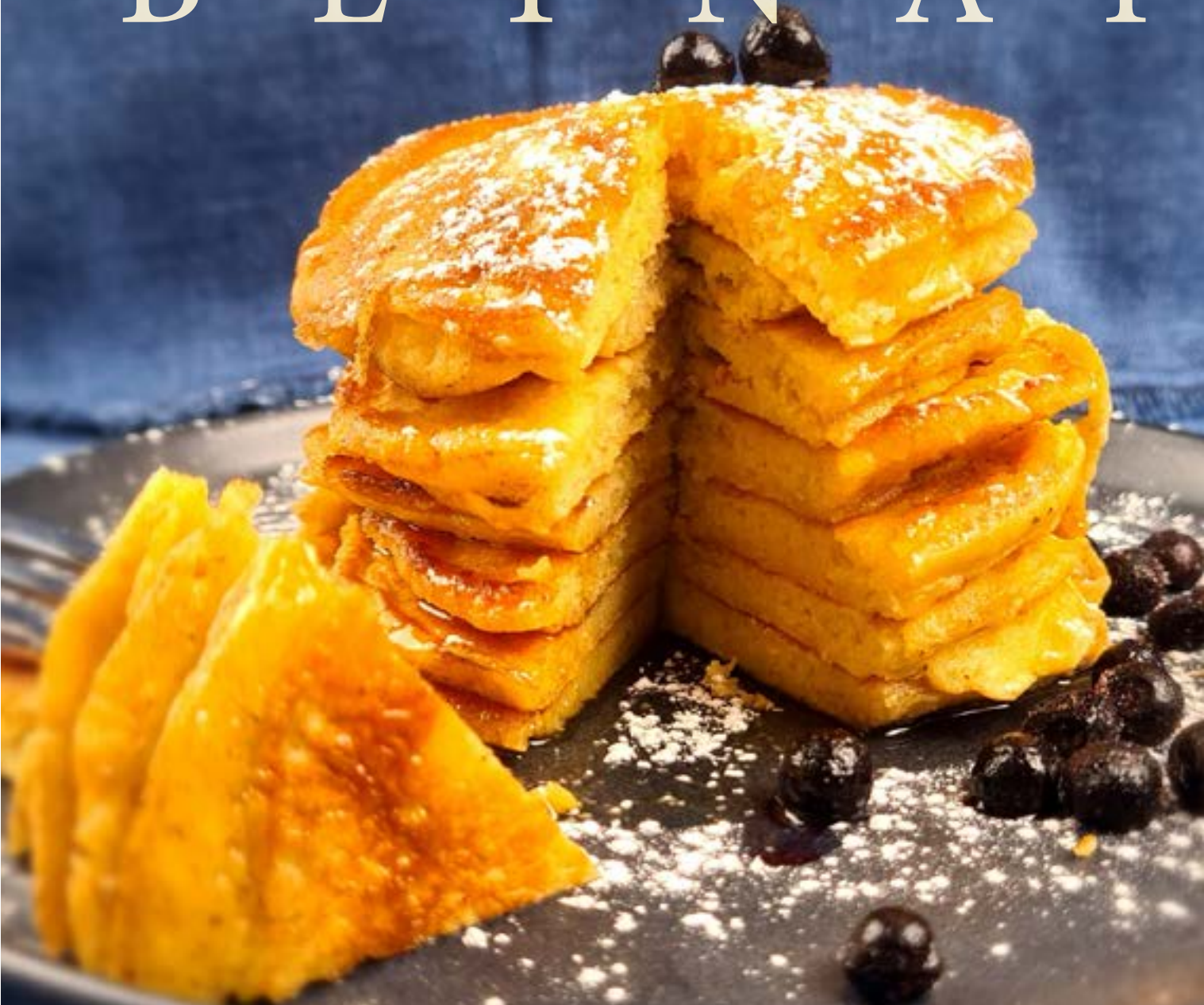


ASTA NESS

B L Ū N A I




VAROM ŽIEMĄ IŠ KIEMO
ARBA
MĖGAUJAMĖS KASDIENA

15 RECEPTŲ

TURINYS





LIETINIAI BLYNAI - CREPES
LIETINIAI BLYNAI CREPES SU BANANAIS
LIETINIAI BLYNAI SU VARŠKE
VAFLIAI ŠIRDUTĖS
RUPIAI TARKUOTI BULVINIAI BLYNAI
ŽEMAIČIŲ BLYNAI
ORKAITĖJE KEPTAS BLYNAS
BLYNAI, PAPERASČIAUSI VAIKYSTĖS BLYNAI
AUSTRIŠKAS PLĖŠYTAS BLYNAS
KEPTI VARŠKĖTUKAI, BLYNŲ GIMINAIČIAI
BLYNAI SU RYŽIŲ KOŠĖS LIKUČIU
SVELER - NORVEGIŠKI BLYNAI
BLYNAI SU OBUOLIAIS
MIELINIAI BLYNAI



BLYNAI, BLYNELIAI, BLYNELIUKAI

Blynų yra įvairių įvairiausių, todėl ko gero yra nedaug tokių, kurie galėtų pasakyti nemėgstą blynų. Iš didelio pasirinkimo vis tiek yra kurie patinka. Blynai yra blynai.

Lietiniai, varškėčiai, bulviniai, su įdaru, be įdaro, su uogiene, su sirupu, su grietine ar šiaip paprastai su cukrum blynai yra gėris.

Blynai - populiariausias Užgavėnių patiekalas, jais, sakoma, varoma žiema iš kiemo, kuo riebesniais, tuo greičiau žiema išeis.

Šiomet žiema pas mus buvo ankstyva, balta, pūguota, speiguota. Ir mes ėmėmės žiemos varymo iš kiemo aknsti, sausio vidury. Taip surinkau mūsų šeimos mėgstamiausius blynus į vieną knygelę.



LIETINIAI BLYNAI - CREPES

PARUOŠIMAS: 20 MIN | GAMINIMAS 20 MIN

PRODUKTAI

GAMINAME

150 g miltų

Miltus išsijoti į dubenį.

400 ml pieno

Kiaušinius ir pieną suplakti, įdėti žiupsnelį druskos.

2 kiaušinių

