



AHJUKOOK SEEMNETEGA

Retsept: Georgie Socratous

Valmistamine

Kuumuta ahi 180 kraadini, määri 21 cm läbimõõduga kandiline koogivorm võiga ja vooderda küpsetuspaberiga. Sulata või, mesi ja suhkur keskmisel kuumusel, lisa ülejäänud ained ja sega kõik hästi läbi.

Tõsta tainas lusikaga vormi ja küpseta 25–30 minutit, kuni kook on kuldne. Lase vormis jahtuda, aga viiluta kindlasti soojalt.

www.veskimati.ee

Kuusteist viilu

175 g võid

6 sl mett

75 g heledat pehmet pruuni suhkrut

1 apelsini hästi peenelt riivitud koor

75 g kuivatatud marju

50 g kuivatatud aprikoose, hakitud

150 g erinevaid pähkleid ja seemneid, hakitud

300 g kaerahelbeid

75 g Veski Mati täistera- või jämedaid täisterakaerahelbeid