

Inkivääri & Hunaja



Huhtasrinteen vahva inkiväärihunaja hoitaa niveliä ja flunssaa ja on sellaisenaan valmis kana- ja wokkimauste, joka sopii myös uunikalalle.

Jos ruokaohjeessa mainitaan inkivääri, inkiväärihunajaa voi käyttää pelkän inkivääriin sijaan –hunaja tuo samalla mukanaan hive-nen makeutta ja täyteläisyyttä annoksiin.

Kokeile juuston, puuron tai lämpimän leivän päällä.

Kuumaan maitoon sekoitettuna inkiväärihunajasta saa täyteläisen intialaistyyppisen teen. Varsinkin flunssaisena juoma helpottaa oloa.

Inkivääritee kahdelle

- 2 tl inkiväärihunajaa
- Mustaa vahvaa irtoteetä
- 4 dl kuumaa vettä

Sekoita inkiväärihunajaa ja teenlehdet kuumaan vesikannuun. Anna hautua 5 minuuttia ja aromikas tee on valmis.

Keveä Ginger ale -juoma

- Ruokalusikallinen inkiväärihunajaa
- 2 dl lämmintä vettä
- 2 limetin mehu
- 8 dl hiilihapollista kivennäisvettä

Sekoita inkiväärihunajaa lämpimään veteen ja purista limettien mehu joukkoon. Kaada seos

kylmän kivennäisveden joukkoon ja siirrä juoma jääkappiin. Tarjoile jäiden kera.

Lämmin inkiväärileipä

- Paahtoleipää (ja voita)
- Palvikinkkua tai pekonia
- Ohueksi viipaloitua sipulia ja paprikaa/chiliä
- Kermajuustoa

Paahtaa paahtoleipä ja paista pekoni rapeaksi. Voitele leipä voilla tai pekonin rasvalla. Lisää alimmaiseksi ohut juustovipale. Kinkku/pekoni alimmaiseksi, paprika/chili päälle ja sen jälkeen juusto. Sivele ohut kerros inkiväärihunajaa päällimmäiseksi. (Voit lämmittää hunajan mikrossa juoksevaksi.) Paista 220-asteessa, kunnes pinta on ruskistunut.

Inkivääribroileri

Hiero broilerin nahan alle inkiväärihunajasta, suolasta ja öljystä tehty seos. Kypsennä uunissa 160-asteessa 2 tuntia. Jos haluat voit lisätä mausteseokseen oman maun mukaan yrtejä tai esimerkiksi puristetun valkosipulin.

Tarjoile riisin sijaan kotimaisten ohrasuurimoiden kera!