Pieno/kiaušinių plakinį po truputį pilti į miltus ir maišyti šluotele. Supylus visą skystį, supilame tirpintą (ne karštą) sviestą. Tešla turi būti skysta, galima įpilti truputį vandens, jei atrodo tirštoka.

30 g sviesto

druskos

aliejaus kepimui

Į įkaitintą keptuvę pilame truputį aliejaus, išsklaidome virtuviniu popieriniu rankšluosčiu, kad būtų riebaluota visa keptuvė. Tuomet samteliu pilame tešlos, ir pavartydami keptuvę išskleidžiame tešlą po visą keptuvės plotą. Kepame iš abiejų pusių.

Serviravimui

karamelės sirupo



LIETINIAI BLYNAI CREPES SU BANANAIS

PARUOŠIMAS: 20 MIN | GAMINIMAS 30 MIN

PRODUKTAI

GAMINAME

150 g miltų	Miltus išsijoti į dubenį.
400 ml pieno	Kiaušinius ir pieną suplakti, įdėti žiupsnelį druskos.
2 kiaušinių	Pieno/kiaušinių plakinį po truputį pilti į miltus ir maišyti šluotele. Supylus visą skystį, supilame tirpintą (ne karštą) sviestą. Tešla turi būti skysta, galima įpilti truputį vandens, jei atrodo tirštoka.
30 g sviesto	
druskos	
aliejaus kepimui	Į įkaitintą keptuvę pilame truputį aliejaus, išsklaidome virtuviniu popieriniu rankšluosčiu, kad būtų riebaluota visa keptuvė. Tuomet samteliu pilame tešlos, ir pavartydami keptuvę išskleidžiame tešlą po visą keptuvės plotą. Kepame iš abiejų pusių.
Įdarui	
5 bananai	Į iškeptus blynelius vyniojame per pusę perpjautą bananą.
Serviravimui	
karamelės sirupo	Apkepame įkaitintuose riebaluose.



