



JAUTRIE PAVĀRIŅI,

PAVĀRGRĀMATA

**Autori: I.Bogdanova, B. Ribakova, I. Kairiša, O.Makejeva,
A.Liepiņa, K. Bokāne**

RPAC
Marts, 2025

SATURS

DROŠĪBAS NOTEIKUMI	3
UZZKODAS	6
BROKASTU MAIZĪTE	7
BURKĀNU TAKO AR ZAĻUMIEM	9
OMLETE AR VISTAS GAĻU	12
PLĀNĀS PANKŪKAS	14
PICAS RULLĪŠI	18
PĪRĀDZIŅI AR SIERU	23
SPEĶA PĪRĀDZIŅI	25
SVAIGU KĀPOSTU – BURKĀNU SALĀTI	28
PAMATĒDIENI	30
BORŠČS AR SKĀBĒTIEM KĀPOSTIEM	32
DĀRZEŅU SAUTĒJUMS AR VISTAS FILEJU	36
KARTUPEĻU PANKŪKAS	40
MĒRCE AR GAĻU UN GRIĶIEM	43
PLOVS AR VISTAS FILEJU	46
RASOĻNIKS	51
VISTA AR RĪSIEM	55
DESERTI UN DZĒRIENI	58
ĀBOLU PĪRĀGS “TRĪS GLĀZES”	59
ĀBOLU KOMPOTS	63
BANĀNI KAŽOCIŅĀ	65
BIEZPIENA SACEPUMS	68
IEVĀRĪJUMA PĪRĀGS	72
KĒKSS AR ROŽĪNĒM	74

DROŠĪBAS NOTEIKUMI



UZLOKI PIEDURKNES UZVELC
PRIEKŠAUTU UN CEPURI VAI
LAKATU!



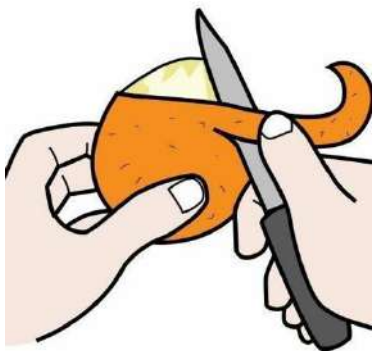
PIRMS DARBA KĀRTĪGI
IZMAZGĀ ROKAS!



VISUS PRODUKTUS, KO
LIETOSI, RŪPĪGI **NOMAZGĀ!**



STRĀDĀ AR NAZI TIKAI
SKOLOTĀJA UZRAUDZĪBĀ!



TURI NAZI TIKAI AIZ SPALA!



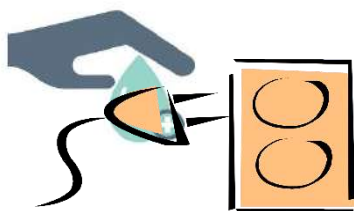
DARBOJIES AR PLĪTI TIKAI
SKOLOTĀJA UZRAUDZĪBĀ!



KATLU UN PANNU ROKTURIEM
JĀBŪT PAGRIEZTIEM PROM NO
PLĪTS PRIEKŠAS!



VIENMĒR LIETO
KARSTUMIZTURĪGU CIMDU VAI
PALIKTNI, KAD JĀPIESKARAS
KARSTIEM PRIEKŠMETIEM!



NEPIESKARIES ELEKTROIERĪCĒM
AR MITRĀM ROKĀM!



JA KAUT KAS IZBIRST VAI IZLĪST,
NEKAVĒJOTIES **SATĪRI!**



STRĀDĀJOT VIRTUVĒ, NEKAD
NEBLĒŅOJIES!



PĒC DARBA RŪPĪGI **NOMAZGĀ**
TRAUKUS UN **UZKOP** TELPU!

UZKODAS





BROKASTU MAIZĪTE

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



DĒLIS UN NAZIS



SVARI

PĀRTIKAS PRODUKTI



SVIESTS
5 G



TOSTERMAIZE
1 ŠĶĒLE



SIERS
1 ŠĶĒLE



TOMĀTS
1 ŠĶĒLE



DESA
1 ŠĶĒLE



GURĶIS
1 ŠĶĒLE



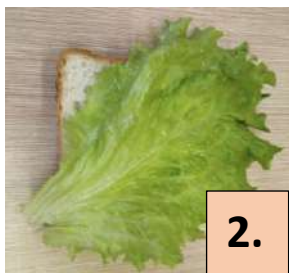
SALĀTA
1 LAPA

DARBA GAITA (BROKASTU MAIZĪTE)



1.

TOSTERMAIZI **SASMĒRĒ** AR SVIESTU.



2.

VIRSŪ TOSTERMAIZEI **LIEC** SALĀTLAPU.



3.

LIEC SIERU.



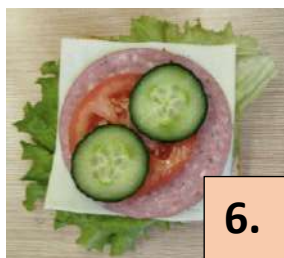
4.

LIEC DESU.



5.

LIEC TOMĀTU.



6.

LIEC GURĶI.



