POMAZÁNKY

Špenátová pomazánka

½ mraženého špenátu vydusíme a po vychladnutí ho vmícháme do vyšlehaného másla, přidáme česnek, špetku soli a nastrouhané vejce natvrdo.

Pomazánka z droždí

Na kapce oleje opražíme 3 kostky droždí. Mezi tím si vyšleháme máslo, jemně osolíme a přidáme vychladlé droždí.

Vídeňský krém

Vyšleháme 1 kostku měkkého tvarohu s krabičkou tavených sýrů bez příchutě.

Švédská pomazánka

Smícháme 1 kostku měkkého tvarohu, jemně nakrájenou cibulku, tresčí játra a sůl.

Pomazánka z krabích tyčinek

Jemně nakrájené krabí tyčinky osmahneme na cibulce a po vychladnutí vmícháme do vyšlehaného másla. /Na jednu ¼ másla dáme 1 balíček tyčinek/. Můžeme osolit.

MOUČNÍKY

Jablková buchta s ořechy

(propočítáno na běžný plech v domácnosti)

475 g strouhaných jablek, 125 g polohrubé mouky, 2 vejce, 0,1 l oleje, cca 50 g vlašských ořechů,

½ prášku do pečiva, 125 g cukru

Všechny ingredience smícháme dohromady a na vymazaném a vysypaném plechu pečeme v předehřáté troubě.

Kefírový moučník

(propočítáno na běžný plech v domácnosti)

400 g polohrubé mouky, 2 vejce, 300g práškového cukru, 0,15 l oleje, 1x kefír, 3 lžíce kakaa, trochu jedlé sody, 1 prášek do pečiva

Všechny ingredience smícháme dohromady a na vymazaném a vysypaném plechu pečeme v předehřáté troubě.

POLÉVKY

Koprová polévka s bramborem

Nadrobno nakrájené brambory povaříme se solí a kmínem, až jsou poloměkké, přidáme mléko a zahustíme moukou. Povaříme, dochutíme podle sebe cukrem, octem a koprem. Na závěr na zjemnění chuti přidáme smetanu.

Rajská polévka s kapáním

Na nejlépe olivovém oleji opražíme rajčatový protlak, zalijeme vývarem, který může být zeleninový či masový a provaříme. Po provaření zahustíme záklechtkou /hl. mouka + voda/, a dle chuti přidáme trochu cukru, soli a skořice. Poté přidáváme přes síto kapánek, který jsme si připravili z hrubé mouky, dětské krupičky, vajíčka, mléka a špetky soli. Vaříme na mírném ohni do změknutí kapání.

HLAVNÍ JÍDLA

Bylinkové rybí filé na smetaně

Filety z libovolné ryby /u nás z důvodu, že neobsahuje kosti používáme pangase/, vyložíme na plech, osolíme, posypeme petrželkou, bazalkou a pažitkou, zalijeme smetanou 31% ke šlehání a pečeme v troubě zvolna, aby se nám smetana příliš nevypekla. Jiný tuk, než který obsahuje smetana nepotřebujeme. Vynikající je s bramborovou kaší.

Špagety po italsku

60 dg mletého masa /vepřové+hovězí/ podusíme na trošce oleje na cibulce, osolíme, můžeme přidat např. bazalku. Až je maso hotové, přidáme mražené lečo a kečup a ještě povaříme. Na závěr zahustíme solamylem. Směsí polijeme uvařené špagety. Dle chuti můžeme zasypat například parmazánem.

Čevabčiči

Smícháme 60 dkg mletého masa, 2 vejce, malou cibulku jemně krájenou, malou lžičku sladké mleté papriky, trošku soli, 0,5 dcl mléka a na zahuštění strouhanku. Vypracujeme těsto a na plech vyložený pečícím papírem tvoříme válečky, které upečeme. Výborné jsou s bramborovou kaší, pečenými brambory, nebo i jen tak, s chlebem, hořčicí a okurkou.

Tatranská kotleta

Plátky kotlety na krajích nařežeme (aby se nám nekroutila), osolíme a zprudka opečeme na pánvi z obou stran. Poté položíme na plech. Plátky poklademe směsí leča a kečupu, můžeme přidat dětskou šunku, zasypeme sýrem a podlijeme smetanou ke šlehání. Pečeme v předem vyhřáté troubě. Jako příloha se hodí vařené či pečené brambory, nebo i bramborová kaše.

Zeleninové bulguretto

Na oleji opražíme cibulku, ke které přidáme nadrobno nakrájenou a podušenou zeleninu, kterou volíme dle své chutě a fantazie (mrkev, hrášek, paprika, květák…). Mezi tím si zvlášť uvaříme stejný poměr bulguru a rýže, a poté vše smícháme dohromady. Samozřejmě můžete zvolit i variantu s přidáním masa či sýru.