrój na małe cząstki, ugotowaną wcześniej marchew pokrój w kosteczkę. Umieść tak przygotowane owoce i warzywo w blenderze kielichowym. Wyciągnij z lodówki herbatę, usuwając ze szklanki gałązkę rozmarynu.

Zacznij miksować wszystko na gładką masę, dolewając sukcesywnie schłodzoną wcześniej herbatę malinową. Gdy pulpa owocowo-warzywna połączy się całkowicie z herbatą, dodaj pozostałą część mięty – uprzednio posiekaj bardzo drobno listki mięty. Tak przygotowany napój odstaw do lodówki na 2-3 godziny. Przed podaniem przemieszaj całość koktajlu. Opcjonalnie, do szklanki włóż słomkę, a na wystającą ponad powierzchnię koktajlu część nabij malinę.

Aby dodatkowo schłodzić koktajl, można do szklanek dodać kilka zamrożonych malin, zastępując tym samym kostki lodu.



CHUTNEY Z BURAKA, HERBATĄ WIELOOWOCOWĄ I GWIAZDKĄ ANYŻU



SKŁADNIKI:

- 100 ml Herbaty Ekologicznej Biofix Wieloowocowa
- 2 małe buraki czerwone
- 1 mała cebula czerwona
- 1 łyżeczka masła
- 1 gwiazdki anyżu
- 2 łyżki oleju rzepakowego
- Sól, pieprz do smaku
- Opcjonalnie cukier

WYKONANIE:

Do rondla wlej 110 ml zimnej wody, dodaj połowę gwiazdki anyżu i doprowadź wodę do wrzenia. Dodaj saszetkę Herbaty Ekologicznej Biofix Wieloowocowej. Zaparzaj herbatę przez czas zalecany przez producenta. Buraki obierz w rękawiczkach i zetrzyj na tarce na grubych oczkach. Cebulę pokrój na drobną kostkę. Na szeroką patelnię wlej olej, dodaj starte buraki oraz cebulę. Włącz źródło ciepła pod patelnią. Duś warzywa na małym ogniu aż buraki prawie całkowicie zmiękną i nabiorą słodczy. Dodaj do buraków ciepłą herbatę wieloowocową. Jeśli w herbacie nie czuć anyżu, przełóż go z rondelka do patelni z burakami. Gotuj całość tak długo, aż woda z herbaty niemal całkowicie odparuje. Dopraw chutney solą i pieprzem dla ostrości. Wyłącz źródło ciepła pod rondlem, dodaj masło, przemieszaj dokładnie aby rozpuściło się w burakach. Opcjonalnie można dosłodzić chutney na koniec cukrem. Chutney można podawać na ciepło jak i na zimno. Idealnie sprawdzi się do wędlin czy pasztetów. Można go także dodatkowo zakwasić, np. mocną herbatą z czarnej porzeczki.





BiFIX Wojciech Piasecki Sp. j.
Górki Małe, ul. Dworska 33, 95-080 Tuszyn
tel. +48 42 614 33 49, bifix@bifix.pl, export@bifix.pl
www.bifix.pl