BURKĀNU TAKO AR ZAĻUMIEM

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



CEPEŠKRĀSNS



CEPEŠPANNA



BĻODA



RĪVE



DAKŠIŅA

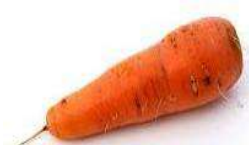


DĒLIS UN NAZIS



SVARI

PĀRTIKAS PRODUKTI



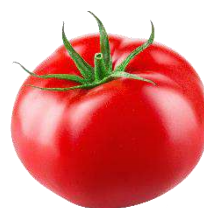
BURKĀNS



SIERS
200 G



1 OLA



TOMĀTS



AVOKADO



SALĀTU 1 LAPA

DARBA GAITA (BURKĀNU TAKO AR ZAĻUMIEM)



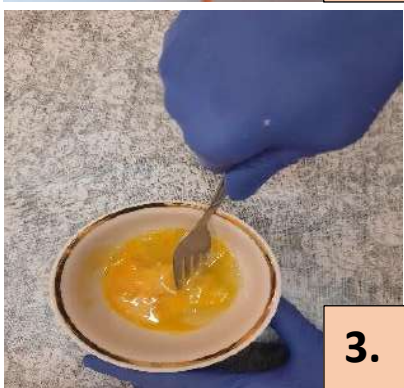
1.

SARĪVĒ SIERU.



2.

SARĪVĒ BURKĀNU.



3.

SAKUL OLU.



4.

VISU SAJAUC KOPĀ.



5.

CEP CEPEŠKRĀSNĪ 180° 30 MIN.



6.

UZ PLĀCENĪŠA LIEC TOMĀTU.



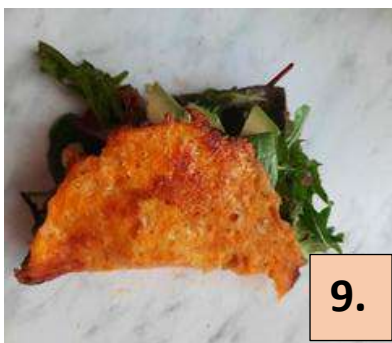
7.

LIEC LAPAS.



8.

LIEC AVOKADO.



9.

SALOKI TAKO.



OMLETE AR VISTAS GAĻU

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



DĒLIS UN NAZIS



BĻODA



KAROTE



GLĀZE



CEPAMTRAUKS



CEPEŠKRĀSNS

PĀRTIKAS PRODUKTI



2 OLAS



MAJONĒZE
250G



2 VISTAS
FILEJAS



MARINĒTI
GURĶI

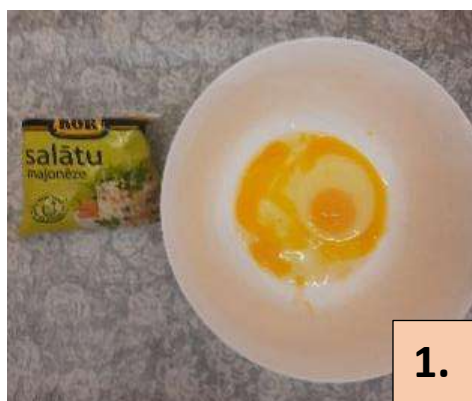


MILTI
1 GLĀZE



CEPAMPULVERIS
1 TK

DARBA GAITA (OMLETE AR VISTAS GAĻU)



SAJAUC OLAS AR MAJONĒZI.



SAGRIEZ VISTU UN GURĶUS.



**SAJAUC VISU KOPĀ UN PIEBER
KLĀT MILTUS UN
CEPAMPULVERI.**



CEP 40 MIN 180°.



PLĀNĀS PANKŪKAS

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



ELEKTRISKĀ PLĪTS



VIRTUVES
SVARI



SIETIŅŠ



PANNA



TĒJKAROTE



ĒDAMKAROTE



KAUSIŅŠ



MĒRTRAUKS



MIKROVIĻŅU
KRĀSNS



DAKŠIŅA



MIKSERIS



LĀPSTIŅA



DZIĻĀ BĻODA

PĀRTIKAS PRODUKTI 15 PANKŪKĀM



3 OLAS



PIENS
0,5 L



KVIEŠU MILTI
300 GR



CUKURS
3 ĒDAMKAROTES



SĀLS
0,5 TĒJKAROTES



SKĀBAIS
KRĒJUMS



IEVĀRĪJUMS

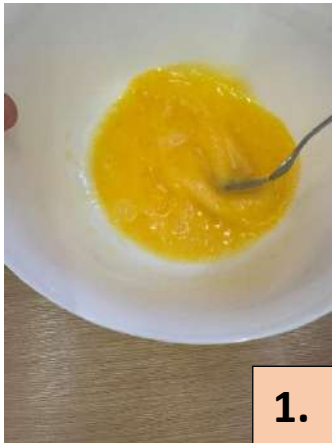


SALDKRĒJUMA
SVIESTS 20 GR



AUGU EĻĻA
100 ML

DARBA GAITA (PLĀNĀS PANKŪKAS)



1.

BĻODĀ IESIT 3 OLAS.



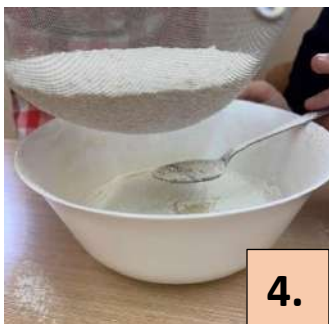
2.

PIEVIENO SĀLI UN CUKURU, **SAKUL** AR MIKSERI.



3.

PIEVIENO 250 ML PIENA, **SAMAI**SI AR KAROTI.



4.

PIEVIENO CAUR SIETIŅU IZSIJĀTUS MILTUS, **SAMAI**SI.



5.

**PIEVIENO ATLIKUŠO PIENU
UN SAKUL AR MIKSERI.**



6.

**IZKAUSĒ 10 GR SVIESTA MIKROVIĻŅU
KRĀSNĪ UN PIEVIENO MĪKLAI, SAMAIŠI.**



7.

