

Masové placičky přírodní

Suroviny:

800 - 1000 gr mletého masa (polovina hovězí, polovina vepřové), 1/2 lžičky mletého kmínu, 1/2 lžičky mletého pepře, 1/4 lžičky čubrice, 3 stroužky česneku, sůl podle chuti.

Příprava:

Do mísy dáme maso a osolíme dle chuti (opatrně). Přidáme drcený česnek, čubricu, pepř, kmín, důkladně promícháme a propracujeme, nejlépe ručně. Necháme chvíli odležet v lednici.

Tuto masovou směs můžeme opékat na grilu, nebo na pánvi.

Na pánev dáme lžici oleje a rozeřejeme. Masovou hmotu ještě jednou promícháme. Lžící vykrajujeme kousky masové hmoty, které tvarujeme na cca 4-5 cm velké placičky, silné asi 1 cm. Jakmile máme dostatečný počet placiček na pokrytí pánve, dáme je na rozpálenou pánev a pomalu smažíme na jedné straně asi 5 min., poté je obrátíme a smažíme po stejnou dobu. Dobu smažení je třeba upravit podle intenzity smažení. Placičky mají být po obou stranách osmažené dorůžova.

Pokud placičky opékáme na grilu, děláme je větší a tlustější.

K placičkám se jako příloha hodí různé druhy zeleniny nebo salátů. Např. ledový salát pokapaný citrónem, papriky, dubový salát, atd. Dobrou přílohou je rovněž dorůžova osmažená houska.

Dobrou chuť přeje Tonda OK2WPA

Guláš s kuřecích jater s houbami

Suroviny:

1/2 - 3/4 kg kuřecích jater, 1/2 - 3/4 kg cibule, 3 stroužky česneku, 3 lžíce sádla, 2 dcl. láku z okurek, jeden větší brambor, 1-2 cm výhonku zázvoru, sůl, 1/4 lžičky mletého pepře, 1/2 lžičky drceného kmínu, 3 lžičky sladké papriky, 1/4 - 1/2 pálivé papriky (dle náтуры). 4 větší žampióny. Houby mohou být klasické

(pokud zrovna rostou), žampiony, jidášovo ucho, atd.

Příprava:

V kastrólu rozpustíme sádlo, přidáme jemně nakrájenou cibuli a osmahneme do sklovitého povrchu cibule. Přidáme česnek a opraná játra, rozkrájená na menší kousky. Mícháme. Až jsou játra podušená přidáme na jemno nakrájený zázvor, kmín, pepř, 2 lžičky sladké papriky, pálivou papriku, houby a necháme 5 - 10 min podusit. Mícháme a dáváme pozor, aby jsme to nepřipálili. Poté přidáme lák z okurek a trochou vody, přikryjeme pokličkou a dusíme cca 1/2 hodiny na mírném ohni. Občas zamícháme. Syrový oloupaný brambor nastrouháme na struhadle na jemnou kašičku a přidáme do guláše na zahuštění. Přidáme také lžičku sladké papriky na zabarvení. Promícháme a necháme povařit. Pokud je guláš hodně hustý, podle potřeby naředíme vařící vodou. Dosolíme podle chuti. Na talíři posypeme jemně nakrájeným pórkem a podáváme s čerstvým pečivem nebo chlebem.

ngg_shortcode_0_placeholder ngg_shortcode_1_placeholder

Dobrou chuť přeje Tonda OK2WPA

Masové placky

Suroviny:

600 gr mletého masa (polovina hovězí, polovina vepřové), 3 lžíce kokosové moučky, 3 stroužky česneku, 1 lžička drceného koriandru, 1/2 lžičky drcené kurkumy, sůl, 1/4 lžičky mletého zázvoru, 2 vejce, 3 lžíce hladké mouky nebo škrobu, olej na smažení, 1 citrón, 1 ledový salát

Příprava:

Do mísy dame maso a osolíme dle chuti (opatrně). Přidáme drcený česnek, koriandr, kurkumu, zázvor a důkladně promícháme. Přidáme vejce, zasypeme kokosovou moučkou a hladkou moukou. Opět důkladně promícháme. Necháme chvíli odležet.

Ledový salát rozebereme, odstraníme ovadlé listy, vypereme ve vodě a necháme okapat. Salát

rozprostře na talíře a ozdobíme citrónem nakrájeným na kolečka.

Na pánev dáme lžici oleje a rozežřejeme. Masovou hmotu ještě jednou promícháme. Lžící vykrajujeme kousky masové hmoty, které tvarujeme na cca 4-5 cm velké placičky, silné asi 1 cm. Jakmile máme dostatečný počet placiček na pokrytí pánve, dáme je na rozpálenou pánev a pomalu smažíme na jedné straně asi 5 min., poté je obrátíme a smažíme po stejnou dobu. Dobu smažení je třeba upravit podle intenzity smažení. Placičky mají být po obou stranách osmažené do růžova.