LIETINIAI BLYNAI SU VARŠKE

PARUOŠIMAS: 20 MIN | GAMINIMAS 30 MIN

PRODUKTAI

150 g miltų
400 ml pieno
2 kiaušinių
30 g sviesto
druskos
aliejaus kepinimui
įdarui
300 g varškės
1 šaukštas cukraus
1 kiaušinis
¼ arb.š cinamo

Serviravimui
karamelės sirupo

GAMINAME

Miltus išsijoti į dubenį.
Kiaušinius ir pieną suplakti, įdėti žiupsnelį druskos.
Pieno/kiaušinių plakinį po truputį pilti į miltus ir maišyti šluotele. Supylus visą skystį, supilame tirpintą (ne karštą) sviestą. Tešla turi būti skysta, galima įpilti truputį vandens, jei atrodo tirštoka.
Į įkaitintą keptuvę pilame truputį aliejaus, išsklaidome virtuviniu popieriniu rankšluosčiu, kad būtų riebaluota visa keptuvė. Tuomet samteliu pilame tešlos, ir pavartydami keptuvę išskleidžiame tešlą po visą keptuvės plotą. Kepame iš abiejų pusių.
Paruošiame įdarą: įdarui skirtus produktus gerai sumaišome.
Į blynėlį įvyniojame kupiną šaukštą įdaro ir sulankstome.
Sulankstytus blynelius apkepame iš abiejų pusių svieste arba aliejuje. Patiekiamo su mėgstamais priedais.



VAFLIAI ŠIRDUTĖS

PARUOŠIMAS: 40 MIN | GAMINIMAS 30 MIN

PRODUKTAI

320 g miltų
100 g cukraus
1 arb. š. kepimo miltelių
400 ml pieno
3 kiaušiniai
100 g sviesto
0.5 arb. š kardamono.

GAMINAME

Dubenyje sumaišyti visus sausus ingredientus.

Palengva, vis pamaišant, supilti pieną, įmušti kiaušinius. Ištirpinti sviestą ir taip pat supilti į tešlą. Gerai išmaišyti.

Palikti pusei valandos (galima ir ilgiau) tešlą pailsėti.

Kepti vaflinėje. Vienam vafliui pyliau maždaug 3 šaukštus tešlos. Svarbu neįpilti per daug, kad netrykštų per kraštus.

Iš šito kiekio tešlos iškepa 16 vaflių.



RUPIAI TARKUOTI BULVINIAI BLYNAI

PARUOŠIMAS: 10 MIN | GAMINIMAS 15 MIN

PRODUKTAI

1 kg bulvių
2 kiaušiniai
3 šaukštai miltų
1 arb.š druskos
aliejus kepimui

Serviravimui
grietinė

GAMINAME

Nuskusti ir sutarkuoti bulves. Galima tarkuoti smulkiai, vadinama bulvių tarka, bet bulves šitiems blynams tarkuotos stambesne. Tokia tarka yra ko gero visuose namuose.

Į sutarkuotas bulves įmušti kiaušinius, įberti druskos, miltus. Gerai išmaišyti.

Kepti keptuvėje, gerai įkaitintame aliejuje.

Valgome su grietine. Arba uogiene. Pagal skonį



ŽEMAIČIŲ BLYNAI

PARUOŠIMAS: 40-50 MIN | GAMINIMAS 10 MIN

PRODUKTAI

1 kg bulvių

3 kiaušiniai

4 šaukštai bulvių krakmolo

500 g mėsos

0,5 svogūno

druskos

pipirų maltų

aliejaus kepimui

Serviravimui

grietinė,

sviestas,

kepinta šoninė

GAMINAME

Užkaisti virti mėsą. Įdėti druskos, pipirų, lauro lapą. virti apie 30 min.

Pasiruošti bulves. Išvirti su lupena. Atvėsinti, nulupti ir sumalti mėsmale arba sutraiškyti bulvių spaustuvu.

Į sutraiškytas atvėsusias bulves įmušame kiaušinius, dedame druskos, krakmolą, gerai išmaišome.

Išvirusią mėsą sumalame, dedame pakepintą svogūną, druskos, maltų pipirų ir gerai išmaišome, tai bus įdaras.