**LEJ PA 1 KAUSIŅAM UZ SAKARSĒTAS
PANNAS, CEP UZ VIDĒJAS UGUNŠ
APTUVENI 2 MIN NO ABĀM PUSĒM.**



8.

KATRU PANKŪKU PĀRKLĀJ AR SVIESTU.



9.

PASNIEDZ AR IEVĀRĪJUMU UN KRĒJUMU.



PICAS RULLĪŠI

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



CEPEŠKRĀSNS



DĒLIS AR
NAZI



BĻODA



CEPEŠPANNA



RĪVE



MĪKLAS RULLIS



SILIKONA PAKLĀJIŅŠ



VIRTUVES OTIŅA



VIRTUVES
SVARI

PĀRTĪKAS PRODUKTI



KĀRTAINĀ RAUGA
MĪKLA 500 GR



SIERS
300 GR



VĀRĪTA DESA
300 GR



1 OLA



TOMĀTU MĒRCE
300 GR



MARINĒTIE
GURĶI

DARBA GAITA (PICAS RULLĪŠI)



1.

**SARĪVĒ DESU UN
SIERU UZ RUPJĀS
RĪVES.**



2.

SAGRIEZ GURĶUS PLĀNĀS RĪPIŅĀS.



3.

IZRULLĒ MĪKLU PLĀNĀ KĀRTĀ.



4.

APSMĒRĒ MĪKLU AR TOMĀTU MĒRCI.



5.

**LIEC SARĪVĒTU DESU UN SIERU
VIRSŪ.**



6.

LIEC GURĶUS VIRSŪ.



7.

AIZRULLĒ CIET.



8.

SAGRIEZ RĪPIŅĀS UN APSMĒRĒ AR OLU.



9.

LIEC CEPEŠKRĀSNĪ UZ 180 GRĀDIEM UZ 30 MINŪTĒM.



PĪRĀDZIŅI AR SIERU

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



CEPEŠKRĀSNS



CEPEŠPANNA



BĻODA



RĪVE



MĪKLAS RULLIS



VIRTUVES
OTIŅA



SVARI



DĒLIS UN NAZIS

PĀRTIKAS PRODUKTI



KĀRTAINĀ MĪKLA
500 G



1 OLA



SIERS
300 G



SEZAMA
SĒKLIŅAS

DARBA GAITA (PĪRĀDZIŅI AR SIERU)



1.

IZRULLĒ MĪKLU.



2.

SARĪVĒ SIERU.



3.

LIEC SIERU UZ MĪKLAS UN SARULLĒ.



4.

SAGRIEZ MAZOS GABALIŅOS.



5.

PĀRKLĀJ AR SAKULTU OLU.



6.



7.

**BER SEZAMA SĒKLIŅAS
VIRSŪ PĪRĀDZIŅAM UN
LIEC CEPEŠKRASNĪ 180°
UZ 15 MIN.**



SPEĶA PĪRĀDZIŅI

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



CEPEŠKRĀSNS



CEPEŠPANNA



MĪKLAS RULLIS



SVARI



VIRTUVES OTIŅA



DĒLIS UN NAZIS

PRODUKTI



RAUGĀ MĪKLA
400 G



SPEĶIS
350 G



1 OLA

DARBA GAITA (SPEĶA PĪRĀDZIŅI)



1.

ATKAUSĒ MĪKLU.



2.

IZRULLĒ MĪKLU.



3.

SAGRIEZ GAĻU.



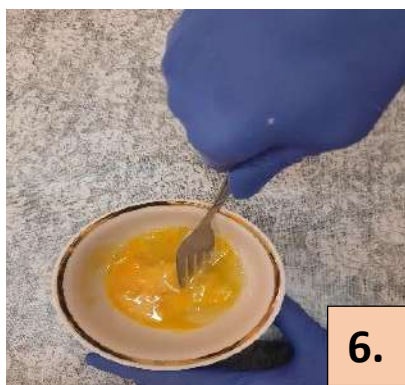
4.

GAĻU LIEC UZ MĪKLAS.



5.

VEIDO PĪRĀDZIŅUS.



6.

SAKUL OLU.



7.

PĀRKLĀJ PĪRĀDZIŅUS AR OLU.



8.

LIEC CEPEŠKRASNĪ 180° UZ 15 MIN.

SVAIGU KĀPOSTU – BURKĀNU SALĀTI



VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



RĪVE



VIRTUVES DĒLIS
AR NAZI



KAROTES



DZIĻŠ ŠĶĪVIS



MIZOTĀJS

PĀRTIKAS PRODUKTI



PUSE
KĀPOSTA



3 BURKĀNI



1 ĒK EĻĻAS



1 TK SĀLS

DARBA GAITA (SVAIGU KĀPOSTU – BURKĀNU SALĀTI)



1.

DĀRŽEŅUS NOMAZGĀ.



2.

BURKĀNUS NOMIZO.



3.

SARĪVĒ UZ SAKŅU RĪVES.



4.

KĀPOSTU SAGRIEZ PLĀNĀS STRĒMEĻĒS.



5.

