



**SŁODKA**

wegan  
nerd

**MOJE ROŚLINNE DESERY**

**Alicja Rokicka**

NASZA KSIĘGARNIA

# Egzotyczna tarta budyniowa

Przepis na podobną tartę znalazłam w jednej z moich ulubionych książek o francuskim cukiernictwie. Spodobał mi się, bo łączy Francję-elegancję z kolorową egzotyką. Ciasto jest sezonowe, odświeżające i lekkie, wręcz wymarzone na letnie popołudnie. Zrób sobie tę bajeczną tropikalną przyjemność i upiecz je pod koniec wakacji, u schyłku sierpnia. Egzotyczna tarta będzie doskonałym dopełnieniem ostatnich letnich wieczorów, w których da się już wyczuć zapowiedź jesiennych chłódów.

## SKŁADNIKI SPODU

2 szklanki twoich ulubionych orzechów  
7 miękkich (świeżych lub suszonych)  
daktyli

## SKŁADNIKI PRZYBRANIA

kawałek ananasa, figi, miechunki  
lub innego ciekawego owocu

## SKŁADNIKI MASY

2 dojrzałe owoce mango  
400 ml mleka roślinnego  
(na przykład ryżowego)  
100 g cukru  
3 łyżki skrobi kukurydzianej  
2 łyżki mąki pszennej  
2 łyżki oleju kokosowego

## PRZYGOTOWANIE

Orzechy i daktyle zmiksuj na gęstą masę. Przenieś do formy i palcami wylep tartę. Odstaw do schłodzenia. W blenderze zmiksuj miąższ mango z 300 ml mleka roślinnego. Wlej do rondelka i podgrzewaj na małym ogniu. W reszcie mleka (100 ml) rozprowadź

mąkę, skrobię i cukier, wymieszaj. Dodaj płyn do gotującego się mleka i mieszaj, aż masa zgęstnieje. Na koniec dodaj olej kokosowy. Ponownie wymieszaj i odstaw na 5 minut. Zalej schłodzony spód na tartę. Przybierz wybranymi owocami.



# Pizza na słodko (naprawdę!)

To nie żart! W pierwszej książce napisałam, że książka kucharska bez przepisu na pizzę jest niepełna. Byłabym niesłowna, gdyby i tu się nie pojawił. A ponieważ piszę o słodyczach, nie mam wyjścia – pizza musi być deserowa. Wiadomo, że Włosi nie lubią, jak się miesza w ich przepisach i tradycyjnych daniach. Ale sądzę, że pizza tak się zglobalizowała, że moja wersja nikogo nie urazi. Bo tak naprawdę to drożdżowy placek z czekoladą, przypominający trochę polski mazurek. A więc *avanti!*

## SKŁADNIKI CIASTA

450 g mąki pszennej  
1 szklanka ciepłej wody  
35 g świeżych drożdży  
1 łyżeczka soli  
3 łyżki cukru

## SKŁADNIKI NADZIENIA

3 łyżki masła orzechowego  
kilka kostek gorzkiej czekolady

## SKŁADNIKI PRZYBRANIA

twoje ulubione owoce

## PRZYGOTOWANIE

W misce połącz wodę, drożdże, sól i cukier. Mieszaj, aż cukier i drożdże się rozpuszczą. Dodaj 4 łyżki mąki, wymieszaj i odstaw na 10 minut. Wsyp resztę mąki, mieszaj drewnianą łyżką lub ręką. Uformuj kulkę i odstaw do wyrośnięcia na 30 minut. Nie wałkuj ciasta, tylko rozciągnij je, zaczynając od środka, na placek o grubości maksymalnie 5 mm. Na wierzchu rozsmaruj masło orzechowe i ułóż kawałki czekolady. Piecz w temperaturze 220°C, aż pizza się zarumieni. Przed podaniem przybierz owocami. Jedz szybko, żeby żaden Włoch nie zobaczył!





# Minipączki cynamonowe

W moim domu rodzinnym babcia co roku smażyła pączki na tłusty czwartek. Kiedy ja i brat dorośliśmy, ten dzień stracił swoją magię. Ja przesiadywałam na uczelni, a brat w pracy. Babcia po prostu nie miała komu smażyć pączków. Dlatego kończyło się na kupnych lub w ogóle z nich rezygnowaliśmy. Od kiedy jestem weganą, pączków nie jem prawie wcale. Smażę je z czystego sentymentu. Zawsze pojawia się wówczas pytanie: czym faszerować? Marmoladą, kremem czekoladowym, kremem z daktyli, a może klasyczną konfiturą różaną?

## SKŁADNIKI CIASTA

500 g mąki pszennej  
1 szklanka ciepłego mleka roślinnego  
lub wody  
50 g świeżych drożdży  
1 łyżka cukru  
1 łyżka spirytusu lub wódki  
3 łyżki oleju rzepakowego lub  
słonecznikowego  
1 szczypta soli

## PRZYGOTOWANIE

Do mleka lub wody dodaj cukier i drożdże, mieszaj, aż drożdże się rozpuszczą. Dodaj mniej więcej 3 łyżki mąki, wymieszaj, odstaw na 20 minut. Dodaj spirytus albo wódkę i sól, wymieszaj. Powoli dodawaj resztę mąki, ciągle mieszając. Kiedy ciasto zacznie odlepić się od boków miski, ale będzie nadal wilgotne, dodaj płynny olej. Nadal mieszaj i stopniowo podsypuj mąką. Przenieś ciasto na oprószony mąką blat. Wyrabiaj. Ciasto powinno

## SKŁADNIKI NADZIENIA

gęsta marmolada, krem budyniowy  
lub karmel daktylowy według przepisu  
z rozdziału NA DOBRY POCZĄTEK

## SKŁADNIKI POSYPKI

½ szklanki drobnego cukru  
1 łyżka mielonego cynamonu

olej do smażenia

być zwarte, ale miękkie i sprężyste. Przełóż do miski, przykryj ściereczką i odstaw na mniej więcej 20 minut. Rozwałkuj na placek grubości około 1 cm. Kieliszkiem lub foremką wycinaj kółka. W rondlu rozgrzej olej. Smaż pączki na złoto, uważając, żeby ich nie przypalić. Nadziewaj za pomocą rękawa cukierniczego z małą, ostrą końcówką. Gotowe pączki obtaczaj w mieszance cukru z cynamonem i układaj na paterze.





# Tort czekoladowy na bogato

Jest okazja do świętowania? Urodziny, imieniny, ważna rocznica? A więc pora na tort czekoladowy na bogato – tradycyjny, wyrazisty i zapychający. Jego główna zaleta to oczywiście czekolada. Przy przekładaniu nie zapomnij skropić biszkoptu rumem, mocną czarną herbatą lub kawą! To sprawi, że tort będzie wilgotny i łatwiejszy do pokrojenia.

## SKŁADNIKI CIASTA

biszkopt kakaowy według przepisu z rozdziału NA DOBRY POCZĄTEK

## SKŁADNIKI KREMU

300 g orzechów nerkowca  
1/3 szklanki soku z cytryny  
2 łyżki oleju kokosowego  
wybrany syrop do smaku  
1 puszka mleka kokosowego  
2 tabliczki gorzkiej czekolady  
1 kieliszek rumu, mocnej herbaty lub kawy

## DO PRZEKŁADANIA

dżem z mirabelek lub malin

## SKŁADNIKI PRZYBRANIA

świeże owoce, kwiaty, gorzka czekolada

## PRZYGOTOWANIE

Przygotuj biszkopt kakaowy. Orzechy nerkowca zalej wrzątkiem i odstaw na 2 godziny. Odsącz, wsyp do kielicha blendera, dodaj gęstą część mleka kokosowego, sok z cytryny i rozpuszczony olej kokosowy, zmiksuj. Czekoladę rozpuść w kąpieli wodnej i dodaj do masy, dokładnie wymieszaj. Spróbuj i wlej syrop

do smaku. Biszkopt przetnij na 3 krążki. Wyrównaj górną część. Każdy krążek ciasta skrop rumem, mocną herbatą lub kawą. Przekładaj dżemem i masą czekoladową. Resztę masy wykorzystaj do posmarowania boków i wierzchu. Gotowy tort dekoruj owocami, kwiatami i pokruszoną czekoladą.

BEZ  
GLUTENUBEZ  
PIECZENIA

# Jagielnik z kajmakiem i popcornem

Uniwersalna kasza jaglana wspaniale nadaje się do wypieków. A skoro wychodzi z niej pyszny budyń, masa do tarty i ciastka, to czemu nie wykorzystać jej do bezsernika? Przepis na wegański kajmak mam od Magdy. Jest taki pyszny, że trzeba uważać, by nie zjeść naraz całego rondla!

## SKŁADNIKI SPODU

1 szklanka płatków owsianych (mogą być bezglutenowe)  
6 miękkich (świeżych albo suszonych) daktyli  
3 łyżki oleju kokosowego

## SKŁADNIKI MASY

1½ szklanki kaszy jaglanej  
3 szklanki mleka sojowego lub wody  
5 łyżek twojego ulubionego syropu  
sok z 1 cytryny  
100 g orzechów nerkowca  
1 laska wanilii

## PRZYGOTOWANIE

Płatki owsiane zmiksuj z daktylami i olejem kokosowym. Przełóż do formy i wyrównaj. Wstaw do lodówki. Kaszę przelej wrzątkiem, ugotuj w mleku lub wodzie. Gotuj na małym ogniu, aż ziarna kaszy wchłoną cały płyn i się rozpadną. Orzechy mocz przez godzinę, zmiksuj z sokiem z cytryny i miąższem wanilii. Powoli dodawaj kaszę, miksuj na gładką

## SKŁADNIKI POLEWY

1 puszka mleka kokosowego  
1 szklanka cukru  
2 łyżki oleju kokosowego

## SKŁADNIKI PRZYBRANIA

1 szklanka uprażonej kukurydzy

masę. Dopraw do smaku syropem. Masę wyłóż na przygotowany spód, wstaw do lodówki. W rondlu lub na patelni rozpuść mleko kokosowe z cukrem. Powinien powstać gęsty krem. Gotuj. Na koniec dodaj olej kokosowy. Tak powstałym kajmakiem polej ciasto. Ozdób popcornem.





# Potrójny bezsernik

Ten bezsernik kusi nie tylko smakiem, lecz także wyglądem. Jest naprawdę efektowny!

## SKŁADNIKI SPODU

400 g wegańskich herbatników lub innych ciastek (mogą być bezglutenowe)  
5 łyżek oleju kokosowego

## SKŁADNIKI MASY

300 g tofu  
100 g orzechów nerkowca  
½ szklanki soku z cytryny  
10 łyżek syropu z agawy, klonowego lub innego  
1 łyżeczka ekstraktu waniliowego  
1 puszka mleka kokosowego  
300 g malin  
2 łyżki oleju kokosowego  
1 opakowanie wegańskiej galaretki

## SKŁADNIKI PRZYBRANIA

świeże owoce  
½ tabliczki gorzkiej czekolady

## PRZYGOTOWANIE

Przygotuj spód: ciastka zmiksuj, stopniowo dodawaj olej, tak aby się z nimi połączył. Tortownicę wyłóż folią spożywczą. Przenieś masę, wyrównaj i dociśnij. Wstaw do lodówki. Orzechy nerkowca mocz przez godzinę. Potem włóż je do miski, dodaj tofu, sok z cytryny, gęstą część mleka kokosowego i roztopiony olej kokosowy. Miksuj, dolewając stopniowo syropu. Masa powinna być przyjemnie słodka. Nie żałuj

soku z cytryny, który zakwasi tofu. Dodaj ekstrakt waniliowy i miksuj do uzyskania gładkiej konsystencji. Następnie podziel masę na 2 części. Maliny zmiksuj i przelej do rondelka. Galaretkę malinową wlej do jednej części masy, wymieszaj i wylej na spód, odstaw do stężenia. Następnie wylej drugą część masy – bez malin. Ostudź i na koniec zalej ostatnią warstwą – malinami z rondelka. Ozdób roztopioną czekoladą oraz owocami.

# Niebanalne muffiny pomidorowe z kremem i figami

Latem, szczególnie w sierpniu, moja dieta robi się bardzo pomidorowa. Głównie dlatego, że sama jestem balkonową hodowniczą pomidorów. Ale prawdziwa pomidorowa królowa to moja mama, która obsadza nimi cały ogród. Krótko mówiąc, kocham pomidory tak bardzo, że użycie ich w deserze było tylko kwestią czasu. I tak – wiem, że pomidor dla botaników jest owocem... ale dla zwykłych zjadaczy tofu to warzywo i już!

## SKŁADNIKI MUFFINÓW

1 szklanka passaty pomidorowej  
lub pomidorów z puszki  
2 szklanki mąki pszennej  
½ szklanki oleju słonecznikowego  
1 łyżeczka octu  
½ szklanki cukru  
1 łyżeczka sody oczyszczonej  
½ łyżeczki proszku do pieczenia  
1 łyżeczka mielonego cynamonu  
½ łyżeczki soli

## SKŁADNIKI PRZYBRANIA

bita śmietana kokosowa według przepisu  
z rozdziału NA DOBRY POCZĄTEK  
2 świeże figi

## PRZYGOTOWANIE

W misce lub kielichu blendera umieść pomidory, olej, cukier i ocet. Zmiksuj wszystko na jednolitą masę. W drugiej misce połącz mąkę, sodę, cynamon, sól i proszek do pieczenia. Dodaj masę pomidorową, wymieszaj. Przygotuj

papierowe papilotki i formę do pieczenia babeczek. Wlewaj po 2–3 łyżki masy na jedną babeczkę. Piecz w temperaturze 180°C przez mniej więcej 30 minut, odstaw do ostygnięcia. Każdą babeczkę posmaruj bitą śmietaną i ozdób pokrojoną figą.







# Zjawiskowy tort szpinakowy

Od pewnego czasu krąży po internecie mnóstwo przepisów na tort szpinakowy à la runo leśne. Można przygotować ten deser również z pokrzywą. Mnie jednak jej smak nie do końca odpowiada, a poza tym szpinak to zdecydowanie prostsze rozwiązanie. Najlepiej sprawdzi się ten rozdrobniony. Do ozdobienia tortu użyj wszystkiego, co kojarzy się z lasem. Moją obsesją stał się ostatnio czerwony pieprz. Pasuje do deserów i tak pięknie wygląda! Do przełożenia warstw użyj mleka kokosowego ubitego z cukrem pudrem. A masę bezową zrób z wody po gotowaniu ciecierzycy (korzystając z przepisu z rozdziału AQUAFABA) lub użyj ulubionego dżemu.

## SKŁADNIKI CIASTA

2 szklanki mąki pszennej  
lub pełnoziarnistej  
2 szklanki wiórków kokosowych  
1 szklanka cukru  
1 łyżeczka proszku do pieczenia  
1 łyżeczka sody oczyszczonej  
2 szklanki rozdrobnionego rozmrożonego  
szpinaku  
1 szklanka mleka sojowego  
1 łyżka octu jabłkowego  
1/3 szklanki oleju słonecznikowego  
biały rum lub sok owocowy

## DO PRZEKŁADANIA

ulubiony dżem, konfitura z czarnego bzu  
czy róży  
bita śmietana kokosowa lub masa bezowa

## SKŁADNIKI PRZYBRANIA

poziomki lub inne drobne owoce, jadalne  
kwiaty, liście, czerwony pieprz i co tylko  
przyjdzie ci do głowy



# Ojej! Upuściłam bezę z mango!

Ten deser powstał specjalnie na warsztaty. Połączenie białej bezy ze ślicznym żółtym musem wygląda zjawiskowo. Kiedy przygotowałam ją po raz pierwszy, wszyscy uczestnicy złapali się za głowy. „To wygląda jak rozbite jajko!” – wołali. Mnie przychodzi na myśl coś innego: tartę cytrynową z restauracji Osteria Francescana, której szefem jest Massimo Bottura. Kiedyś podczas serwowania deser zsunął się kucharzowi z talerza i spadł na blat. Restauratorom spodobał się kolorowy bałagan i zaczęli podawać tartę w taki właśnie sposób, popękaną i chaotycznie ułożoną. Nosi ona nazwę: Ojej! Upuściłam tartę cytrynową!

