

Warszawa, 16 września 2019 r.

Informacja prasowa

**Co jest doktorku, czyli przepisy z wykorzystaniem marchwi**

***Co jest, doktorku?* – kultowe powiedzenie bohatera kreskówek studia Warner Bros. przyszło już do historii kinematografii. Ulubieniec najmłodszych, Królik Bugs, wypowiadając te słowa, chrupał marchewkę. Tym samym stał się największym ambasadorem tego pysznego i jakże zdrowego warzywa. Karotkę można pałaszować na wiele sposobów: na surowo, w surówce bądź sałatce, ugotowaną, a nawet w cieście. Marka Delecta zdradza kilka przepisów na słodkie desery z marchewką w roli głównej.**

Karotka to istna bomba witaminowa! Jeśli babcia namawiała was w dzieciństwie do chrupania marchewki to z troski o wasze zdrowie! Zawiera ona witaminy B1 i B2, B6, C, E, H, K, PP, jak również wapń, magnez, sód i potas. Zawarty w niej beta-karoten pomaga w wytwarzaniu witaminy A, która wspiera konwersję światła na sygnały wzrokowe, co w konsekwencji faktycznie ułatwia widzenie nawet w słabym oświetleniu. To jednak nie wszystko! Beta-karoten ma także właściwości antynowotworowe, a gotowana marchewka wykazuje aktywność antyoksydacyjną, dzięki czemu neutralizuje wolne rodniki i opóźnia efekty starzenia. Czy jeszcze trzeba kogokolwiek namawiać do jedzenia marchewek? Jeśli tak, to może przekonają Was do niej słodkie przepisy, w których karotka gra główną rolę. Oto nasze propozycje!

**Ciasto marchewkowe z imbirem i orzechami**

**Składniki:**

**Ciasto:**

* **1 opakowanie ciasta marchewkowego Delecta**
* **3 jaja**
* **150 ml oleju**
* **100 ml wody**

**Nadzienie:**

* **1 opakowanie kremu tortowego o smaku waniliowym Delecta**
* **200 ml mleka**
* **50 ml mleka kokosowego**
* **100 g serka mascarpone**
* **kawałek suszonego imbiru (lub 3 łyżeczki wcześniej startego)**
* **½ puszki masy krówkowej o smaku tradycyjnym Bakalland**
* **2 łyżeczki esencji waniliowej na spirytusie**
* **1 opakowanie orzechów laskowych Bakalland**

**Alternatywa: zamiast kremu tortowego można użyć gotowego Kremu Karpatka marki Delecta**

Imbir to nie tylko świetny dodatek do orientalnych potraw, ale też gwarant intensywnego i aromatycznego kremu. W połączeniu z marchwią nada deserowi jesiennego smaku.

Na początku nagrzewamy piekarnik do temperatury 180ºC (bez termoobiegu). Do głębokiej miski wbijamy jaja, dodajemy wodę i olej, wsypujemy zawartość torebki i miksujemy na najwyższych obrotach przez 4-5 min. Gotową masę przekładamy do przygotowanej tortownicy i wstawiamy do nagrzanego piekarnika. Po upieczeniu odstawiamy ciasto do wystudzenia i kroimy w poprzek na dwa blaty. Krem tortowy\* przyrządzamy z dodatkiem mleka i mleka kokosowego – miksujemy na najwyższych obrotach przez 3-4 minuty. Gdy krem się ubije, dodajemy do niego serek mascarpone oraz 2 łyżeczki imbiru, a następnie ponownie całość dokładnie miksujemy na najniższych obrotach. Gotowym kremem przekładamy ciasto. Masę krówkową podgrzewamy w rondelku z dodatkiem esencji waniliowej i polewamy nim wierzch ciasta. Na koniec boki ciasta obsypujemy imbirem, a wierzch drobno posiekanymi orzechami laskowymi.

Ciasto z powodzeniem można wykorzystać jako okolicznościowy torcik. Na pewno zasmakuje gościom. Co najważniejsze: jest szybki w przygotowaniu! 😉

\*jako alternatywę dla kremu tortowego można wykorzystać Krem Karpatka i przygotować go zgodnie z instrukcją na opakowaniu.

**Ciasto marchewkowo-czekoladowe**

**Składniki:**

**Ciasto:**

* **1 opakowanie ciasta marchewkowego Delecta**
* **3 jaja**
* **150 ml oleju**
* **100 ml wody**

**Nadzienie:**

* **1 opakowanie kremu tortowego o smaku czekoladowym Delecta**
* **250 ml mleka**
* **3 łyżki kakao**
* **2 łyżki masła orzechowego**
* **2 łyżki serka mascarpone**
* **1 opakowanie wiórków kokosowych Bakalland**

**Dekoracje:**

* **kilkanaście czereśni lub wiśni (mogą być kandyzowane)**
* **świeża mięta**

Ciasto marchewkowe to kolejna przepyszna warzywno-deserowa wariacja. Kto jeszcze nie próbował – przepis poniżej!