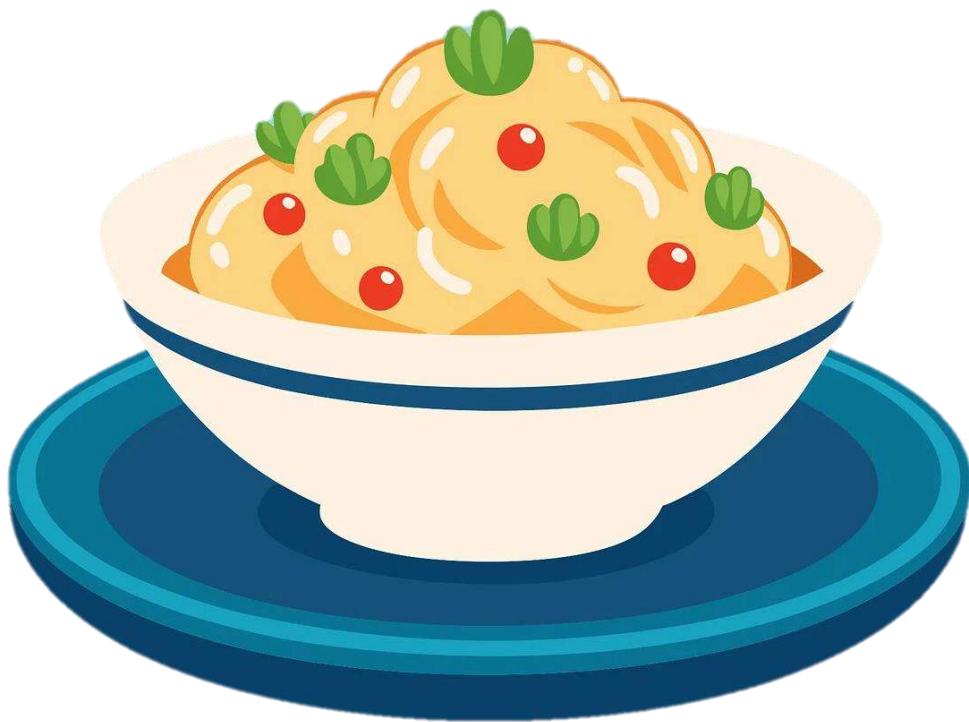
AR NAZI **SASMALCINI.**



6.

PĀRBER SASMALCINĀTOS DĀRZEŅUS
DZIĻĀ ŠĶĪVĪ, TIEM **PIEVIENO** 1 TK SĀLS
UN 1 ĒK EĻĻAS, VISU KĀRTĪGI **SAMAI SI**
AR KAROTI.

PAMATĒDIENI



BORŠČS AR SKĀBĒTIEM KĀPOSTIEM



VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



PLĪTS



RĪVE



DĀRZEŅU
MIZOTĀJS



KATLS



SVARI



PUTU
KAROTE



DĒLIS UN
NAZIS

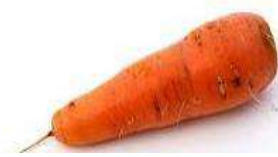
PĀRTIKAS PRODUKTI



CŪKGAĻA
0,5 KG



4 KARTUPEĻI



BURKĀNS



ŪDENS
3 L



3 VĀRĪTAS
BIETES



2 SĪPOLI



SKĀBĒTI
KĀPOSTI
0,5 KG



KRĒJUMS
1 ĒK



PIPARI



SĀLS



ZAĻUMI

DARBA GAITA (BORŠČS AR SKĀBĒTIEM KĀPOSTIEM)



ZUPAS KATLĀ **IELEJ** ŪDENI, **IELIEC** GAĻU, **UZVĀRI**. **NOŅEM** PUTAS AR PUTU KAROTI.



NOTĪRI BURKĀNU.



SARĪVĒ BURKĀNU.



IEBER SARĪVĒTOS BURKĀNUS KATLĀ.



NOTĪRI SĪPOLU.



SASMALCINI SĪPOLU UN **IEBER** KATLĀ.



7.

NOMIZO KARTUPEĻUS.



8.

SAGRIEZ AR NAZI KARTUPEĻUS KUBIŅOS UN IEBER TOS KATLĀ.



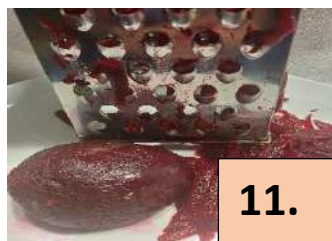
9.

PĒC 10 MINŪTĒM KATLĀ IEBER ARĪ SKĀBĒTOS KĀPOSTUS.



10.

PIEVIENO 1 TK SĀLS UN 0.5 TK PIPARU.



11.

SARĪVE VĀRĪTU BIETI.



12.

KAD KĀPOSTI IR MĪKSTI, PIEVIENO KATLĀ ARĪ RĪVĒTĀS BIETES.



13.

SASMALCINI ZAĻUMUS. IELEJ ZUPU ŠĶĪVĪ. PIEVIENO 1 ĒK KRĒJUMA UN ZAĻUMUS.



DĀRZEŅU SAUTĒJUMS AR VISTAS FILEJU

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



DĀRZEŅU
MIZOTĀJS



MĒRTRAUKS



VIRTUVES
SVARI



RĪVE



VIRTUVES DĒLIS AR
NAZI



MULTIKATLS

PĀRTIKAS PRODUKTI



VISTAS FILEJA
2 GABALI



SĀLS
2 ĒK



GARŠVIELAS
2 ĒK



KARTUPEĻI
6 GABALI



BURKANI
3 GABALI



ŪDENS
0,5 L

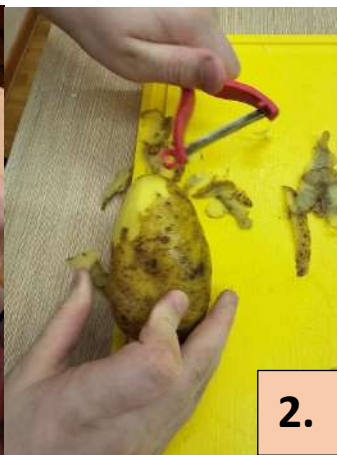


KĀPOSTI
300 GR

DARBA GAITA (DĀRZEŅU SAUTĒJUMS AR VISTAS FILEJU)



NOMAZGĀ DĀRZEŅUS.



