

Findus  
**Special  
Foods**

# Frukt & Bär

RECEPT MED FINDUS PUREÉR





## Svartvinbärssoppa/bowl med vaniljfluff

10 port

**Svartvinbärssoppa/bowl à 1,5 dl**  
800 g Svartvinbärspuré, Findus 96012400  
5,5 dl Vatten  
2,5 dl Florsocker  
1 tsk Vaniljsocker  
Majsstärkelse + vatten

**Vaniljfluff à 0,5 dl**

1,75 dl Vaniljsås, vispbar  
25 g Berikning Majsställing, Findus 96012868  
50 g Vit choklad

300 g Havrekaka med berikning  
3 dl Blandade bär  
Citronmeliss

**Svartvinbärssoppa/bowl**

Koka upp Svartvinbärspuré med övriga ingredienser och red av med majsstärkelse. Låt svalna.

**Vaniljfluff**

Vispa upp vaniljsås med Berikning Majsställing och rör ner smält vit choklad.

Servera soppan/bowl med smulad havrekaka och en klick vaniljfluff och garnera med bär och citronmeliss.



## Aprikossoppa/bowl med päronmousse

10 port

**Aprikossoppa/bowl à 1,5 dl**  
800 g Aprikospuré, Findus 96012399  
5 dl Vatten  
1,5 dl Vitt vin/Matlagingsvin  
2 tsk Vaniljsocker  
0,75 dl Socker  
100 g Berikning Majsställing, Findus 96012868  
Majsstärkelse + vatten

**Päronmousse à 0,5 dl**

100 g Päronpuré, Findus 96008715  
0,25 dl Socker  
4,5 g Gelatin  
1,75 dl Vispgrädde  
0,75 dl Turkisk Yoghurt  
3 dl Blandade bär  
15 g Mynta

**Aprikossoppa/bowl**

Koka upp Aprikospuré, vatten med vin, vaniljsocker och socker. Vispa i Berikning Majsställing. Låt sjuda ca 6,8 minuter. Red av med majsstärkelse. Låt svalna.

**Päronmousse**

Tina Päronpuré och blanda med socker. Lägg gelatinbladen i kallt vatten i ca 5 minuter. Vispa grädden och vänd i yoghurten. Smält gelatinbladen, blanda i puréblandningen och vänd ner vispgrädden och yoghurten. Lägg i formar eller i ett bleck. Låt stå i kyl i ca 4 timmar.

Servera soppa/bowl med päronmousse och garnera med bär och mynta.



## Havrekaka med berikning

Ca 25 st

100 g Smör  
1 dl Socker  
1 dl Berikning Majsställing, Findus 96012868  
1 dl Havregryn  
1 dl Vetemjöl  
1 tsk Bakpulver  
0,5 dl Matolja

Vispa rumsvarmt smör med socker poröst.

Blanda de torra ingredienserna och tillsätt i smör/sockerblandningen. Blanda i matolja. Klicka ut degen (ca 1 matsked) till 25 kakor. Baka i 175°C i ca 15 minuter.

Servera till smoothie, soppa/bowl eller kräm.

# Berikade Smoothies

Mellanmålet är ett viktigt tillskott av energi och näring när aptiten är liten.



## Exotisk

10 port à 1,25 dl

800 g Exotisk puré, Findus 96008535  
100 g Berikning Majsställing, Findus 96012868  
1,5 msk Ingefära, färsk, riven  
5 dl Apelsinjuice  
3 dl Vaniljyoghurt  
1,5 msk Socker  
1,5 msk Limejuice, färskpressad

Tina purén och blanda ner Berikning Majsställing. Skala och riv ingefäran eller använd torkad ingefära. Blanda med apelsinjuice, yoghurt, socker och limejuice. Servera i glas.

## Blåbär & Kokos

10 port à 1,25 dl

500 g Blåbärspuré, Findus 96012384  
75 g Berikning Majsställing, Findus 96012868  
3,5 dl Kokosmjölk  
2,5 dl Yoghurt, naturell  
0,75 dl Socker  
1,5 krm Kardemumma

Blåbär, färska

Tina purén och blanda i Berikning Majsställing. Tillsätt kokosmjölk, socker och kardemumma. Servera i glas med ev sugrör. Dekorera med färsk blåbär.

## Ananas

10 port à 1,25 dl

700 g Ananaspuré, Findus 96008536  
75 g Berikning Majsställing, Findus 96012868  
4 dl Äppeljuice  
3,5 dl Kvarn  
0,5 dl Socker/Honung  
2,5 msk Limejuice, färskpressad

Tina purén och blanda i Berikning Majsställing. Vispa ihop äppeljuice, kvarn, socker/honung och pressad limejuice. Servera i glas (ev med en partypinne med en ananasbit).



0,1  
CO<sub>2</sub>e +++



Per portion  
2 dl  
Energi  
210 kcal  
Protein  
5,9 g

## Gammeldags fruktkräm

10 port à 2 dl

250 g Frukt, torkad  
7,5 dl Vatten  
250 g Päronpuré, Findus 96008715  
250 g Aprikospuré, Findus 96012399  
0,75 dl Socker  
150 g Berikning Majsvälling, Findus 96012868  
Potatismjöl + vatten

5 dl Mjök, till servering

Koka upp frukt med vatten, puréer och socker ca 10-15 minuter. Vispa ner Berikning Majsvälling och red av med potatismjöl och vatten..

Servera med mjök.

Garnera med lite torkad frukt.

## Bärig fruktkräm

10 port à 2 dl

3,5 dl Rött vin/Matlagingsvin  
3,5 dl Vatten  
150 g Svartvinbärspuré, Findus 96012400  
150 g Hallonpuré, Findus 96012417  
100 g Blåbärspuré, Findus 96012384  
1 dl Socker  
1 st Kanelstång  
0,5 st Apelsinjuice, färskpressad  
100 g Berikning Majsvälling, Findus 96012868  
Majsstärkelse + vatten  
3 dl Bär, frysta

5 dl Mjök, till servering.

Koka upp vin och vatten med fruktpuréer, socker, kanelstång och pressad apelsinjuice. Koka under lock ca 25 minuter. Vispa ner Berikning Majsvälling och red av med majsstärkelse. Vänd eventuellt ner frysta bär i slutet och sjud upp. Låt svalna. Eller garnera istället med färska bär vid servering.

Servera med mjök.

0,2  
CO<sub>2</sub>e +++



Per portion  
2 dl  
Energi  
164 kcal  
Protein  
4,3 g

## Findus Puréer i recepten:

### Findus Frukt & Bärpuréer är:

- lösfrysta bitar av puré som är enkla att portionera
- värmebehandlade
- helt släta och rena råvaror
- osötade



Svartvinbärspuré, 96012400



Aprikospuré, 96012399



Päronpuré, 96008715



Blåbärspuré, 96012384



Exotisk fruktpuré, 96008535



Ananaspuré, 96008536



Hallonpuré, 96012417

Kontakta Findus Special Foods, om du har några frågor. Tel 020-88 60 00  
specialfoods@se.findus.com www.specialfoods.se

Missa inte vårt **Nyhetsbrev** samt följ oss på Twitter [@KraftTaget\\_se](#) och Instagram [@findusspecialfoods](#)