## SKŁADNIKI CIASTA

około  $\frac{3}{4}$  szklanki schłodzonego płynu  
po ciecierzycy z puszki  
 $\frac{1}{2}$  szklanki cukru  
 $\frac{1}{2}$  łyżeczki octu jabłkowego  
2 łyżki dowolnego budyń  
1 łyżeczka gumy guar (niekoniecznie)

## SKŁADNIKI KREMU

1 dojrzałe i miękkie mango  
1 szczypta soli

## SKŁADNIKI PRZYBRANIA

świeże listki mięty  
płatki kwiatów

## PRZYGOTOWANIE

Piekarnik rozgrzej do 100–130°C. Płyn po ciecierzycy przelej do miski i zacznij miksować. Kiedy zaczniesz się pieniść, powoli dosypuj cukier. Piana powinna być zwarta i sztywna. Ciągłe ubijając, wlej ocet jabłkowy. Na koniec dodaj budyń i ewentualnie gumę guar. Gdy przekręcisz miskę dnem do góry, piana nie powinna

nawet drgnąć. Blaszkę wyłóż papierem do pieczenia. Z masy wykonaj 6–8 placków. Susz bezy przez mniej więcej godzinę w temperaturze 100–110°C. Miąższ mango zmiksuj na mus, dodaj szczyptę soli. Bezę połóż na talerzu, łyżką rozbij ją na środku. Rozsmaruj mus. Posyp mięta i kwiatami.

BEZ  
GLUTENU

BEZ  
PIECZENIA

# Sprytne lody owocowe na patyku

Ten przepis to sprytny sposób na domowy letni deser oraz na zajęcie czymś dzieci. Z moją bratanicą Tosią kilka razy robiłam lody z bananów. Można się wówczas pobawić kolorowymi posypkami i... nauczyć kroić. Jestem zresztą przekonana, że taka zabawa spodoba się również dorosłym.

## SKŁADNIKI

kawałek arbuza

kawałek ananasa

1 garść orzechów

½ tabliczki gorzkiej czekolady

sól gruboziarnista

## PRZYGOTOWANIE




Arbuza pokrój na trójkąty, ananasa na podłużne prostokąty. Owoce nabijaj na patyczki do lodów. Maczaj w rozpuszczonej w kąpielii wodnej czekoladzie. Posyp solą i orzechami. Schłodź w lodówce, a najlepiej włóż na godzinę do zamrażarki.