BURKĀNUS UN KARTUPEĻUS
NOMIZO.



KĀPOSTUS **SAGRIEZ** NELIELOS GABALOS.



KARTUPEĻUS UN VISTAS
FILEJU **SAGRIEZ** KUBIŅOS.



BURKĀNUS **SARĪVĒ** UZ RUPJĀS RĪVES.



SALIEC VISU MULTIKATLĀ, **PIELEJ** KLĀT 0,5 L ŪDENS.



SAUTĒ MULTIKATLĀ **45 MINŪTES** SAUTĒŠANAS REŽĪMĀ.



KARTUPEĻU PANKŪKAS

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



PLĪTS



DĀRZEŅU
SMALCINĀTĀJS



BĻODA



PANNA



DĀRZEŅU
MIZOTĀJS



ĒDAMKAROTE

PĀRTIKAS PRODUKTI



KARTUPEĻI
1KG



2 OLAS



MILTI
3 ĒK



PIENS
1 GLĀZE



EĻĻA



0,5 TK SĀLS UN
ŠĶIPSNA PIPARU

DARBA GAITA (KARTUPEĻU PANKŪKAS)



1.

NOSVER 1 KG KARTUPEĻU.



2.

**NOMIZO TOS UN
NOMAZGĀ!**



3.

**SAGRIEZ KARTUPEĻUS
MAZOS GABALOS.**



4.

**SAMAL TOS VIENDABĪGĀ
MASĀ SMALCINĀTĀJĀ!**



**PĀRLIEC SAMALTO MASU
BĻODĀ, PIEVIENO OLAS.**



**PIEVIENO MILTUS UN SĀLI.
VISU LABI **SAMAI**SI.**



**SAKARSĒ UZ PLĪTS PANNU,
IELEJ 2 ĒK EĻLAS.**



**LIEC AR ĒK PANKŪKU MĪKLU
UZMANĪGI PANNĀ, **CEP**
PANKŪKAS NO ABĀM PUSĒM
BRŪNAS.**



MĒRCE AR GAĻU UN GRIĶIEM

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



PLĪTS



DĒLIS UN
NAZIS



PANNA



ĒDAMKAROTE



KATLS

PĀRTIKAS PRODUKTI



ŪDENS
2 L



CŪKGAĻA
0,5 KG



1 SĪPOLS



MILTĪ
2 ĒK



TOMĀTU
MĒRCE
3 ĒK



GRIĶI
1 PACIŅA
125GR



PIPARI



SĀLS
0,5 ĒK

DARBA GAITA (MĒRCE AR GAĻU)



**SAGRIEZ GAĻU UN LIEC PANNĀ.
PIEVIENO EĻĻU.**



CEP 10 MIN. APMAISI GAĻU.



NOTĪRI UN SASMALCINI SĪPOLU.



**SASMALCINI SĪPOLU UN IEBER
PANNĀ. APMAISI UN CEP 5 MIN.**



PIEVIENO MILTUS PANNĀ.



6. APMAISI UN CEP 2 MIN.



7. PIEVIENO 0,5 L ŪDENS PANNĀ.



8. PIEVIENO TOMĀTU MĒRCI, SĀLI UN PIPARUS PANNĀ. SAUTĒ 15 MIN. ZEM VĀKA.



9. KATLĀ IELEJ 1 L ŪDENS, LIEC UZ PLĪTS VĀRĪTIES.



10. KAD ŪDENS SĀK VĀRĪTIES, PIEVIENO GRIĶUS UN SĀLI. VĀRI 15-20 MIN.



11. KAD GRIĶI GATAVI, IZŅEM NO ŪDENS, NOTECINI, PĀRGRIEZ UN IZBER GRIĶUS UZ ŠĶĪVJA.



PLOVS AR VISTAS FILEJU

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



MULTIKATLS



RĪVE



DĀRZEŅU
MIZOTĀJS



VIRTUVES DĒLIS
AR NAZI



SIETIŅŠ



GLĀZE



KAROTE

PĀRTIKAS PRODUKTI 5 PORCIJĀM



BURKĀNI

3 GABALI



VISTAS FILEJA

2 GABALI



ŪDENS

0,5 L



1 SĪPOLS



1 GLĀZE RĪSU



TOMĀTU MĒRCE

2 ĒK



AUGU EĻĻA

30 GR



SĀLS 2 ĒĶ, DRUPINĀTI

MELNIE PIPARI 0,5 TK

DARBA GAITA (PLOVS)



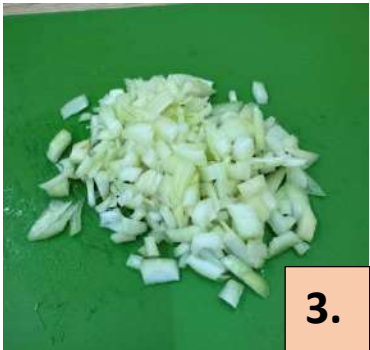
1.

NOSKALO RĪSUS VAIRĀKOS ŪDEŅOS.



2.

**SAGRIEZ VISTAS FILEJU
NELIELOS GABALOS.**



3.

NOMIZO UN SMALKI SAGRIEZ SĪPOLU.



4.

**NOMIZO BURKĀNUS
UN
SARĪVĒ UZ RUPJĀS
RĪVES.**



5.

MULTIKATLĀ **UZKARSĒ** AUGU EĻĻU UZ SAUTĒŠANAS REŽĪMA, **APCEP** SĪPOLUS.



6.

PIEVIENO BURKĀNUS, **APCEP** TOS 5 MINŪTES KOPĀ AR SĪPOLIEM.



7.

PIEVIENO VISTAS FILEJU UN **CEP** VĒL 10 MINŪTES.



8.

PIEVIENO SĀLI UN PIPARUS, KĀRTĪGI VISU SAMAIŠI.



9.

PIEVIENO RĪSUS, SAMAIŠI.



10.

PĀRLEJ AR ŪDENI, LAI ŠĶIRDUMS PĀRKLĀTU RĪSUS APMĒRAM 1 CM VIRS TO LĪMEŅA.



11.

SAUTĒ 1 STUNDU, PIEVIENO 2 ĒK TOMĀTU MĒRCES, SAMAIŠI.



RASOĻNIKS

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



PLĪTS



KATLS



DĒLIS UN NAZIS



RĪVE



SVARI



MĒRTRAUKS



PUTU
KAROTE

PĀRTIKAS PRODUKTI



ŪDENS
3 L



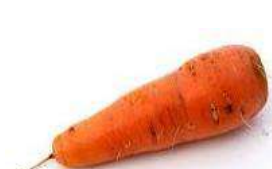
GAĻA/
KAULI
0,5 KG



GRŪBAS
3 ĒK



4 KARTUPEĻI



2 BURKĀNI



2 SĪPOLI



3 SKĀBĒTI
GURĶI



3 TK SĀLS
0.5 TK PIPARI



KRĒJUMS



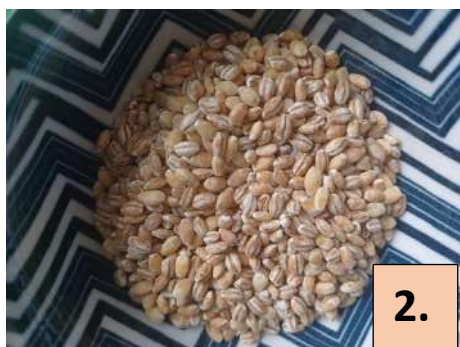
ZAĻUMI

DARBA GAITA (RASOĻNIKS)



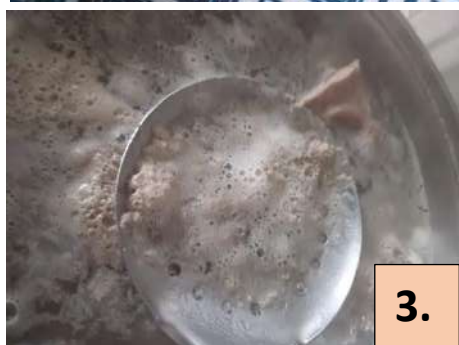
1.

KATLĀ **IELEJ** ŪDENI, **LIEC** UZ PLĪTS VĀRĪTIES, **PIEVIENO** GAĻU.



2.

GRŪBAS **NOSKALO** VAIRĀKOS ŪDEŅOS UN **BER** KATLĀ.



3.

KAD BULJONS SĀK VĀRĪTIES, **NOSMEL** PUTAS.



4.

NOMAZGĀ DĀRZEŅUS, **NOMIZO** BURKĀNUS UN KARTUPEĻUS.



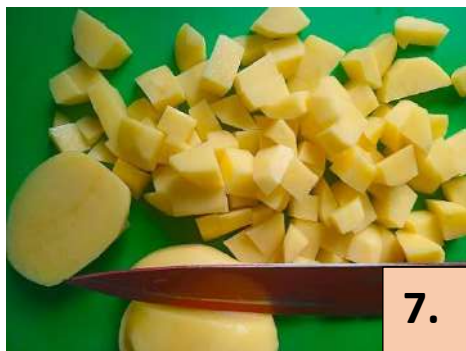
5.

SASMALCINI AR NAZI BURKĀNUS NELIELOS GABALOS. **BER** TOS KATLĀ.



6.

**NOTĪRI UN SASMALCINI SĪPOLUS!
PIEVIENO KATLĀ!**



7.

**SAGRIEZ KARTUPEĻUS NELIELOS
KUBIŅOS UN BER KATLĀ.**



8.

**KAD GAĻA JAU IR MĪKSTA, IZŅEM
TO NO KATLA, ATDALI NO
KAULIEM UN LIEC ATPAKAĻ
KATLĀ.**



9.

**SASMALCINI SKĀBĒTOS GURĶUS
MAZOS KUBIŅOS, BER KATLĀ UN
VĀRI VISU VĒL 10 MINŪTES.**



10.

**SASMALCINI ZAĻUMUS, LEJ ZUPU
ŠĶĪVĪ, PIEVIENO KAROTI SKĀBĀ
KRĒJUMA, UZBER ZAĻUMUS.**



VISTA AR RĪSIEM

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



PLĪTS



DĀRZEŅU
MIZOTĀJS



RĪVE



KATLS



GLĀZE



DĒLIS UN NAZIS



ĒDAMKAROTE

PĀRTIKAS PRODUKTI (5 PORCIJAS)



ŪDENS
3 GLĀZES



VISTAS GAĻA
5 ŠKIŅĶĪŠI



1 BURKĀNS



TVAICĒTI
RĪSI
1 GLĀZE



VISTAS GAĻAS
GARŠVIELA



1 SĪPOLS



0,5 ĒK SĀLS

DARBA GAITA



LIEC KATLĀ VISTU UN PIEVIENO EĻĻU.



CEP VISTU NO ABĀM PUSĒM.



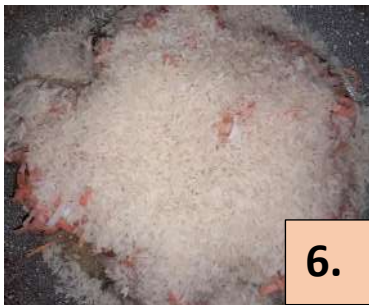
NOMIZO UN SARĪVE BURKĀNU.



NOTĪRI UN SASMALCINI SĪPOLUS!



BURKĀNU UN SĪPOLU PIEVIENO KATLĀ.



**NOSKALO UN PIEVIENO KATLĀ
TVAICĒTUS RĪSUS.**



PIEVIENO KATLĀ ŪDENI.



**PIEVIENO KATLĀ SĀLI UN
GARŠVIELAS.**



**PIEVIENO KATLĀ TOMĀTU
MĒRCI.
SAUTĒ ZEM VĀKA 30 MIN.**

DESERTI UN DZĒRIENI





ĀBOLU PĪRĀGS “TRĪS GLĀZES”

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



CEPEŠKRĀSNS



CEPAMTRAUKS



2 BĻODAS



RĪVE



ĒDAMKAROTE



DĒLIS UN NAZIS



MĒRTRAUKS



CEPAMMAIS
PAPĪRS



SVARI

PĀRTIKAS PRODUKTI



MILTI
1 GLĀZE
130 GR



MANNAS
PUTRAIMI
1 GLĀZE
160 GR



CUKURS
1 GLĀZE
180 GR



SVIESTS
100 GR



PIENS
200 ML



4 ĀBOLI



1 CITRONS



CEPAMAIS
PULVERIS
1 ĒK

DARBA GAITA (ĀBOLU PĪRĀGS)



IEBER MĒRTRAUKĀ VAJADZĪGO DAUDZUMU MILTU, **IZBER** TOS BĻODĀ.



PĒC TAM **IEBER** MĒRTRAUKĀ MANNU, **PIEVIENO** TO MILTIEM BĻODĀ. TĀPAT **IZDARI** AR CUKURU.



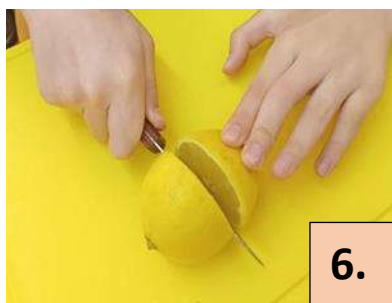
BĻODĀ **PIEVIENO** 1 ĒK CEPAMĀ PULVERA.



VISU BĻODAS SATURU **SAMAIŠI** AR KAROTI.



UZ SAKŅU RĪVES **SARĪVĒ** ĀBOLUS UN **LIEC** TOS OTRĀ TRAUKĀ.



6.

PĀRGRIEZ CITRONU UN IZSPIED TĀ SULU UZ ĀBOLU MASU.



7.

CEPAMTRAUKU IZKLĀJ AR CEMAPAPĪRU. LIEC KĀRTU SAUSĀS MĪKLAS.



8.

NĀKAMO LIEC CEPAMTRAUKĀ RĪVĒTO ĀBOLU MASU. TAD ATKĀRTO SAUSO MAISĪJUMU UN ĀBOLUS. AUGŠĒJAI KĀRTAI JĀBŪT SAUSAJAI MĪKLAI.



9.

SARĪVĒ UZ SAKŅU RĪVES SVIESTU, LAI TAS PĀRKLĀJ PĪRĀGA VIRSMU.



10.

LIEC CEPAMTRAUKU CEPEŠKRĀSNĪ UZ 180 GRĀDIEM CEPTIES APMĒRAM 40 MINŪTES.



ĀBOLU KOMPOTS

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



DĒLIS UN NAZIS



KAROTE



KATLS



GLĀZE

PĀRTIKAS PRODUKTI



ŪDENS
3 L



CUKURS
1 GLĀZE



3 ĀBOLI

DARBA GAITA (ĀBOLU KOMPOTS)



1.

IELEJ ŪDENI UN LIEC VĀRĪTIES.



2.

NOMAZGĀ ĀBOLUS.



3.

**PĀRGRIEZ UZ PUSĒM, IZŅEM
SERDES.**



4.

SAGRIEZ MAZOS GABALIŅOS.



5.

LIEC CUKURU ŪDENĪ.



3.

LIEC ĀBOLUS ŪDENĪ.

VĀRI KOMPOTU 10 MIN.



BANĀNI KAŽOCIŅĀ

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



CEPEŠKRĀSNS



VIRTUVES
SVARI



SIETIŅŠ



CEPAMĀIS
PAPĪRS



CEPEŠPANNA



KAROTE



DĒLIS



SILIKONA
PAKLĀJIŅŠ



VIRTUVES
OTIŅA



MĪKLAS RULLIS

PĀRTIKAS PRODUKTI 5 MAIZĪTĒM



KĀRTAINĀ RAUGA
MĪKLA 500 GR



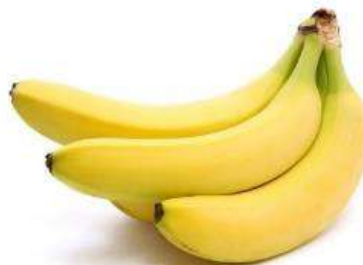
ŠOKOLĀDE
50 GR



PŪDERCUKURS
10 GR



1 OLA

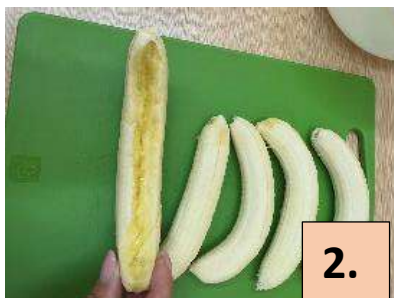


BANĀNI
5 GABALI

DARBA GAITA (BANĀNI KAŽOCIŅĀ)



MĪKLU **SAGRIEZ** STREMELĪTĒS UN MAIGI **IZSTIEP**.



