

KU ECÍ RYCHLOVKA

Suroviny:

3 ku ecí prsí ka
150 g strouhaného eidamu
1 v tší cibulka
150 g žampion
1 smetana
s l, grilovací ko ení



Postup:

Ku ecí prsa nakrájíme na tenké plátky, rozklepeme, posolíme a posypeme grilovacím ko ením. Sýr nastrouháme, cibulku nakrájíme najemno a žampiony na kostičky - vše promícháme v míse. Do zapékačí misky vrstevíme maso a připravenou směs. Končíme masem, které posypeme lehce strouhaným sýrem. Zalijeme smetanou a necháme v lednici přes noc proležet. Druhý den zapékáme asi 45 minut v troubě.

Po mírném vychládnutí rozkrájíme na kostky a podáváme s vařenými bramborami. Můžeme polít škvárou, která se vypeče z masa a žampionů.

Je to rychlé a výborné jídlo.

CIKÁNSKÁ KU ECÍ MAMKA

Suroviny:

2 ku ecí prsa nakrájená na plátky a rozklepaná
syrové brambory nakrájené na tenké kolečka
2 zakysané smetany + prolisovaný cesnek + grilovací ko ení (rozmícháme v misce)

Postup:

Do zapékačí misky nebo pekáčku vrstevíme ku ecí maso, které poteme smetanou, cesnekem a grilovacím ko ením, opět maso a smetana. Až nahoru naklademe husté brambory nakrájené na kolečka, posolíme a zalijeme zbytkem smetany. Zapékáme v troubě 30-40 minut.

Zkoušela jsem brambory prokládat s masem a taky je to výborné, pouze se to celé musí péct o něco déle, aby se brambory dobře propekly.

PALÍŽSKÝ KU ECÍ ŽÍZEK

Suroviny:

2 ku ecí prsí ka
1 vejce
2 lžíce hladké mouky
1/2 dcl mléka
s l, tuk na smažení

Postup:

Žízky naklepeme a osolíme. V hrníčku si připravíme těstíčko z mouky, vejce a mléka, mírně posolíme. Žízky v těstíčku namočíme a hned pozvolna smažíme dozlatova. Do těstíčka můžeme přidat lisovaný cesnek i grilovací ko ení - žízky budou pikantnější.

Jsou křehké a jemné.

PROVENSÁLSKÉ KUŘECÍ

Suroviny a postup:

Strouhanou mrkev, celer a petržel (podle chuti) dáme na dno pekáčku, přidáme olej a zalijeme hrnkem vody. Na směs zeleniny poklademe naporcované, osolené, opečené a očištěné kousky kuřete (výborná jsou i kuřecí stehýnka). Přidáme 2 rajské protlaky a 1 celý malý ostrý kečup. Posypeme provensálským kořením. Necháme přes noc uležet a na druhý den pečeme asi 1h a 15 min.

KUŘECÍ VŠEHOCHU DO ZAPÉKACÍ MISKY

Suroviny:

2 velké cibule, nakrájené na měsíčky
300 g slovenského točeného, nakrájeného na kostičky
3 kuřecí prsa, nakrájená na kostky
1 sklenička lekárnářského
2 tavené sýry s romadúrem rozmíchat v troše mléka
100 g strouhaného sýra nebo nivy
sůl, Vegeta

Postup:

Všechny nakrájené suroviny smícháme v zapékačce míse, zalijeme rozmíchanými sýry, posypeme strouhanou nivou nebo eidamem (niva je lepší) a pečeme v troubě asi 40-50 min.

Podáváme s těstovinami nebo opékanými bramborami.

ŘÍZKY V SÝROVÉ PEČENICE

Suroviny:

4-8 kusů kuřecích řízků (podle počtu osob)
300 g strouhaného eidamu
1 šlehačka, sůl
těstíčko z vajec, hladké mouky a mléka

Postup:

Maso naklepme, osolíme, obalíme v těstíčku a osmažíme na pánvi, pak naskládáme vedle sebe do pekáčku, posypeme strouhaným sýrem a zalijeme šlehačkou. Dáme zapéct do trouby.

Toto jídlo se výborně hodí, když čekáte více hostů.

ŘÍZKY SE SMETANOU A EPICÍ

Suroviny a postup:

Kuřecí prsíčky (podle počtu strávníků) naklepme, osolíme, opečeme a zprudka osmažíme na pánvi. Naskládáme do vymaštěného pekáčku, zakryjeme kopečkem smetany z bílků a zasypané strouhaným sýrem. V troubě zapečeme.