# SPIS SŁODKOŚCI

- 21 **NA DOBRY POCZĄTEK, CZYLI ZUPEŁNE PODSTAWY**
- 22 Podstawowe ciasto kruche (*pâte sablée*)
- 25 Uniwersalne ciasto kruche bezglutenowe
- 26 Ciasto z wegańskich herbatników dla leniuchów
- 29 Nie takie znowu trudne ciasto francuskie z margaryną
- 31 Ciasto francuskie z olejem kokosowym
- 33 Prościutki biszkopt pszenny
- 34 Pszenny biszkopt kakaowy
- 36 Waniiliowy krem budyniowy
- 39 Purée z warzyw do różnych słodkości
- 39 Lukier cytrynowy
- 40 Karmel i sos karmelowy
- 40 Sos karmelowy z daktyli
- 42 Bita śmietana kokosowa
- 45 Najlepsza prosta masa czekoladowa tortowa
- 46 **PRZEGRYZKI, CZYLI CIASTKA, CIASTECZKA, BATONIKI**
- 49 Ciastka megaimbirowe
- 50 Zakręcone ciasteczka
- 53 Eksperymentalne ciastka gryczano-czekoladowe
- 54 Słone migdałowe ciastka bez pieczenia
- 56 Cantucci na czarną godzinę
- 59 Wegańskie plastry miodu à la Nigella
- 60 Kokosowe kawałki na jeden gryz
- 63 Batonny mocy z ciecierzycą dla siłacza
- 64 Kolorowe kulki daktylowe
- 67 Batoniki owsiane z borówką amerykańską
- 68 Zaskakująco cytrynowe kule
- 71 Leniwe ciastka czekoladowe
- 72 Po prostu batoniki orzechowe
- 75 Scones z czarną porzeczką
- 78 **FRANCJA-ELEGANCJA, CZYLI CIASTA KRUCHE, FRANCUSKIE I TARTY**
- 80 Bezglutenowa tarta z truskawkami i galaretką
- 83 Tarta Tatin, czyli ciasto do góry nogami
- 85 Ponadczasowy placek z owocami
- 86 Galette – rustykalna tarta z tymiankiem
- 89 Tarta z budyniem jaglanym, morelami i morelową kruszonką
- 90 Tartaletki z rabarbarem
- 92 Rozpusztana tarta czekoladowa
- 95 Sezonowe ciasto z owocami
- 96 Egzotyczna tarta budyniowa
- 99 Francuskie kieszonki ze śliwkami i z tofu
- 102 **NA DROŻDŻACH**
- 104 Drożdżówki z batatów z konfiturą z czarnego bzu
- 107 Drożdżówki z serkiem orzechowym i owocami
- 108 Ślimaki z dynią, cynamonem i orzechami
- 111 Babciny placek drożdżowy ze śliwkami i z kruszonką
- 112 Bezglutenowe ciasto z morelami i lawendą
- 115 Małpi chlebek
- 116 Zawijaniec z twarożkiem z orzechów nerkowca
- 118 Pizza na słodko (naprawdę!)
- 121 Placek drożdżowy z gruszką i twarożkiem roślinnym
- 122 Chałka różana dla Magdy
- 125 Rogaliki prawie jak od mojej mamy
- 126 Odrywaniac z musem marchewkowym
- 129 Minipączki cynamonowe
- 130 Donaty Homera Simpsona
- 133 Pijana neapolitańska baba
- 134 **Z CZEKOLADĄ!**
- 136 Uzdrawiająca czekolada do picia
- 139 Chałwowa brownie niespodzianka
- 140 Dwuskładnikowe trufle czekoladowe
- 143 Brownie pełne wyrzeczeń
- 144 Ciastka mocno czekoladowe
- 147 Fasolowe brownie
- 148 Moje popisowe ciasto czekoladowe z chili
- 150 Tort naleśnikowy z nutellą daktylową
- 153 Tort czekoladowy na bogato
- 155 Mus czekoladowy z awokado
- 156 Gofry czekoladowe z wiśniami
- 158 Czekoladowe salami
- 160 Czekoladowy zawijaniec dla roztargnionych
- 162 **DYSKRETNY UROK BEZSERNIKA**
- 165 Różany bezsernik z orzechów nerkowca
- 166 Nerkowiec z owocami leśnymi
- 169 Tofurnik totalnie czekoladowy
- 170 Bezserniczki kawowe w szklaneczkach
- 173 Prawie indyjski tofurnik z mango