BANĀNUS **NOMIZO**, **IZŅEM** AR KAROTI VIDIŅU.



BANĀNOS **SALIEC** ŠOKOLĀDI.



APTIN AR MĪKLAS STRĒMELĪTĒM UN **APSMĒRĒ** AR SAKULTO OLU.



LIEC CEPEŠKRĀSNĪ UZ **175 GRĀDIEM** UZ **30 MIN**.



IZCEPTĀS MAIZĪTES **PĀRKAISI** AR PŪDERCUKURU.



BIEZPIENA SACEPUMS

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



CEPEŠKRĀSNS



VIRTUVES
SVARI



SIETIŅŠ



CEPŠANAS FORMA



CEPEŠPANNA



TĒJKAROTE



MIKSERIS



BĻODA



GLĀZE



ĒDAMKAROTE



DĒLIS AR NAZI

PĀRTIKAS PRODUKTI



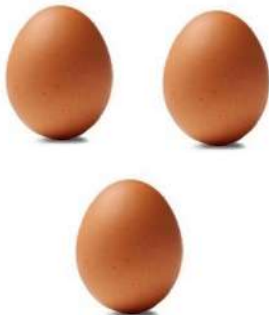
MANNA
0,5 GLĀZES



CUKURS
0,5 GLĀZES



PŪDERCUKURS
10 GR



3 OLAS



2 PACIŅAS
BIEZPIENA



MARMELĀDE
30 GR



CEPAMAIS PULVERIS
1 TK



SĀLS
0,5 TK



AUGU EĻĻA
10 GR

DARBA GAITA (BIEZPIENA SACEPUMS)



1.

SAKUL OLAS AR CUKURU UN SĀLI.



2.

PIEVIENO 2 PACIŅAS BIEZPIENA.



3.

SAKUL AR MIKSERI.



4.

**PIEVIENO MANNU UN CEPAMO PULVERI,
SAKUL AR MIKSERI.**



5.

PIEVIENO 2 ĒK KRĒJUMA.



6.

PIEVIENO MASAI MARMELĀDI, VISU SAMAI SI.



7.

IESMĒRĒ CEPŠANAS FORMU AR AUGU EĻĻU.



8.

IZLEJ MĪKLU FORMĀ, IZLĪDZINI



9.

LIEC CEPEŠKRĀSNĪ CEPTIES 30 MIN 180 GRĀDOS, KAD IR GATAVS - PĀRKAISI AR PŪDERCUKURU.



IEVĀRĪJUMA PĪRĀGS

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



GLĀZE



TĒJKAROTE



PUTOTĀJS



BĻODA



CEPEŠKRĀSNS



CEPŠANAS FORMA

PĀRTIKAS PRODUKTI



IEVĀRĪJUMS
1 GLĀZE



SODA
1 TK



OLAS
3 GB



MILTĪ
1,5 GLĀZES



CUKURS
0,5 GLĀZE



EĻĻA
0,5 GLĀZE

DARBA GAITA (IEVĀRĪJUMA PĪRĀGS)



1.

SODU **SAJAU**C AR IEVĀRĪJUMU.



2.

SAJAUC OLAS AR CUKURU.



3.

VISU **SAJAU**C AR MILTIEM.



4.

CEP 180° - 40 MIN.



KĒKSS AR ROZĪNĒM

VIRTUVES PIEDERUMI UN IEKĀRTAS



CEPEŠKRĀSNS



VIRTUVES
SVARI



SIETIŅŠ



CEPŠANAS FORMA



CEPEŠPANNA

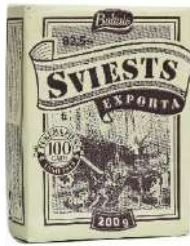


TĒJKAROTE



MIKSERIS

PĀRTIKAS PRODUKTI



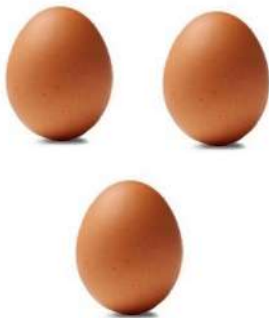
SVIESTS
180 GR



CUKURS
175 GR



PŪDERCUKURS
10 GR



3 OLAS



MILTI
240 GR



ROZĪNES



CEPAMĀIS
PULVERIS
0,5 TK



SĀLS
0,5 TK

DARBA GAITA (KĒKSS AR ROZĪNĒM)



1. SVIESTU AR CUKURU **SAJAUC** AR KAROTI.



2. **SAPUTO** AR MIKSERI.



3. **PIEVIENO OLAS UN SAPUTO.**



PIEVIENO CEPAMO PULVERI UN SĀLI, SAJAUC.



5.

**IZSIJĀTUS MILTUS
PIEVIENO MĪKLAI.**



6.

VISU KĀRTĪGI SAJAUČ.



7.

PIEVIENO ROZĪNES, SAMAIŠI.



8.

FORMU **IESMĒRĒ** AR SVIESTU UN
IZLEJ MĪKLU, IZLĪDZINI.



9.

LIEC CEPEŠKRĀSNĪ CEPTIES **70-80**
MINŪTES 160 GRĀDOS



10.

IZCEPTO KĒKSU **PĀRKAISI** AR
PŪDERCUKURU.