KU ECÍ TVRTKY NA MORAVANCE

Suroviny :

4 ku ecí tvrtky
2 skleníky Moravanky (nebo jiné, obdobné sterilované zeleninové směsi)
sůl, mletá paprika, grilovací koření, esnek

Postup:

Ku ecí tvrtky okořeníme klasicky - jako pečené kuře (kdo je jak zvyklý). Do pekáče dáme 3 Moravanky i s nálevem a na zeleninu poklademe ku ecí tvrtky. Pečeme asi 1 hod. 10 min.

Naložíme na talířku ku ecí maso, kupku zeleniny a vařenou brambory.

KU ECÍ NUDLI KY NA CELERU

Suroviny :

2 velká ku ecí prsa
1/2 celeru
2 velké cibule
4 stroužky esneku
grilovací koření, sůl



Postup:

Cibulku nakrájíme nadrobno a orestuje na troše oleje, přidáme nahrubo nastrouhaný celer, krátce podusíme a přidáme ku ecí maso nakrájené na jemné nudličky. Posypeme lehce grilovacím kořením a osolíme, pak přidáme lisovaný esnek. Lehce podléváme vodou a dusíme do změknutí. Zaprášíme asi 2 lžícemi polohrubé mouky.

Podáváme s vařenými nebo opékanými bramborami.

KU ECÍ PLÁTEK ZAPEČENÝ SE SÝREM A SLANINOU

Suroviny :

4 ku ecí řízky
200 g nivy
300 g eidamu
300 g anglické slaniny
hořčice, sůl, pepř, alobal



Postup:

Ku ecí řízky nařízeme tak, aby vznikl co největší plátek masa, který lehce naklepeme, posolíme, opečíme a poté mírně hořčí. Zprudka osmahneme na pánvi. Osmahnuté maso přidáme na plátek alobalu, na maso dáme plátek slaniny, poklademe plátky nivy, opět překryjeme plátky anglické slaniny a zasypeme vydatně strouhaným eidamem. Alobal mírně ohneme, aby nevytekla šťáva, ale neuzavěme úplně. Dáme zapéct do trouby na 30-40 min.

Podáváme s vařenými bramborami a zeleninovou oblohou. Příprava je poměrně rychlá a hodí se na slavnostní oběd pro více osob.

RAŽNÍ Í Z TROUBY

Suroviny:

600 g vep ové pleci
nakrájené na kostky
anglická slanina
klobása nakrájená na kole ka
cibule, ervená i zelená paprika
žampiony nakrájené na kousky
s l, pep , ko ení Gyros



Postup:

Všechny suroviny, nakrájené na menší kousky smícháme ve velké míse, osolíme, opep íme a posypeme ko ením na Gyros. Sm s nasypeme v jedné, rovnom rné vrstv na plech, podlijeme šálkem vody a upe eme do r žova.

P íprava je jednoduchá, pohodlná a rychlá - výborn se hodí, když ekáte více strávník . Vep ové maso m žete samoz ejm podle pot eby nahradit masem kr tím i ku ecím a p idat m žete i jiné dobr tky, které b žné dáváte do ražní í.

KOTLETY PE ENÉ NA HLÁVKOVÉM ZELÍ A MRKVI I S P ÍLOHOU

Suroviny:

6 plátk vep ové kotlety
½ hlávky zelí
(nakrájeného na v tší kousky)
400 g mrkve
(nakrájené na v tší kole ka)
2 cibule, esnek
s l, pep
syrové, umyté brambory i se slupkou



Postup:

Na dno vyššího plechu na pe ení dáme nakrájenou mrkev, zelí, cibuli a esnek, promícháme a mírn posolíme. Na zeleninu naklademe naklepané, osolené a opep ené kotlety. Brambory dob e umyjeme a i se slupkou je nakrájíme na m sí ky, poklademe do volných míst mezi masem, posypeme ko ením na americké brambory a osolíme dle chuti. Podlijeme 1 dcl vody a vše najednou pe eme asi 1 h. 30 min. v troub na 180 st. C (délka pe ení závisí na druhu zvoleného masa)

Celý ob d máte hotový najednou (maso, p ílohu i zeleninovou oblohu) a výborn chutná.

Vep ové kotlety lze podle chuti obm nit za ku ecí ízky, plátky vep ové pleci nebo ku ecí tvrtky.

K masu d lám ješt takovou jednoduchou náhražku tataruky. Smíchám 1 zakysanou smetanu light s 1 nadrobno nasekanou cibulkou a 2 strouhanými kyselými okurkami, posolím, opep ím a p idám trošku grilovacího ko ení.

BRAMBORY ZAPEČENÉ S MLETÝM MASEM A LEČEM

Suroviny:

1 kg brambor vařených ve slupce
0,5 kg mletého vepřového masa
1 cibule + 1 lžička mleté papriky
1 zeleninová leč
3 vejce + 2 dcl mléka
100 g strouhaného eidamu



Postup:

Brambory uvařené ve slupce oloupeme a nakrájíme na kostičky. Na pánvi osmahneme cibulku, přidáme mleté maso a se solí a paprikou dusíme 20 min. Pak přidáme leč a vaříme ještě asi 5 min. Ve velké míse smícháme s bramborami a dáme do vymazaného vyššího pekáčku zapéct do trouby. Zapékáme asi 15 min. Pak zalijeme smísenými rozšlehanými vejci v mléce a strouhaným sýrem. Zapékáme dalších 15-20 min.

Pro ještě lepší chuť můžete mléko nahradit smetanou.

Podáváme posypané petrželkou a jako příloha se hodí například rajatový salát.

PLOVDIVSKÉ MASO S HRÁŠKOVOU RÝŽÍ

Suroviny:

500 g vepřové kýty
2 velké cibule
mletá paprika sladká
trošku grilovacího koření
sůl
1 větší rajský protlak
mouka na zahustění



Postup:

Cibuli nakrájíme nadrobno a lehce podusíme na troše oleje. Vepřové maso nakrájíme na nudličky a přidáme k cibuli, osolíme a až začne žloutnout přidáme papriku a grilovací koření (vznikne něco jako základ na guláš) podlijeme vodou a dusíme do změknutí masa (v tlakovém hrnci je to rychlovka - za 15 min. je hotovo). Až maso změkne, přidáme rajský protlak, dobře promícháme a zahustíme trochou mouky, rozmíchané ve vodě a vaříme ještě asi 5 min.

Masíčko je výborné s hráškovou rýží - tu připravíme tak, že vařenou rýži smícháme se sterilovaným hráškem a posypeme strouhaným eidamem. Celé dozdobíme kolečky krájené cibule.

BRAMBORY ZAPEČENÉ SE ZELENINOU V ALOBALU

Suroviny:

1,5 kg syrových brambor nakrájených na drobné kostičky
350 g mražené zeleniny (mrkev, hrášek, kukuřice)
cibule a pár kyselých okurek – vše nakrájené na drobné kostičky
klobása nakrájená také na kostičky
(může a nemusí být pár plátků anglické slaniny rovněž na kostičky)
sůl, pepř, olej, alobal

Postup:

Všechny nadrobno nakrájené suroviny smícháme ve velké míse, osolíme a mírně opepříme. Alobal nastříháme na přibližně 10cm široké kusy, každý uprostřed potříme lehce olejem a klademe porce směsi. Dobře zabalíme a balíčky uložíme na plech. Upečeme v troubě asi na 180-200 st. 35-40 min.

„BRAMBORIZZA“

Suroviny:

4 středně velké brambory
1 menší cibule
1 rajče
1 menší paprika
1 kyselá okurka
1 vejce
strouhaný sýr
provensálské koření, sůl



Postup:

Brambory nastrouháme na hrubším struhadle a vymáčkáme z nich přebytečnou vodu. Dáme smažit hrubší vrstvu brambor na pánvi - posolíme. Převrátíme na druhou stranu - opět posolíme, poklademe salámem, rajčaty, paprikou, nakrájenou kyselou okurkou, cibulí na kolečka a zalijeme rozmíchaným vejcem, přikryjeme poklicí a necháme smažit. Až začne vonět a brambory budou zespodu upečené, zasypeme strouhaným sýrem a dochutíme provensálským kořením. Ještě na chvíli přikryjeme a necháme 1 minutu zapéct sýr. Podáváme s kečupem a tatarskou omáčkou nebo jen tak.

Do pokrmu lze přidat i další suroviny podle toho, co zrovna máte doma (třeba pár koleček salámu atd.). Je to dobrota! Nic mezi bramborákem a pizzou.

BROKOLICE ZAPEČENÉ SE ŽAMPIONY

Suroviny:

200 g brokolice
150 g žampionů
2-3 vejce
50 g strouhaného eidamu
sůl, kmín

Postup:

Brokolici rozebereme na růžičky a chvíli povaříme. Nakrájené žampiony orestujeme na oleji na pánvi. Přidáme nejmenší nakrájenou brokolici, osolíme a okmínujeme. Chvilku dusíme. Zalijeme rozšlehanými vejci, smíchanými se strouhaným sýrem, přikryjeme a necháme chvíli zapéct.

Podáváme samostatně nebo s vařenými bramborami.

BRAMBORY ZAPEČENÉ S KYSELÝ ZELÍM

Suroviny:

brambory uvařené ve slupce, nakrájené na kolečka (asi 1 kg)
1 kysané zelí
300 g anglické slaniny nebo uzeného masa
4 cibule nakrájené na tenká kolečka
smetana
sůl, drcený kmín

Postup:

Do zapékačské misky vrstevně brambory, cibuli, zelí a slaninu až do výšky zapékačské misky. Pokryjeme bramborami, které osolíme a posypeme drceným kmínem. Pak zalijeme smetanou a necháme zapéct v troubě asi 40 min.

JARNÍ POMAZÁNKA S EDKVI A PÓRKEM

Suroviny:

1 pomazánkové máslo
(nebo tvaroh)
2 lžičky Romy
(nebo jiného margarínu)
3 tavené sýry
150 g strouhané edkve
(lehce vymačkejte vodu)
100 g jemně nakrájeného pórků
(světlostínová část)
sůl
paprika mletá
sůl dle chuti



Postup:

Všechny suroviny vymíchejte elektrickým šlehačem. Sojové rohlíky nakrájejte zešikma na širší plátky, natírejte pomazánkou a ozdobte kousky rajčete a kouskem petrželky (plátky rohlíků pak vypadají jako zajíci :o)

RYCHLÝ SALÁT NA CHLEBÍČKY

Suroviny:

400 g dietního salámu (nebo Junioru) nastrouhat
1 velká, nadrobno nakrájená cibule
3 kyselé okurky nastrouhat nebo nakrájet na drobné kostičky
4 lžičky tatarské omáčky

Zálivka:

2 lžičky oleje, octa, cukru, hořčice, keupu
trošku vody
trošku pepře, sladké papriky

Postup:

Všechny suroviny na zálivku lehce svaříme až se spojí a po vychládnutí smícháme se všemi ostatními přísadami.

LANGOŠE I.

Suroviny:

500 g hladké mouky
1 celé vejce
1 sklenka mléka
50 g droždí
4 středně velké, uvařené, nastrouhané brambory
sůl

Postup:

Z uvedených surovin zpracujeme těsto, které necháme 1/2 hod. nakynout. Pak z něj tvarujeme placky o velikosti pánve a smažíme na tuku po obou stranách.

Podáváme s keupem a strouhaným sýrem nebo s keupem a zeleninovou oblohou (sterilovaná paprika, rajčata atd.)

LANGOŠE II. - na delší dobu

Suroviny:

800 g hladké mouky
2 celá vejce
2 kostky droždí
1 zakysaná smetana
2 a 1/2 (3) dcl vody
sůl

Postup:

Zakysanou smetanu smícháme s vodou, droždím vejcem a solí. Tuto směs vlijeme do mouky a klasickým způsobem zpracujeme kynuté těsto. Necháme asi 1 hod. nakynout a můžeme z něj ihned smažit langoše nebo těsto můžeme nechávat v lednici (v míse zabalené v igelitovém sáčku) až 14 dní a usmažit si langoš kdykoli na něj dostaneme chuť :)

Placky smažíme na rozpáleném tuku a podáváme s keupem, strouhaným sýrem a esnekem.

KROKETY I.

Suroviny:

400 g brambor vařených ve slupce (nechat vychládnout a nastrouhat)
1/2 šálku hrubé mouky
100 g strouhaného sýra
sůl

Postup:

Všechny suroviny zpracujeme v těsto a z připravené směsi vypracujeme kulíčky, které obalíme v rozšlehaném vejci a strouhance a usmažíme ve fritéze.

KROKETY II.

Suroviny:

800 g vařených teplých brambor
210 g mouky
10 g soli
30 g krupice
1 vejce

Postup:

Oloupané brambory uvaříme a za horka umákneme nebo nastrouháme. Přidáme krupici, sůl, vejce, podle potřeby mouku. Upravíme krokety, obalíme ve vejci a strouhance a smažíme ve fritéze.

PIZZA - rychlá, z jogurtu

Suroviny:

1 bílý jogurt
1,5 kelímku polohrubé mouky
1/2 prášku do pečiva
1 vejce
špetka soli

Postup:

Všechny suroviny smícháme, dáme na kulatý plech vyložený pečícím papírem a zdobíme surovinami, na které máme zrovna chuť :)

PIZZA - s kypícím práškem

Suroviny:

250 g hladké mouky
1/8 l mléka
50 g másla
1 vejce
1 lžička soli
2 lžičky prášku do pečiva

Postup:

Ze všech surovin zpracujeme těsto, necháme 15 min. odpočinout a můžeme zdobit.

TOPINKY Z TROUBY

Suroviny:

n kolik krajíc staršího chleba
Máslo (nebo margarín)
strouhaný eidam
cibule
mletá paprika



Postup:

Krajíce chleba lehce namažeme máslem, naskládáme na plech, posypeme strouhaným sýrem, najemno nakrájenou cibulkou a posypeme mletou sladkou paprikou. Dáme zapéct do trouby, až topinky zřezou (10-15 min.) a ihned teplé a křupavou kůžkou konzumujeme.

UTOPENCI

Suroviny:

Na nálev:

3 a 1/2 dcl vody
1 (nebo 1 a 1/2) dcl octa
4 kuličky pepře
4 kuličky nového koření
1 bobkový list
1 lili paprika (i feferonka)
sůl



A dále:

750 g točeného salámu
1 malá hlávka strouhaného bílého zelí (nemusí být, ale je to výborné)
4 cibule

Postup:

Připravíme nálev, který krátce povaříme a necháme vychladnout. Točený salám nakrájíme na špalíky, které ještě podélně rozkrojíme napůl a každou polovinu několikrát lehce naizneme (ale nedokrojíme). Cibuli nakrájíme na tenká kolečka a promícháme s nakrouhaným zelím. Do větší lahve střídavě vrstevíme salám a zelí s cibulí, pak zalijeme vychlazeným nálevem i s kořením a necháme v lednici proležet alespoň 3 dny.

HERMELÍNOVÁ POCHOUTKA

Suroviny:

1 hermelín
másl
prášková a erstvá, nadrobno krájená paprika
ho ice, s l, lisovaný esnek

Postup:

Hermelín rozkrojíme podéln . Ob p lky vydlabeme a hmotu smícháme s máslem a ostatními p ísadami dle chuti. Naplníme zp t do „hermelínových místek“, spojíme, zabalíme zp t do p vodního obalu a necháme v lednici ztuhnout.

Krájíme na plátky nebo na trojúhelní ky. Tuto dobr tku m žeme použít jako sou ást obložených mís, talí apod. Pochoutka bude ješt chutn jší, když dno „místek“ ješt p ed napln ním lehce pot ete ho ící a vyložíte šunkou, í jím salámem - fantazii se meze nekladou.

KULI KY Z NIVY

Suroviny:

100 g nivy
80 g másla
1,5 balí ku Lu iny
hrst mletých vlašských o ech
sterilovaná kapie



Postup:

Másl a lu inu ut eme, p idáme strouhanou nivu. Dáme ztuhnout do ledni ky asi na hodinu. Pak tvarujeme kulí ky a obalujeme ve strouhaných o íších, ozdobíme sterilovanou kapií a napícheme na párátko.

Kulí ky se hodí na dozdobení r zných obložených mís nebo samostatn k vínu na slavnostní p íležitosti.

SÝROVÁ ROLÁDA

Suroviny:

300 – 400 g strouhaného eidamu
šunka
pomazánkové máslo
3 tavené sýry
sterilovaná kapie
k en (nebo esnek dle chuti)



Postup:

Nejprve si vytvo íme sm s z pomazánkového másla, tavených sýr , kapie a k enu. Pak p ípravíme plát sýra tak, že eidam nastrouháme na kus alobalu a rozložíme pravideln do tvaru obdélníku, ten í s alobalem dáme na plech a na chvíli do trouby rozehtát, aby se vytvo il jednolitý plát. Ten necháme vychládnout, poklademe na n j šunku a nat eme p ípravenou sm s sýr . Zavineme, zabalíme do fólie a necháme ztuhnout v lednici

P íchu rolády nemusí být pouze k enová, ale í nap íklad esneková. Do sýrového krému m žete p idat suroviny dle vlastní fantazie (nudlí ky salámu, nakrájený hermelín nebo místo kapie mandarínky).