**Przepisy:**

* **Ogórki**
	+ Twarde, niezbyt duże ogórki
	+ Mały, obrany kawałek korzenia chrzanu
	+ 3,4 ząbki czosnku
	+ Gałązkę kopru (z baldachami)

Na 1 litr wody łyżka i odrobina soli. Proces fermentacji trwa 2 tygodnie

* **Kapusta pekińska**
	+ ½ kapusty pekińskiej
	+ 2 szt. marchewki z krótką natką
	+ 3,4 ząbki czosnku
	+ 1 jabłko
	+ Kilka owoców żurawiny

Na 1 litr wody łyżka i odrobina soli. Proces fermentacji trwa 2 tygodnie

* **Buraki**
	+ 1 kg buraków (obranych)
	+ 3 cm obranego korzenia chrzanu
	+ 3,4 ząbki czosnku
	+ 1 obrana cebula
	+ Imbir (około 3 cm)
	+ Liść laurowy
	+ Ziele angielskie

Na 1 litr wody łyżka i odrobina soli. Proces fermentacji trwa 2 tygodnie

* **Nawóz do kwiatów z bananowych skórek**

Świeże skórki z 3 bananów umieszczamy w litrowym słoiku i zalewamy ciepłą wodą. Odstawiamy w ciemne miejsce na 1-2 dni. Uzyskany płyn rozcieńczamy wodą (1:1) i wykorzystujemy w podlewaniu roślin (ogrodowych i doniczkowych).

**Chlebek bananowy przepis**

Składniki :

* 3 duże rozgniecione banany
* 1,5 szklanki maki pszennej
* 1/3 roztopionego masła
* 0,5 szklanki cukru
* 1 duże jajko
* Łyżeczka sody oczyszczonej

Banany rozgniatamy widelcem, dodajemy roztopione masło (może być ciepłe). Do osobnej miseczki ubijam jajko z cukrem i roztrzepuję widelcem. Mieszankę jajka z cukrem dodaję do bananów z masłem i mieszam. Nastepnie dodaję mąkę i sodę. Po wymieszaniu ciasto wykładam do natłuszczonej keksowki. +170° C około 50-55 minut

* **Marchewka**
	+ 1 kg obranej marchewki
	+ 3 ząbki czosnku
	+ 4 cm obranego korzenia imbiru
	+ Ćwiartka cebuli
	+ Łyżeczka kurkumy
	+ Garść żurawiny

Na 1 litr wody łyżka i odrobina soli. Proces fermentacji trwa 2 tygodnie.

**Babeczki marchewkowe**

Składniki:

* 4 średnie marchewki (2 szklanki startej)
* 1 i ½ szklanki maki
* 1 i ½ łyżeczki proszku do pieczenia
* ½ łyżeczki sody oczyszczonej
* 1 łyżeczka cynamonu
* ¾ szklanki cukru
* ¾ szklanki oleju roślinnego
* 3 duże jajka

Jajka i cukier ubijamy na jasną pianę, dodajemy suche składniki i delikatnie mieszamy, dodajemy olej i startą marchewkę i mieszamy łyżką. Masę wykładamy do około 12 papilotek. +180° C 25 minut.

* **Cytryny**
	+ 6,7, szt. umytych i pokrojonych cytryn w ćwiartki niedużych cytryn
	+ 2 szczypty cynamonu
	+ 8 goździków
	+ Gałązka świeżego rozmarynu

Na 1 litr wody 2 szczypty soli. Proces fermentacji trwa miesiąc

* **Ocet jabłkowy**
	+ 3 średnie jabłka ze skórką bez gniazd
	+ 2 łyżki cukru
	+ Woda

Przez okres 5 tygodni słoik tylko pod bawełnianą gazą, codziennie mieszać czystą łyżką zawartość słoika. Po 5 tygodniach przecedzić przez sito i ocet jabłkowy gotowy.

Szybki deser jabłkowy

Składniki:

* 3 jabłka pokroić w kostkę i poddusić na patelni
* 2 łyżki jogurtu naturalnego (najlepiej typu greckiego)
* 1 łyżka ulubionych płatków kukurydzianych lub musli

Jabłka wykładamy do przezroczystej szklanki, na wierzch wykładamy jogurt. Na końcu posypujemy płatkami lub musli. Deser można jeszcze udekorować truskawką.

* **Pomidory w maślance**
	+ 5,6 podłużnych pomidorów
	+ 3,4 ząbki czosnku
	+ 3 cm obranego korzenia imbiru
	+ 3 liście świeżej bazylii
	+ Pół cebuli
	+ Szczypta soli
	+ Maślanka

Po 10 dniach zawartość słoika blendujemy, doprawiamy do smaku i chłodnik z kiszonego pomidora na upalne dni gotowy.

* **Rzodkiewki**
	+ 2 pęczki umytych rzodkiewek (z liśćmi)
	+ 3,4 ząbki czosnku
	+ 4 gałązki koperku

Na 1 litr wody łyżka i odrobina soli. Proces fermentacji trwa 7 dni.

* **Kalafior**
	+ Różyczki z 1 średniego kalafiora
	+ 3,4 ząbki czosnku
	+ 1 mała cebula
	+ 1 mały burak

Na 1 litr wody łyżka i odrobina soli. Proces fermentacji trwa 10 dni.