



KANAPKI Z OWOCAMI



przepisy.pl



przepisy.pl

Kanapki z suszoną szynką, marynowaną gruszką i figami



Składniki:

- pieczywo pełnoziarniste, kromki - 8 sztuk
- Rama z masłem** - 2 łyżeczki
- suszona szynka - 4 plastry
- gruszka marynowana - 0.5 sztuk
- figa - 1 sztuka
- cykoria
- natka pietruszki



15 minut



4 osoby



Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Kromki pieczywa posmaruj cienko margaryna Rama. Na każdej z nich ułóż po listku cykorii.
2. Plastry szynki zwiń dekoracyjnie i ułóż na pieczywie. Gruszkę pokrój w cienkie plastry, a figę w nieduże części.
3. Plastry gruszki oraz kawałki figi ułóż na szynce. Kanapki udekoruj listkami natki.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



Kanapka z pastą z bakłażana

przepisy.pl



 15 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- Rama 100% Roślinna - 50 gramów
- pieczywo razowe pełnoziarniste, kromki - 8 sztuk
- orzechy włoskie - 100 gramów
- średniej wielkości bakłażan - 2 sztuki
- cebula - 1 sztuka
- natka pietruszki - 1 pęczek
- pomidory - 2 sztuki
- ząbki czosnku - 2 sztuki
- pasta z chili, np. sambal oelek - 1 łyżka
- kmin rzymski - 1 łyżeczka
- owoc granatu - 1 sztuka
- rukola - 50 gramów

Sposób przygotowania:

1. Bakłażany i cebule włóż do nagrzanego do 200° C piekarnika na około 20 minut. Gdy po tym czasie bakłażany zrobią się miękkie, odstaw je do ostygnięcia, obierz, przełóż do kielicha miksera, dodaj 80 g orzechów, pastę chili, margarynę, czosnek, kumin i wszystko razem zmiksuj na gładką pastę.
2. Posiekaj natkę pietruszki. Pomidory sparz, obierz ze skóry, usuń gniazda nasienne, pokrój w drobną kostkę i dodaj do powstałej pasty.
3. Pastę z bakłażana podawaj na kromkach pieczywa z rukolą. Kanapki udekoruj nasionami granatu.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Kanapka z pastą serową blue i truskawkami



Składniki:

- chleb żytni, kromki - 4 sztuki
- Rama z masłem**
- twarożek kremowy - 100 gramów
- Majonez Hellmann's do kanapek** - 1 łyżka
- ser z niebieską pleśnią - 80 gramów
- truskawki - 2 sztuki
- natka pietruszki do dekoracji

 15 minut  4 osoby  Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Kromki chleba przekrój na cztery małe prostokąciki.
2. Każdy posmaruj margaryną Rama z masłem.
3. Twarożek zmiksuj i dokładnie wymieszaj z serem blue oraz majonezem.
4. Nałóż serową pastę na każdą kromkę.
5. Truskawki pokrój w cząstki i ułóż je na kanapczkach. Kanapki udekoruj listkami pietruszki.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Kanapka z owocami "Od serca"



Składniki:

- kromki pieczywa razowego - 4 sztuki
- Rama Classic** - 4 łyżki
- tuńczyk w kawałkach - 8 sztuk
- szynka parmeńska - 4 plastry
- kiwi - 4 sztuki
- rukola - 0.5 sztuk

 15 minut  2 osoby  Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Sałatę umyj i osusz. Kiwi obierz i pokrój w plasterki. Wytnij z nich serca.
2. Kromki pieczywa posmaruj margaryną Rama.
3. Sałatę, szynkę i tuńczyka ułóż na kanapkach, całość udekoruj sercami z kiwi.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Kanapka z gorgonzolą i gruszką



Składniki:

- cienkie kromki chleba wileńskiego z suszonymi owocami (żurawina i śliwka) - 8 sztuk
- Rama 100% Roślinna** - 30 gramów
- rukola - 30 gramów
- gruszka - 1 sztuka
- ser gorgonzola - 80 gramów
- orzechy włoskie - 20 gramów
- syrop z octu balsamicznego - 1 łyżka

 15 minut  3 osoby  Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Gorgonzolę porwij na mniejsze kawałki, gruszkę obierz i pokrój w pół plastry, orzechy delikatnie rozkrusz.
2. Kromki chleba obficie posmaruj margaryną. Na czterech kromkach ułóż rukolę, nałóż kawałki sera, a między ser wciśnij orzechy.
3. Tak przygotowana kanapkę polej z wierzchu syropem z octu balsamicznego. Nałóż gruszkę, następnie przykryj drugą kromką chleba i dociśnij.
4. Przekłuj wykałaczką i przetnij pod skosem na dwa trójkąty. Trójkąty ułóż na talerzu, w środek włóż chipsy z suszonych pomidorów.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Kanapki z twarożkiem, miodem i figą



Składniki:

- pumperniel - 1 opakowanie
- Rama z masłem**
- twarożek - 120 gramów
- miód - 2 łyżki
- suszona figa - 2 sztuki



15 minut



4 osoby



Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Z pieczywa wytnij okrągłe kromki, np. za pomocą szklanki. Każdą kromkę posmaruj najpierw margaryną Rama, a następnie dużą warstwą twarożku.
2. Figi pokrój w cząstki. Połóż po kawałku owoców na każdej kromce.
3. Całość polej miodem i podawaj.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl





przepisy.pl

Kolorowe kanapki "Owocowy raj"



Składniki:

- Rama Classic** - 10 gramów
- kromki bagietki - 3 sztuki
- dżem z kiwi - 40 gramów
- dżem z brzoskwiń - 40 gramów
- dżem z truskawek - 40 gramów
- kiwi - 1 sztuka

 15 minut  3 osoby  Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Bagietkę francuską pokrój wzdłuż, aby powstały 3 kromki, następnie posmaruj je margaryną Rama.
2. Na każdą kromkę nałóż inny dżem.
3. Kiwi obierz i pokrój w plasterki. Wytnij z nich gwiazdki.
4. Kanapki dla dzieci udekoruj gwiazdkami kiwi.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Imprezowe kanapki z pleśniowym serem i orzechami



Składniki:

- pieczywo tostowe - 1 opakowanie
- Rama Classic**
- ser pleśniowy typu blue - 100 gramów
- orzechy włoskie - 2 łyżki
- truskawki - 3 sztuki
- kielki słonecznika - 0.5 szklanek

 15 minut  6 osób  Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Kromki pieczywa okrój ze skórki a następnie każdą kromkę posmaruj z jednej strony margaryną.
2. Na każdej kromce ułóż cienki plasterek sera. Orzechy upraż na suchej rozgrzanej patelni i wystudź.
3. Kanapki udekoruj kielkami słonecznika, truskawkami pokrojonymi w cienkie plasterki oraz chrupiącymi orzechami.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl