

IWONA WIERZBICKA

TARTY

NA 13 SPOSOBÓW



Copyright © Iwona Wierzbicka 2022

Tytuł: *Tarty na 13 sposobów*

Autor: Iwona Wierzbicka

Redakcja i korekta: Marta Mandżak-Matusek

Zdjęcia: pl.depositphotos.com

ISBN: 978-83-963586-2-2

e-mail: sklep@ajwendieta.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie w urządzeniach przetwarzania danych, odtwarzanie w jakiegokolwiek formie oraz wykorzystywanie w wystąpieniach publicznych tylko za wyłącznym zezwoleniem właściciela praw autorskich.

Wydanie I

Opole 2022



SPIS TREŚCI

O AUTORCE	4
TARTA SZPARAGOWA Z MIĘSEM MIELONYM	5
GRYCZANA TARTA SZPINAKOWA	7
TARTA DROBIOWA	9
TARTA Z RYŻEM I POMIDORAMI	11
KOKOSOWA TARTA MALINOWA	13
TARTA JAGLANO-GRYCZANA Z OWOCAMI	15
TARTA DAKTYŁOWO-KOKOSOWA Z MALINAMI, JAGODAMI I BORÓWKAMI	17
TARTA TRUSKAWKOWO-BANANOWA NA KOKOSOWYM SPODZIE	19
TARTA KOKOSOWA Z MUSEM ŚLIWKOWYM	20
TARTA KOKOSOWA Z MUSEM MORELOWYM	22
KRUCHA TARTA Z RABARBAREM	24
KOKOSOWE TARTALETKI Z MUSEM DYNIOWYM I BANANOWYM	26
PRAŻONE TARTALETKI KOKOSOWE Z KREMEM DYNIOWO-JABŁKOWYM	28