Imame nedidelę saują bulvių tešlos, suformuojame blynuką, įdedame šaukštą mėsos įdaro ir užspaudžiame. nestipriai spaudžiant padarome plokščią blyną.

Kepame įkaitintame aliejuje, po maždaug 3-4 min kiekvieną pusę.

Skanu su grietine, arba sviesto-grietinės padažu, pakepinta šonine.



ORKAITĖJE KEPTAS BLYNAS

PARUOŠIMAS: 10 MIN | GAMINIMAS 15 MIN

PRODUKTAI

4 kiaušiniai
1 šaukštas cukraus arba 1
sutrintas bananas
250 ml pieno
250 ml miltų
20 g sviesto kepimui

GAMINAME

Ijungti kaisti orkaitę iki 220C.

Kiaušinius, cukrų (arba sutrintą bananą), pieną, miltus išplakti virtuviniame kombaine arba šluotele.

Įdėti į orkaitę įkaisti kepimo skardą, įdėti sviestą, kad ištirtų. Aš naudoju keptuvę su nuimama rankena 28 cm skersmens, bet gali būti kitokia turima skarda.

Į įkaitusią skardą supilti tešlą, kepti apie 15 minučių.

Idėja pajvairinimui:

Užmaišius tešlą, galima pridėti saują mėlynių (šviežių arba šaldytų) arba razinų. Bus pagerintas blynas.



BLYNAI, PAPRASČIAUSI VAIKYSTĖS BLYNAI

PARUOŠIMAS: 20 MIN | GAMINIMAS 25 MIN

PRODUKTAI

200 g miltų
1 šaukštas cukraus
1 arb.š kepimo miltelių
1 arb.š vanilinio cukraus
200 ml pieno
2 kiaušiniai
sviesto, aliejaus kepimui

GAMINAME

Dubenyje sumaišome visus sausus produktus. Pilame pieną, įmušame kiaušinius, viską gerai išmaišome, kad neliktų miltų gumuliukų. Leidžiame pailsėti tešlai bent 15 minučių.

Kepame įkaitintuose riebaluose - sviesto ir aliejaus mišinyje arba tik aliejuje.

Valgome su mėgstamais priedais - grietine, uogiene arba klevų sirupu.

Iš šito kiekio produktų iškepė 14 blynukų.



AUSTRIŠKAS PLĖŠYTAS BLYNAS

PARUOŠIMAS: 10 MIN | GAMINIMAS 10 MIN

PRODUKTAI

3 kiaušiniai, atskirai tryniai ir baltymai

2 šaukštai cukraus

180 ml pieno

100 g miltų

1 arb. š vanilinio cukraus druskos

50 g sviesto kepimui

Serviravimui

cukraus pudros pabarstymui

uogienė patiekimui

GAMINAME

Kiaušinio baltymus ir cukrų išplakame iki standžių putų.

Kitame inde sumaišome kiaušinio trynius, pieną ir vanilinį cukrų. Po truputį supilame miltus. Atsargiai įmaišome išplaktus baltymus.

Į įkaitintą keptuvę dedame pusę sviesto, Kai ištirpsta sviestas, supilame tešlą į keptuvę ir kepame apie 4 minutes. Kai apačia gražiai pagelsta, mentele padaliname blyną į keturias dalis ir kiekvieną dalį apverčiame. Įdedame likusį sviestą, paskirstome per visą keptuvę.

Kai apkepa antra pusė, mentele sudaliname blyną į mažus, maždaug vieno kąsnio gabaliukus. Dar pakepame apie minutę.

Dedame į lėkštę, papuošiame cukraus pudra, imame mėgstamą uogienę ir skanaus!



KEPTI VARŠKĖTUKAI, BLYNŲ GIMINAIČIAI

PARUOŠIMAS: 10 MIN | GAMINIMAS 10 MIN

PRODUKTAI

350 g varškės
2 kiaušiniai
100 g miltų
1 šaukštas cukraus
aliejaus kepimui

Serviravimui

grietinė
uogienė

GAMINAME

Visus produktus sumaišome.