Przygotowania rozpoczynamy od nagrzania piekarnika do temperatury 180ºC (bez termoobiegu). Pora przygotować ciasto – do głębokiej miski wbijamy jaja, dodajemy wodę i olej, wsypujemy zawartość torebki i miksujemy na najwyższych obrotach przez 4-5 min. Gotową masę przekładamy do przygotowanej kwadratowej blaszki i wstawiamy do nagrzanego piekarnika. Po upieczeniu odstawiamy ciasto do wystudzenia i kroimy w poprzek na trzy blaty. Czas na nadzienie. Zawartość torebki z kremem czekoladowym ubijamy z mlekiem, podczas ubijania dodajemy do niego 2 spore łyżki kakao, serek mascarpone i masło orzechowe. Całość miksujemy do połączenia składników. Następnie na suchej patelni prażymy wiórki kokosowe do momentu, aż będą rumiane. Gotowym kremem przekładamy blaty, smarując także wierzch i boki. Następnie boki ciasta obsypujemy prażonym kokosem, top posypując kakao. Gotowe ciasto dekorujemy czereśniami lub wiśniami i miętą.

Orzeźwiające ciasto pasuje do poobiedniego espresso – a owoce i kokos dodają mu smaku lata. Nawet jeśli w powietrzu unosi się już babie lato. 😊

**Babeczki marchewkowe z bakaliami**

**Składniki:**

* **1 opakowanie Babeczek marchewkowych Delecta**
* **2 jaja**
* **150 ml oleju**
* **75 ml wody**
* **100 g posiekanych dowolnych orzechów Bakalland**
* **50 g żurawiny Bakalland**

****Babeczki marchewkowe z bakaliami to idealny przepis na niezapowiedzianą wizytę gości. Ich przygotowanie zajmie mniej niż pół godziny. Zatem do dzieła!

Na początku nastawiamy piekarnik na 180ºC (bez termoobiegu). W wysokim naczyniu miksujemy jaja, wodę, olej i mieszankę do wypieku babeczek. Do ciasta dokładamy posiekane orzechy i żurawinę, dokładnie mieszając. Gotowe ciasto nakładamy do 12 foremek i pieczemy około 19 minut. Gotowe!

Do babeczek można dosypywać dodatki według uznania. Dzięki temu za każdym razem będą one jedyne i niepowtarzalne.

**Zdrowy deser dla najmłodszych**

Z myślą o najmłodszych miłośnikach marchewek marka Delecta stworzyła w pełni naturalną i spełniająca warunki ustawy sklepikowej przekąskę – Owocowy Kubek KIDS. Jedyne tego rodzaju kisiele na rynku dostępne są w trzech owocowo-marchewkowych smakach, tj. marchew-pomarańcza, marchew-jabłko i marchew-banan. Kisiele Owocowy kubek KIDS to znakomita alternatywa dla tradycyjnych przekąsek i oryginalne urozmaicenie codziennej diety. To także źródło naturalnej witaminy C pochodzącej z aceroli. Wystarczy jedynie 175 ml gorącej wody, by cieszyć się szybką w przygotowaniu, sycącą i całoroczną przekąską, która doskonale sprawdzi się w diecie najmłodszych. Smacznie, zdrowo, marchewkowo. 😊

Więcej słodkich inspiracji można znaleźć na [www.delektujemy.pl](http://www.delektujemy.pl).

**Dodatkowe informacje:**

Delecta to marka spożywcza z wieloletnią tradycją, ciesząca się zaufaniem konsumentów, ceniona za szczerość, autentyczność i wysoką jakość oferowanych produktów. Choć firma w zeszłym roku obchodziła 25-lecie swojego istnienia, to jej tradycja sięga aż 1816 roku. Marka oferuje konsumentom szeroki wybór deserów, mieszanek, przypraw oraz dodatków do domowego wypieku ciast. W portfelu producenta znaleźć można również markę Anatol – niskoprzetworzoną, zbożową kawę ekspresową w saszetkach, a także zupy w proszku, w tradycyjnych polskich smakach. Firma stale rozszerza swój asortyment, dopasowując go do dynamicznie zmieniających się upodobań klientów. Dbałość o doskonały smak oraz czysty skład, to motto, przyświecające wszystkim produktom marki. Delecta od 2015 roku wchodzi w skład grupy kapitałowej Bakalland.

Więcej informacji na stronie: www.delecta.pl

Ciekawe przepisy na ciasta i desery można znaleźć tutaj: [www.delektujemy.pl](http://www.delektujemy.pl)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Kontakt dla mediów:**

38PR & Content Communication

Magdalena Galant

512 084 442

[magdalena.galant@38pr.pl](mailto:magdalena.galant@38pr.pl)

Katarzyna Pasikowska

509 454 006

[katarzyna.pasikowska@38pr.pl](mailto:katarzyna.pasikowska@38pr.pl)