Ożarów Mazowiecki, XX marca 2022

Informacja prasowa

**Dzień Muffinów i Budyniu – jest okazja do słodkiego świętowania.**

**Zapach, to właśnie ten zmysł bardzo często determinuje nasze codzienne wybory, zwłaszcza te żywieniowe. Któż z nas choć raz dał się skusić aromatom wydobywającym się z mijanej po drodze cukierni i wstąpił po kawałek ciasta czy babeczkę. Kto nie zgłodniał od zapachu świeżo upieczonych bochenków chleba, dobiegającego z pobliskiej piekarni. Kto nie zareagował niespodziewaną chęcią na filiżankę kawy, której woń dotarła do nas z kubka trzymanego przez współpasażera w metrze. Kochamy słodkie przekąski i desery, ale równie wielką miłością darzymy tradycyjne wypieki, te które wychodzą spod naszej ręki we własnej kuchni.**

**Wyrośnie czy nie wyrośnie?**

To pytanie zadajemy sobie wpatrując się w szklaną szybę piekarnika i zaklinamy nasze ciasto, aby urosło, było puszyste i bez zakalca. W domach blisko 75**%** Polaków co najmniej raz w miesiącu pojawia się wypiek domowej roboty. W pieczeniu dominują kobiety, jednak i mężczyźni coraz częściej zaglądają do kuchni nie tylko w celach konsumpcyjnych. Blogi kulinarne cieszą się niesłabnącą popularnością, a instagramowe hasztagi #food; #foodieofinstagram czy #foodstagram przekładają się na miliony oznaczonych postów prezentujących m.in. fotografie ciast i ciasteczek. Liczebnością prześcigają je jedynie zdjęcia kotów. Lubimy piec, a mamy ku temu kilka istotnych powodów. To nasz sposób na relaks, a zapach dodatkowo działa na nas odprężająco i wprowadza domową atmosferę. Chcemy też wiedzieć co jemy, a domowe smakołyki mają taki skład jaki sami sobie ustalimy. A do tego wychodzą taniej niż w cukierni. To także dobra okazja by zaprosić do siebie znajomych lub sąsiadów na kawę i ciasto. Zazwyczaj jednak wypieki goszczą w naszych domach niezależnie od tego czy jest okazja czy nie. Dla tych, którzy jednak jej potrzebują mamy dobrą wiadomość. 30 marca muffinki obchodzą swoje święto. Dzień później zaś przypada Dzień Budyniu. Jest zatem co świętować na słodko.

**Muffiny z ziemniaków i mięsny budyń**

Pochodzące z Anglii muffiny swoją historią sięgają czasów wiktoriańskich, kiedy to były jedzeniem dla służby, a powstawały najczęściej z resztek czerstwego chleba i ziemniaków. Smażone w formie placków były miękkie w środku i twarde na zewnątrz. Kształt miniaturowych ciast, który mają współczesne muffiny to z kolei pomysł amerykański, ale w Nowej Zelandii wciąż spotkać możemy smażone [drożdżowe](https://pl.wikipedia.org/wiki/Dro%C5%BCd%C5%BCe_piekarnicze) placuszko-bułeczki, podawane na gorąco z masłem serwowane pod nazwą „angielskie muffiny”.

Drugi bohater naszego tekstu – budyń - kojarzy się z mleczną przekąską na słodko. Jednak kiedyś był on daniem mięsnym. Sama nazwa pochodzi od francuskiego słowa „boudin” oznaczającego kaszankę. My jednak wolimy jego słodką wersję. W Los Angeles powstał nawet bar z budyniem serwujący ten smakołyk w przeróżnych konfiguracjach. Mimo, iż w Polsce obecnie jego najpopularniejszą formą jest półprodukt, w torebce do błyskawicznego przygotowania w domu, warto czasem pokusić się o zrobienie jego zdrowszej, a równie smacznej wersji.

**Przekąski to czysta przyjemność**

Pieczenie i gotowanie to ta przyjemniejsza część, po wszystkim jednak wystarczy rozejrzeć się wokół by odkryć stertę brudnych naczyń, foremek i sztućców, które trzeba pozmywać. A nikt nie zrobi tego lepiej, a nawet szybciej niż zmywarka. To urządzenie z którego pomocy korzysta coraz więcej osób. Trudno się zresztą dziwić, dzisiejsze zmywarki to zaawansowane technologicznie sprzęty, które ułatwiają nam życie, pomagają zaoszczędzić czas i pieniądze. Tak jak zmywarki z linii **Simplified Gorenje** wyposażone w szereg ustawień, które pozwalają dopasować proces mycia do indywidualnych potrzeb. **QuickIntensive** pozwala szybko i dokładnie umyć i wysuszyć naczynia. Cały cykl trwa zaledwie 90 minut. To właśnie u Ciebie trwa spotkanie towarzyskie, a nie chcesz by brudne naczynia po obiedzie zalegały w kuchni? Program **SpeedWash** poradzi sobie z nimi w 15 minut. Silnik Inverter PowerDrive zapewni wysoką wydajność i cichą pracę przy niższym zużyciu energii. Rygorystycznie podchodzisz do higieny, zwłaszcza w przypadku dzieci i niemowląt, program **ExtraHygiene** to opcja dla ciebie. Naśladuje proces sterylizacji, a użyta z programem intensywnym podgrzewa temperaturę nawet do 70 stopni by uzyskać higieniczną czystość naczyń i butelek. Fanów ekologii z pewnością przekona do siebie opcja oszczędnego zużycia wody, wynosi ona bowiem niecałe 10 litrów (9,6l). Korzyści z posiadania zmywarki dostrzegają zarówno rodziny z dziećmi, pary, jak i single. Łatwy montaż, możliwość aranżacji w praktycznie każdej kuchni szybko uczyniły je niezbędnym sprzętem w każdym gospodarstwie domowym.

**To teraz pora na przepisy, sprawdźcie nasze propozycje i świętujecie z nami Dzień Muffinów i Budyniu**:

Muffiny tradycyjne

Składniki:

* mąka 2 szklanki
* cukier 0,5 szklanki
* proszek do pieczenia 1 łyżeczka
* szczypta soli
* jaja 2 szt.
* jogurt naturalny 0,5 szklanki
* olej 0,5 szklanki

opcjonalnie

* posiekana tabliczka gorzkiej czekolady

W jednej misce mieszamy składniki suche w drugiej mokre. Zawartość obu naczyń łączymy wsypując suche do mokrego i mieszamy do połączenia składników. Ciasto nie musi być idealnie gładkie, im mniej wymieszane tym lepsze. Foremki lub papilotki wypełniamy masą do ¾ wysokości, możemy dodać posiekanej czekolady. Pieczemy 20-25 minut w piekarniku nagrzanym do 180 stopni.

Budyń jaglany

Składniki:

* 1/3 szklanki kaszy jaglanej surowej
* 1,5 szklanki dowolnego mleka (krowiego lub roślinnego)
* 2 łyżki oleju kokosowego
* banan
* garść orzechów

Kaszę płuczemy na sitku w ciepłej wodzie, następnie przekładamy do garnuszka i zalewamy szklanką mleka. Gotujemy pod przykryciem na małym ogniu, do czasu aż kasza wchłonie mleko. Tak przygotowaną przekładamy do blendera, dodajemy banana, orzechy, olej kokosowy i resztę mleka i miksujemy na gładki mus.

**Sprawdź, jak ułatwi twoje życie:**

**Zmywarka · Gorenje GV671C60XXL**