Rankomis formuojame blynelius. Imame šaukštą tešlos, pasidarome kamuoliuką ir suplojame į blynėlį.

Kepame įkaitintame aliejuje ant vidutinės kaitros.

Apkepame vieną pusę, paskui apverčiame ir kepame antrą pusę. Apie 2-3 min vienai pusei.

Naudinga

Lengviau formuoti blynelius pasialiejavus rankas.

Norint saldesnių varškėčių galima įdėti daugiau cukraus.



BLYNAI SU RYŽIŲ KOŠĖS LIKUČIU

PARUOŠIMAS: 10 MIN | GAMINIMAS 20 MIN

PRODUKTAI

500 g ryžių košės (labai tinka likučiai)

1 bananas

3 kiaušiniai

150 ml pieno

200 g miltų

vanilės/kardamono
(pasirinktinai, pagal skonį)

aliejaus kepimui

Serviravimui

grietinė,

uogienė,

klevų sirupas

GAMINAME

Sutriname bananą, jį sumaišome su ryžių koše, dedame kiaušinio trynius, pieną, miltus ir gerai išmaišome.

Kiaušinio baltymus išplakame ir atsargiai įmaišome į tešlą.

Kepame įkaitusiame aliejuje.

Valgome su uogiene, grietine ar kitais mėgstamais priedais.

Naudinga

IIškepame 20-25 blynelius, priklausomai kokio dydžio darome.



SVELER - NORVEGIŠKI BLYNAI

PARUOŠIMAS: 35 MIN | GAMINIMAS 20 MIN

PRODUKTAI

GAMINAME

5 kiaušiniai

Sumaišyti skystus produktus

200 ml cukraus

Sumaišyti sausus produktus iri juos po truputį įmaišyti skysčius bei sviestą.

1 l kefyro

1 l miltų

Palikti tešlą pailsėti maždaug pusvalandžiui.

1,5 arb.š sodos

Kepama sausoje keptuvėje.

75 g tirpinto sviesto

Valgyti su mėgstamais priedais, pvz braškių uogiene.



BLYNAI SU OBUOLIAIS

PARUOŠIMAS: 20 MIN | GAMINIMAS 20 MIN

PRODUKTAI

GAMINAME

250g miltų

Sumaišome miltus, pieną, cukrų ir kiaušinių trynius.

250 ml pieno

Sutarkuojame arba smulkiai supjaustome obuolį ir sudedame į tešlą.

1 šaukštas cukraus

2 kiaušiniai

Išplakame baltymus iki standžių putų, įmaišome į tešlą.

1 nedidelis obuolys

aliejus kepimui

Kepame aliejuje iš abiejų pusių.

Serviravimui

Pasirinktinai iš patinkamų priedų

uogienė

grietinė

klevų sirupas

cukrus



MIELINIAI BLYNAI

PARUOŠIMAS: 60 MIN | GAMINIMAS 20 MIN

PRODUKTAI

400 g miltų
7 g sausų mielių
50 g cukraus
400 ml pieno kambario
temperatūros
2 kiaušiniai
1 arb.š. vanilinio cukraus

Serviravimui pasirinktinai
pagal skonį

grietinė,
uogienė,
uogos,
mėgstami sirupai

GAMINAME

Sumaišome visus sausus produktus.

Pilame šiltą pieną (kambario temperatūros), įmušame
kiaušinius. Gerai išmaišome.

Padedame šiltai, kad pakiltų. Užtrunka apie valandą.

Kepame aliejuje iš abiejų pusių.

Patiekiame su mėgstamais priedais.



ASTA NESS

KITCHENFANTASIES.COM

INSTAGRAM: [ASTANESS_KITCHENFANTASIES](https://www.instagram.com/ASTANESS_KITCHENFANTASIES)

FACEBOOK: [KITCHENFANTASIES](https://www.facebook.com/KITCHENFANTASIES)

FOODTIPS

FOODTIPS.ME

FACEBOOK: [FOODTIPS.ME](https://www.facebook.com/FOODTIPS.ME)

INSTAGRAM: [FOODTIPS.ME](https://www.instagram.com/FOODTIPS.ME)