Hotové placičky dáme po několika kusech na ledový salát a podáváme. K placičkám přikusujeme ledový salát pokapaný citrónem. Dobrou přílohou je dorůžova osmažená houska.

Dobrou chuť přeje Tonda OK2WPA

Zelná s klobásou

2,5 l hrnec – 8 porcí

Suroviny:

1 větší cibule, 1 kg kysaného zelí, 5 dkg slaniny, 1 nožka domácí klobásy, 4 menší brambory, 2 celé bobkové listy, 6 kuliček nového koření, sůl, celý pepř, kmín, libeček, zázvor, 2 stroužky česneku, koření do polévky, hladká mouka, ½ lžičky pálivé papriky, 1/2 citrónu.

Příprava:

Do síta vloženého do nádoby vysypeme zelí a vymačkáme. Lák slijeme do menší nádoby pro pozdější použití. Vyklopíme zelí ze síta do nádoby a propereme studenou vodou. Scedíme přes síto. Pokud se nám zdá zelí ještě hodně kyselé, opět propereme studenou vodou. Scedíme a necháme okapat. Zelí překrájíme a vložíme do hrnce. Zalijeme vodou a uvedeme do mírného varu. Přidáme bobkové listy a nadrcené kuličky nového koření zabalené do gázy (můžeme také použít sítku na čaj). Přidáme na drobno nakrájený zázvor, nadrcený celý pepř, kmín, libeček, na drobno nakrájený česnek a případně trochu osolíme.

Jakmile je zelí měkké, vyjmeme gázu s kořením a přidáme brambory nakrájené na drobné kostky. Na pánvi osmahneme nakrájenou slaninu a zpěníme na tenké plátky nakrájenou cibuli. Přidáme na kostky

nakrájenou klobásu a osmahneme. Zасыpeme 1,5 - 2 lžícemi hladké mouky a promícháme, aby se mouka nepřipálila. Přilijeme studenou vodu a rozmícháme jíšku, kterou opatrně vlijeme do hrnce se zelím.

Dobře promícháme, ochutnáme a budeme dochucovat. Opatrně přidáváme odlitého láku, až je polévka kyselá dle vaší chuti. Můžeme dosolit solí nebo polévkovým kořením, okyselit citrónem, případně dosladit 1 nebo 2 kostkami cukru. Přidáme pálivou papriku. Dolijeme převařenou vodou, nebo vývarem (zelenina, brambory, maso) a promícháme. Na mírném varu (aby polévka nepřetekla) vaříme cca 15 minut.

Dobrou chuť přeje Tonda OK2WPA

Zeleninová s kvasnicemi

2,5 l hrnec - 8 porcí

Suroviny:

1 větší cibule, 2-3 mrkve, 1/2 celeru, 1-2 petržele, 1 x kvasnice, slunečnicový olej nebo rostlinný tuk, sůl, pepř, libeček, kmín, zázvor, stroužek česneku, koření do polévky, hladká mouka, 1/2 citrónu.

Příprava:

V hrnci rozeřejeme dvě lžíce oleje. Do rozeřátého oleje přidáme na drobno nakrájenou cibuli, mírně osmahneme. Vložíme na malé kousky nakrájenou zeleninu, promícháme. Osolíme, přidáme přiměřeně koření, nastrouhaný zázvor a na tenké plátky nakrájený česnek. Promícháváme, aby se směs nepřipálila. Jakmile je zelenina osmažená, zasypeme moukou (jednu až dvě lžíce), promícháme, necháme osmahnout. Zalijeme vodou (nebo vývarem z brambor, či zeleniny), rozmícháme a uvedeme do varu. Udržujeme v mírném varu cca 15 -20 min. Přidáme rozdrobené kvasnice a důkladně rozmícháme. Přes sítko vymačkáme citron, případně osladíme kostkou cukru, celkově dochutíme. Povaříme 10 min. a odstavíme.

Dobrou chuť přeje Tonda OK2WPA

Fazolová

2,5 l hrnec - 8 porcí

Suroviny:

Slanina, 1 x cibule, 1 x mrkev, 1/4 celeru, 1 x konzerva fazolí (červené fazole ve slaném nálevu, nebo bílé fazole v tomatovém nálevu), 2 dcl rajského protlaku, sůl, pepř, libeček, zázvor, koření do polévky, hladká mouka, 1/2 citrónu.

Příprava:

Nakrájíme slaninu na drobné kostečky a vložíme do rozehřátého hrnce. Vysmahneme a vložíme na malé kousky nakrájenou cibuli, promícháváme. Po chvíli vložíme mrkev a celer nakrájené na drobné kostky. Osolíme, opepříme a promícháváme. Jakmile je zelenina osmažená, zasypeme moukou (jednu až dvě lžíce), promícháme, necháme osmahnout. Zalijeme vodou (nebo vývarem z brambor, či zeleniny) a mícháme, uvedeme do varu. Přidáme rajský protlak, koření do polévky, sůl, fazole a celkově dochutíme, případně osladíme kostkou cukru, dobře promícháme. Přes sítko vymačkáme citron. Povaříme cca 10 min. a odstavíme.

ngg_shortcode_2_placeholder

Dobrou chuť přeje Tonda OK2WPA

Hovězí s palačinkou

2,5 l hrnec - 8 porcí

Suroviny:

3 x stroužek česneku, 1 x kousek čerstvého zázvoru, 1 x cibule, 1 x mrkev, 1 x celer, 1 x pórek, 1 x kostka

masoxu, 20 dkg hovězí přední, 2 x kost špiková, hladká mouka, 4 x lžíce oleje, vejce, 0,5 dcl mléka, sůl, pepř, polévkové koření. Zavářka:

Dva stroužky česneku a oloupaný zázvor nastrouháme na malé kousky. Do hrnku, cca 2,5 dcl, rozklepneme vejce, přidáme trochu mléka, nastrouhaný zázvor s česnekem, sůl, pepř a dvě lžíce hladké mouky. Rozkvedláme a zahustíme moukou, či naředíme mlékem na řídké těsto, obdobné jako pro palačinky, v množství cca 2 dcl. Na rozpálenou pánev nalijeme přiměřeně olej, rozetřeme a uděláme dvě palačinky, dáme vychladnout a nakrájíme na centimetrové pásy, které nakrájíme ještě napříč a dáme na misku.

Polévka:

Do hrnce dáme cca litr vody a uvedeme do varu. Vložíme maso a kost. Osolíme lžičkou soli a pomalu vaříme. Asi po 1/2 hodině přidáme nastrouhanou mrkev, celer, cibuli nakrájenou na tenká kolečka, nastrouhaný zázvor, lžičku soli, trochu mletého pepře a udržujeme na mírném varu. Kontrolujeme, zda je maso měkké. Jakmile je maso měkké, vyjmeme maso i kosti z vývaru. Vývar přecedíme a zeleninu propasírujeme přes sítko do misky. Z masa okrájíme tuk a libové části nakrájíme na malé kousky a vložíme zpět do vývaru. Dochutíme masoxem, či polévkovým kořením, dolijeme převařenou vodou na potřebné množství a uvedeme do varu na několik minut.

Očistíme a opereme pórek a nakrájíme kousek na tenká kolečka. Nakrájíme rovněž na malé kousky zbytek česneku. Vše vložíme do vroucí polévky, uzavřeme pokličkou a odstavíme. Na talíře dáme nakrájenou palačinku a zalijeme horkým vývarem.

Dobrou chuť přeje Tonda OK2WPA

Zeleninová polévka

2,5 l hrnec, 8 porcí

Připravte si:

2 mrkve, 2 petržele, 1/4 celeru, 1 větší cibuli, 2 stonky řapíkatého celeru, 2 plátky čerstvého zázvoru, 2 stroužky čínského česneku (českého stačí jeden), lžičku oleje, 1/5 Hery nebo másla, lžíci hladké mouky,

půlku citrónu, sůl, pepř, kmín, 4 listy čestvé bazalky nebo sušenou, případně chilli. Do kastrólu dáme lžičku oleje. Po zahřátí přidáme drobně nakrájenou cibuli, mícháme a necháme zesklivatět. Přidáme HERU a poté na kostky nakrájenou mrkev, petržel a celer. Stonky řapíkatého celeru podélně rozkrojíme a nakrájíme na tenké plátky a přidáme. Nezapomeneme promíchat. Přidáme lžičku soli. Chvilí podusíme a pak přidáme na jemno nakrájený zázvor a česnek. Přihodíme mletý kmín a pepř dle chuti. Promícháme a zasypeme lžící hladké mouky. Jakmile se mouka rozmíchá se zeleninou, zalijeme litrem studené vody. Můžeme také přidat 1 kostku zeleninového bujónu. Potom opatrně se solí. Polévku za stálého míchání uvedeme do mírného varu. Kdo má rád trochu ostřejší chuť, přidá na špičku nože mleté chilli. Dolejeme vařící vodou asi 2,5 cm pod okraj hrnce a vaříme, až bude zelenina dostatečně měkká. Přidáme na drobno nakrájenou bazalku. Opatrně dosolíme a okyselíme citrónem. Ještě 5 min. necháme na mírném varu (Pozor, ráda utíká). Jestliže vaše snaha dopadla tak, jak je vidět na obrázku, pak můžete konzumovat.

ngg_shortcode_3_placeholder

Dobrou chuť přeje Tonda OK2WPA