

Nyhtökauran monet maut

1. VALITSE MAKUMAAILMA

2. TEE POHJA

3. MAUSTA

4. VIIMEISTELE

Kreikka	1,500 kg Gold&Green® Nyhtökaura® Nude	0,012 kg valkosipulijauhetta 0,045 kg balsamiviinietikkaa 0,003 kg kuivattua oreganoa 0,075 kg sitruunamehua 0,018 kg paprikajauhetta 0,012 kg suolaa	Tuoretta lehti-persiljaa
Aasia		0,036 kg riisiviinietikkaa 0,015 kg inkivääritahnaa 0,012 kg jauhetta inkivääriä 0,012 kg valkosipulijauhetta 0,015 kg sipulijauhetta 0,060 kg soijakastiketta 0,030 kg seesaminsiemeniä	Seesamin-siemeniä
Chili-teriyaki		0,240 kg teriyakikastiketta 0,240 kg sweet chili-kastiketta	Tuoretta chiliä
Intia		0,060 kg garam masala-maustesekoitusta 0,030 kg sinapinsiemeniä 0,060 kg sitruunamehua 0,090 kg tomaattipyreetä 0,009 kg jauhetta korianteria	Tuoretta korianteria
BBQ		0,300 kg barbeque-kastiketta 0,015 kg savupaprika-jauhetta	Hienon-nettua ruoho-sipulia
Pesto		0,036 kg valkosipuli-jauhetta 0,240 kg vihreää pestoa 0,060 kg sitruunamehua 0,006 kg suolaa	Tuoretta basilikaa
Itäinen Välimeri	! Nyhtökaura tulee aina kuumentaa ennen syömistä. Paahda nyhtökaura pannulla öljyssä tai kuivapaista uunissa.	0,150 kg harissaa 0,075 kg ras el hanout-mausteseosta	Tuoretta korianteria