- 174 Bezserowa figa z makiem  
 176 Jagielnik z kajmakiem i popcornem  
 179 Zielony bezsernik z matchą i limonką  
 180 Tofurnik marchewkowy lub dyniowy  
 183 Potrójny bezsernik
- 184 ZOSTAŃ PRZEMYTNIKIEM WARZYW**
- 186 Rozkoszne ciasto z batatów ze słodkimi piankami  
 189 Niedozdenny paprykowy biszkopt z musem z awokado  
 190 Kontrowersyjne pączki z ziemniaków z kokosowym bekonem  
 195 Szokująca tarta kalafiorowa à la ptasie mleczko  
 196 Przewyborne paprykowe brownie  
 199 Niezrównany buraczany piernik  
 200 Niebanalne muffiny pomidorowe z kremem i figami  
 203 Zjawiskowy tort szpinakowy  
 207 Nieziemskie ciasto cytrynowe z cukinią i limoncello
- 208 ROZPASANE TORTY, CIASTA PRZEKŁADANE I KREMY**
- 210 Tort biszkoptowy z malinowym kremem z tofu i borówkami  
 213 Tort naleśnikowy z bitą śmietaną, owocami i karmelem daktylowym  
 214 Kolorowy tort waniliowy  
 217 Ciasto kawowe z kremem chałwowym  
 219 Boskie tiramisù  
 220 Ciasto niby-miodowe z kremem jaglanym  
 222 Tort andrutowy  
 225 Tort red velvet
- 226 AQUAFABA, CZYLI SEKRET WEGAŃSKIEJ BEZY**
- 228 Domowa aquafaba (nie z puszki)  
 231 Tort bezowy  
 232 Napoleonka dla twojego dentysty  
 235 Nie za słodkie kokosanki  
 236 Tarta cytrynowa z bezą  
 239 Ojej! Upuściłam bezę z mango!  
 240 Bajkowe beziki  
 243 Beziki rustykalne z liofilizowanymi truskawkami
- 244 Makaroniki Pollocka  
 249 Nugat  
 250 Mus z masłem orzechowym  
 253 Krem bezowy z owocami
- 254 ŚWIĘTA, ŚWIĘTA**
- 256 Szarlotka z cynamonem  
 259 Mazurek z kajmakiem i konfiturą  
 260 Wegański pleśniak dla mojej mamy  
 263 Krzeszowicki zawijany makowiec  
 264 Krantz rozkosznie czekoladowy  
 267 Szybkie bierniczki  
 268 Śliwki w korzennej czekoladzie  
 271 Cukierki marcepanowe  
 272 Babka piaskowa  
 275 Panettone, czyli włoska baba drożdżowa  
 276 Leniwa karpátka
- 280 SŁODKIE PODWIECZORKI**
- 282 Crumble, czyli owoce pod kruszonką  
 285 Pomarańczowe ciasto kukurydziane  
 286 Terapeutyczna sałatka z grillowanych owoców  
 288 Domowy jogurt kokosowy z owocami  
 291 Indyjski deser marchewkowy  
 292 Gryczany chlebek bananowy  
 295 Panna cotta  
 296 Sycylijskie cannoli po mojemu  
 301 Churros  
 302 Gniazdka z kremem  
 305 Naleśniki z mandarynkami, czyli crêpes Suzette  
 306 Racuchy z jabłkami  
 309 Domowe croissanty cynamonowe  
 310 Grzanki francuskie i szybki dżem truskawkowy z nasionami chia
- 314 LODY, LODY DLA OCHŁODY**
- 316 Najlepsze na świecie lody o smaku słonego karmelu  
 318 Sprytne lody owocowe na patyku  
 321 Sorbet jabłkowo-brzoskwiniowy z wodą różaną  
 322 Czekoladowe lody na patyku  
 324 Lody z bananów i z czego tylko chcesz  
 324 Lody dla dorosłych – cytrynowe z limoncello  
 326 Klasyczne lody z miętą i czekoladą  
 328 Sorbet z ogórka, limonki i mięty  
 331 Lody turboczekoladowe



© Copyright by Wydawnictwo „Nasza Księgarnia”, Warszawa 2018  
Text © copyright by Alicja Rokicka, 2018

Teksty **Alicja Rokicka**

Zdjęcia oraz ilustracje **Alicja Rokicka**, [wegannerd.blogspot.com](http://wegannerd.blogspot.com)

Zdjęcia okładowe **Alicja Rokicka**

Portrety autorki **archiwum rodzinne**

Projekt okładki **Monika Pietras**

Redaktor prowadzący **Joanna Wajs**


Opieka redakcyjna **Magdalena Korobkiewicz**

Redakcja **Joanna Wajs, Ewa Ressel**

Projekt graficzny, skład **Alicja Rokicka**

Korekta techniczna, opieka DTP **Karia Korobkiewicz**

Korekta **Roma Sachnowska, Zofia Kozik**



Książka została wydrukowana na papierze  
Magno Volume 100 g/m<sup>2</sup> **ZING**



 **Wydawnictwo  
NASZA KSIĘGARNIA**  
[www.naszaksięgarnia.pl](http://www.naszaksięgarnia.pl)

---

02-868 Warszawa, ul. Sarabandy 24c  
tel. 22 643 93 89, 22 331 91 49, faks 22 643 70 28  
e-mail: [naszaksięgarnia@nk.com.pl](mailto:naszaksięgarnia@nk.com.pl)

Dział Handlowy  
tel. 22 331 91 55, tel./faks 22 643 64 42  
Sprzedaż wysyłkowa: tel. 22 641 56 32  
e-mail: [sklep.wysylkowy@nk.com.pl](mailto:sklep.wysylkowy@nk.com.pl)

[www.nk.com.pl](http://www.nk.com.pl)

ISBN 978-83-10-13239-0

PRINTED IN POLAND

Wydawnictwo „Nasza Księgarnia”, Warszawa 2018 r.  
Wydanie pierwsze  
Druk: Zakład Graficzny COLONEL, Kraków

