

PILLE HERMANN



Inglaste armastatud jook tee piimaga sobib suvisel ajal ka külmalt joomiseks. Keetke tee valmis, lisage piim ning mesi, jahutage. Valage jook blenderisse, pange mõned jääkuubikuid ning segage jook blenderis läbi.



Kann külma teed võiks suvisel ajal külmkapis varuks olla, siis saab janu korral alati võtta. Soovi korral lisada puuvilju või jääkuubikuid. Jooki ei peagi serveerima tavapäraselt tassist, selleks sobib ka klaas. Kaval on hoida suvisel ajal paar klaasi alati sügavkülmas, sest niisugusest tassist jooki pakkudes ei muutu see nii kiiresti soojaks.

Kuuma päeva kosutus

Kui suvesoojuses tundub, et vesi ei võta enam janu ära, annab kosutust mõnus jäätee, mida saab kodus ise teha.

Valmistamisel tuleb arvestada vaid sellega, et kui tavalisel teejoomisel võetakse 1 teekott või 1–2 lusikat teepuru tassi kohta, siis jäätee jaoks tuleb võtta topeltkogus. Et jook ka pikalt jahe püsiks, võib sellesse lisada jääkuubikuid. Jäättee valmistamiseks sobivad nii must kui roheline tee. Kui lemmik on ikkagi piparmündist keedetud rüübe, saab ka sellest kosutavat jooki teha. Valmistage tõmmis ning laske teel tõmmata 3–5 minutit, soovi korral lisage mett, suhkrut või paar viilu ingverit.

Kui jook on parasjagu jahutunud, asetage see külmkappi. Enne serveerimist võib klaasi põhja panna jääkuubikuid. Nende asemel sobib kasutada ka sügavkülmutatud marju: maasikaid, kirsse, sõstraid. Kuid suvel on alati võimalik kasutada värskaid marju. Maitseüansi annavad ka viiluke sidrunit või apelsini, proovida tasub ka ananassitükkidega.

Kodune jäätee

- 2 liitrit vett
- 4 kotikest musta (rohelist) teed
- piparmündi- ja melissilehti
- 1 sidruni mahl ning sidruniviile
- ingverit
- maitseks mett

Valage neljale teekotile 1 liiter keedetud vett, lisage mündi- ja melissilehed. Laske tõmmata 3–5 minutit, seejärel võtke teekotid ja lehed välja ning lisage 1 liiter jahutunud vett. Lisage mesi, ingver, sidrunimahl ning sidruniviilud ja jahutage jook külmkapis maha. Serveerida võib jääkuubikute ning puuviljadega.

Smuuti virsikute ja rohelse teega

- 1 tass rohelist teed
- 1 virsik
- maitseks mett ja piparmündilehti

Natuke jooki ja natuke sööki – just see, mis kuuma päeval sobib. Keetke roheline tee, jahutage ning valage kannu, lisage viilutatud virsik arvestusega üks virsik iga jooja kohta. Lisage natuke jääkuubikuid, mündioks, soovi korral mett või suhkrut. Selliste jookide valmistamisel sobib kasutada ka puuviljasiirupeid. Mikserdage kõik segamini ning valage klaasidesse.

PILLE HERMANN



Suvel, kui õisi on rohkelt, pange ka neid sügavkülma. Asetage igasse jääanumasse väike õis ning paari tunni pärast ongi kosutavale joogile kaunis lisand olemas. Kel sügavkülmikis rohkem ruumi, võib mõned õied säilitada ka talvisteks pidustusteks.

Salat melonist kausis

Suvi on puuviljade kõrghooaeg, mil neid nautida ning isu korralikult täis süüa.

Vaheldusena viiludeks lõigatud melonile võib suvel endale lubada puuviljasalatit serveerituna melonist kausis. Nii pole ka hiljem muret, kes nõud peseb, sest melonist kausike tuleb seest tühjaks süüa ning koored saab komposti visata. Peske puuviljad, seejärel lõigake meloni mõlemast otsast väike tükk koort, et melonikauss püsti püsiks, siis poolitage melon ja eemaldage seemned.

Viilutage oma lemmikpuuviljad ning täitke nendega melonipoolik.

Kes soovib veelgi magusamat suutäit, võib peale raputada tuhksuhkrut ning lisada paar lusikat jäätist.

Maitseelamusi ihkavad inimesed võivad proovida ka meloni ja singi kooslust. Sellisel juhul tuleb tuhksuhkur ja jäätis muidugi ära jätta. Kuna puuviljasalat peab olema värsked, ei saa seda eelmisel päeval valmis segada.

PILLE HERMANN

PILLE HERMANN



Eriti värskendavalt mõjub, kui puuvilju on enne serveerimist külmas hoitud.