

THE WONDER OF  
**STAR  
WARS**  
#SHARETHEWONDER

# GALAKTISKE OPSKRIFTER



Disney  
**100**  
©Disney &™ Lucasfilm Ltd

# VITAMIN C-3PO SMOOTHIE



## INGREDIENSER TIL

2 SERVERINGER

240 g fedtfattig skyr med vanilje

240 ml. æblejuice

240 ml. fedtfattig mælk

2 tsk. honning

1 stor banan

12 store jordbær skåret ud og 2 hele jordbær

Tilføj skyr, æblejuice, mælk, honning, banan og udskåret jordbær i en blender og blend ved medium hastighed indtil indholdet er blendet sammen. Hældes i to glas.

Brug en kniv til at skære et snit i hvert jordbær fra bunden og halvvejs op til stilken. Tilføj jordbærret på toppen af glasset som pynt. Serveres straks.

**STAR  
WARS**

©Disney TM & ©Lucasfilm Ltd. All Rights Reserved

# SNOWTROOPER TOAST



INGREDIENSER TIL  
2 SERVERINGER:  
4 skiver toastbrød  
2 spsk. jordbærmarmelade  
1 æg  
60 ml. minimælk  
1/2 tsk. vaniljeekstrakt  
2 skiveskåret jordbær  
2 tsk. flormelis

Forvarm ovnen til 95°C.

Skær 4 stykker toast og fordel marmeladen på to af skiverne. Top hver skive med dens matchende topstykke. Dette giver en sandwich.

Opvarm en stegepande, med smør eller olie, ved medium varme.

Brug en gaffel til at piske ægg, mælk og vanilje indtil det er godt blandet. Dyp de marmeladefyldte sandwiches i æggeblandingen.

Vend gerne sandwichene for at gennemvæde begge sider.

Læg sandwichene på stegepanden og steg i ca. 3 minutter (1 1/2 minut pr. side), indtil de er gyldne. Fjern sandwichene fra panden og stil dem i den varme ovn indtil de skal serveres.

Top med jordbær og sigt flormelis over dit toast inden servering.

# MILLENI-YUMS ENERGI KUGLER



## INGREDIENSER

TIL 10 – 12 STK:

65 g peanut butter

1 moden banan, skåret i  
cirka 20 – 24 skiver

80 g knuste vaniljekranse,  
cirka 22 småkager

360 g mørk eller lys  
hakket chokolade

2 spsk. kokosolie

Kom bagepapir på en bageplade.

Fordel 1 tsk peanut butter på toppen af halvdelen af bananskiverne. Top med de resterende bananskiver for at lave en banan-sandwich. Frys banan-sandwichene i 1 time, eller dæk med plastfolie og frys natten over.

Placer de knuste småkager i en lav tallerken eller skål og stil til side.

Chokoladen og kokosolien smeltes i mikroovnen ved høj varme i 1 minut. Rør i massen og varm i yderligere 30 sekunder. Fortsæt opvarmning og omrøring, indtil chokoladeblandingen er jævn.

Dyp banan-sandwichene ned i chokoladeblandingen, hvorefter de bankes let på siden af skålen for at fjerne overskydende chokolade. Herefter vendes de i de knuste småkager.

Banan-sandwichene afkøles i køleskabet eller fryses i en lufttæt beholder i op til 1 måned.

**STAR  
WARS**

©Disney TM & ©Lucasfilm Ltd. All Rights Reserved

# REBEL PEBERFRUGT



INGREDIENSER TIL  
6 SERVERINGER  
Salt og peber til  
at krydre med  
3 store røde peberfrugter  
6 æg  
1 stor tomat i tern  
80 g revet ost  
6 baconstykker, stegt  
og skåret ud

Forvarm ovnen til 180 °C.

Halver peberfrugt på tværs, fjern korn og top. Placer de halve peberfrugter på et bagepapir. Tilføj salt og peber. Bag til de er bløde i ca. 15-20 minutter.

Imens peberfrugterne er i ovnen, piskes æggene i en stor skål. Tilføj tomat, ost og bacon og rør sammen.

Fordel æggemixen i de bagte peberfrugter. Tilføj salt og peber. Bag i 15-20 minutter mere indtil æggene er færdigbagt.

Lad dem afkøle i 10 minutter før servering. Serveres varme.

# GALAKTISKE QUESOGREEDOS



## INGREDIENSER TIL

1 SERVERING

85 g stegte sorte bønner

2 tortilla pandekager

2 tsk. revet fedtfattig  
cheddarost

0,5 tsk. stueterpereret  
smør

25 g revet fedtfattig  
parmesanost

Spred de stegte bønner på en tortilla. Drys cheddarosten over bønnerne og tilføj den anden tortilla pandekage.

Hvis der bruges en sandwichform, brug denne til at skære to former ud.

Tilføj en smule smør til begge sider af tortillaen.

Placer parmesanosten på en tallerken. Pres begge sider af den smørbelagte tortilla ned i osten.

Tilføj olie til en stegepande, der er stor nok til tortillapandekagen, og skru op til medium varme. Tilføj tortillaen og tilbered i 3 til 4 minutter eller indtil bunden er gylden. Vend forsigtigt tortillaen med en spatel og tilbered ligeledes denne side i 3 til 4 minutter indtil undersiden er gylden.

Lad den køle en smule af, men serveres varm.

**STAR  
WARS**

©Disney TM & ©Lucasfilm Ltd. All Rights Reserved

# BB-8 ENERGI KUGLER



INGREDIENSER  
TIL 25 KUGLER  
100 g havregryn  
130 g peanut butter  
65 g hakket dadler  
2 tsk. revet appelsinskal  
3 spsk. frisk appelsinjuice  
115 g honning  
80 g kokosmel

Kom havregryn, peanut butter, dadler, appelsinskal, appelsinjuice og honning i en blender. Blend ved medium hastighed, indtil ingredienserne er godt blandet og danner en klæbrig konsistens.

Læg blandingen på en let mældrysset overflade. Rul blandingen til 2,5-centimeter kugler.

Hæld kokosmelet på en tallerken eller i en lav skål. Rul hver af kuglerne i kokosen, så de er helt dækket til.

Server straks eller opbevar tildækket i køleskabet i op til 1 uge.  
Variation: Rul kuglerne i 60 gram usødet kakaopulver eller 120 gram finthakkede nødder.

MAGISK TID  
**SAMMEN**



PIXAR



**Aktivitetskort**



**Krea-videoer**



Find mere  
inspiration til  
sjov & leg på vores  
Magisk tid sammen side!

**LegeKæden.dk**

