

VISPIPUURO

(4 annosta)

SYDÄNMERKKI-
RUOKAOHJE

Tarvitset

200 grammaa puolukoita
1 litra vettä
1 ½ desilitraa sokeria
1 ½ desilitraa mannasuurimoita
¼ teelusikallista suolaa

Tarjoiluun

rasvatonta maitoa



Raaka-aineet



puolukat



vesi



sokeri



mannasuurimot



suola



rasvaton maito

Työvälineet



kattila (3 litraa)



perunasurvin



litra (l)



desilitra (dl)



vispilä



puuhaarukka



teelusikka (tl)



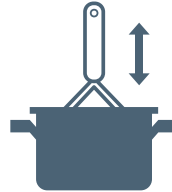
sähkövatkain

Tee vispipuuro näin

- 1 Kaada **200 g puolukoita** kattilaan. Jos marjat ovat jäässä, anna niiden sulaa **20 minuuttia**.



- 2 Painele puolukoita kattilassa survimella, kunnes ne hajoavat.



- 3 Kaada kattilaan **1 litra vettä**.



- 4 Kuumenna vesi ja puolukat kiehuvaiksi. Kun seos kiehuu, pienennä levyn tehoa. Keitä vettä ja puolukoita **15 minuuttia**.



- 5 Lisää kattilaan vähitellen **1 ½ desilitraa sokeria**.

1½ x



- 6 Lisää kattilaan vähitellen **1 ½ dl mannasuurimoita**. Sekoita koko ajan vispilällä.

1½ x



- 7 Hauduta puuroa **10 minuuttia**. Sekoita puuhaarukalla.



- 8 Lisää puuron joukkoon **¼ teelusikkaa suolaa**.

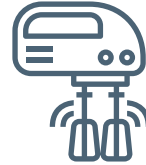
¼ x



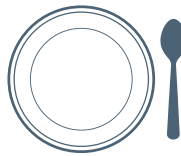
9 Nosta kattila liedeltä.
Anna puuron jäähtyä **1 tunti**
huoneenlämmössä.



10 Vatkaa puuro kattilassa
sähkövatkaimella vaaleaksi
ja kuohkeaksi (**5-10 min**).



11 Syö vispipuuro **maidon**
kanssa.



VINKKI!
PUOLUKOIDEN
LISÄKSI VISPIPUUROON
SOPII PUNA- JA MUSTA-
HERUKAT. VOIT KÄYTTÄÄ
MYÖS RAPARPERIN-
TAI OMENANPALOJA
(6-7 DL).