



ERREGALIZ ZINTAK

OSAGIAK

(4 pertsonarentzat)
12 Erregaliz-zinta

Betetzeko:
200 g Marrubi
50 g Azukre
greziako Jogurt 1

Saltsa egiteko:
100 g Azukre

TRUKUA

Errezeta hauek ez dute alkoholik; izan ere, haurrekin egiteko daude pentsatuta. Erregaliz-zinten azukrea disolbatzen dugunean, 80 ml ardo beltz bota diezaiokegu.

PRESTATZEA

Marrubiak zatituta, sutan jarriko ditugu azukrearekin batera. Loditzen utziko dugu konpota egin arte. Hozten denean, jogurtarekin nahastuko dugu. Gorde.

Saltsa: Azukrea sutan disolbatuko dugu, hiru minutuz irakin eta kendu egingo dugu.

Erregaliz-zintak zabalduko ditugu, betegarri zati txiki bat ipiniko dugu eta bildu egingo dugu. Plater bakoitzean hiru jarriko ditugu.



PREZIOA
BAXUA



DENBORA
30'



ZAILTASUNA
5/10



OSASUNGARRIA
6/10