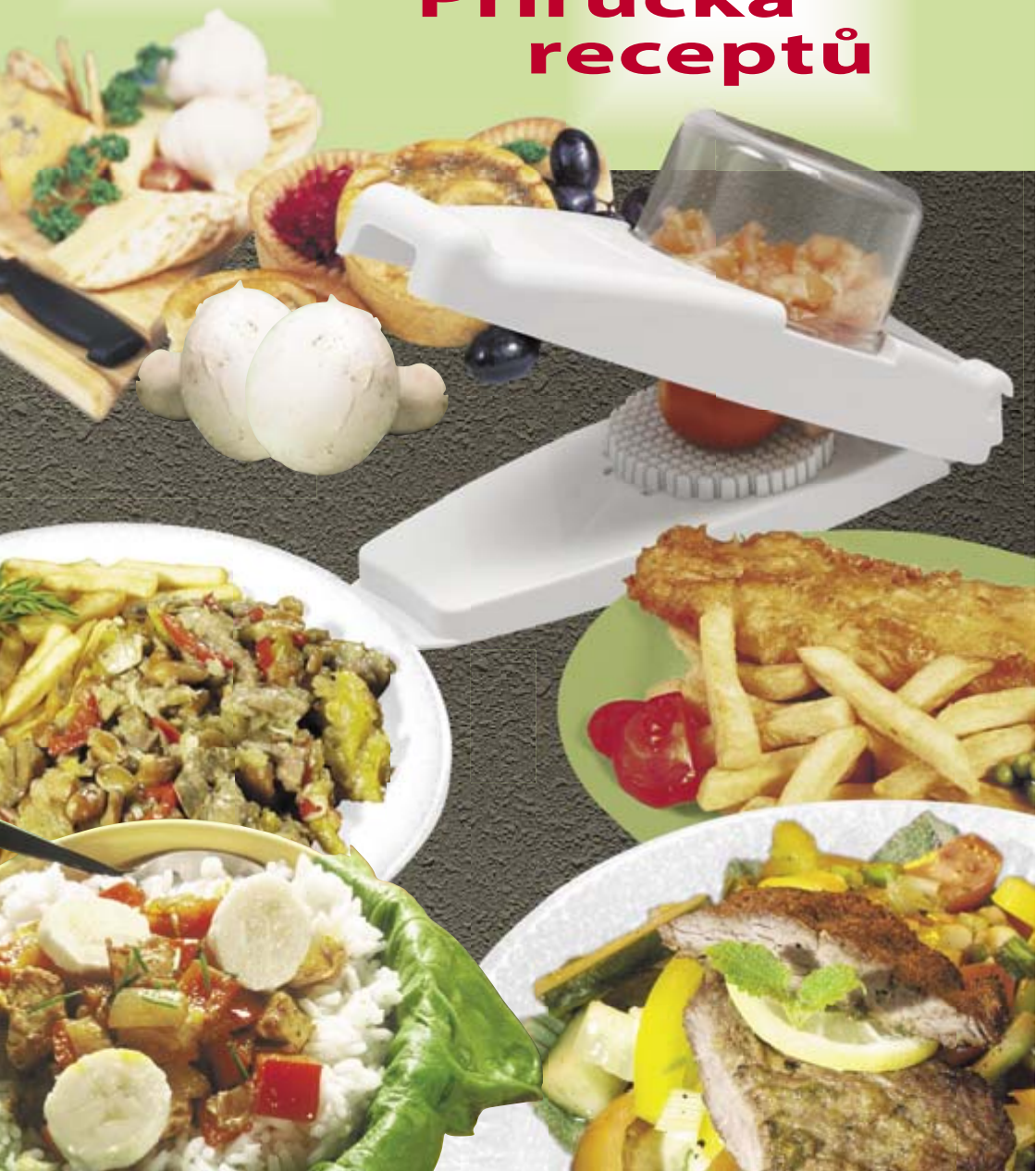


Kráječ
Ovoce & Zeleniny
Příručka
receptů





KRÁJEČ OVOCE A ZELENINY

Návod k použití

Děkujeme Vám za nákup kráječe ovoce a zeleniny.
Prosíme, přečtěte si před prvním použitím tento návod.
Návod uschovejte i pro pozdější nahlédnutí.

Příprava salátů, polévek a zeleninových jídel nikdy nebyla lehčí. Můžete krájet ovoce, zeleninu, sýry, maso, čerstvé bylinky a ještě mnohem více během minuty.

Kráječ obsahuje tyto části:

2 zásobníky s víčkem - malý a velký
2 nožové kráječe - pro krájení malých a velkých kousků
1 krájecí deska

Příprava

Kráječ pracuje nejlépe s menšími nebo středními kusy ovoce a se zeleninou překrojenou na půlky. Doporučujeme, abyste větší kusy rozkrájeli na 3 - 4 části a zajistili si tak nejlepší výsledky krájení.

Měkké potraviny, jako např. rajčata, cibuli atd. rozkrojte nejprve napůl a poté umístěte do kráječe tak, aby byly rozkrojenou stranou směrem vzhůru.

Před prvním použitím kráječ opláchněte. Všechny části mohou být čištěny horkou vodou s čisticími prostředky nebo v myčce nádobí.

Upozornění: Nože jsou ostré, věnujte čištění zvýšenou pozornost!

Před použitím ponořte nože do vody. Mokrý nož krájí rychleji a vy můžete vynaložit menší sílu. Položte jednotlivé části kráječe na rovnou plochu (např. na kuchyňskou desku). Kráječ je opatřen protiskluzovými podložkami pro větší stabilitu.

Umístěte Vámi vybranou nádobu na požadovaný nožový kráječ. Otočte a zafixujte nádobu. Nože s většími odděleními jsou určeny např. pro krájení hranolek. Nože s menšími odděleními pro krájení drobných kousků.

Výměna nožů

Zvedněte vrchní díl s noži, který je připojen k základní krájecí desce pod úhlem 90° a přitáhněte jej. Stlačte a vyjměte ze zajišťovacích kolíků, které jsou umístěny po obou stranách desky. Poté vložte nové nože a znovu zafixujte na zajišťovací kolíky.

Nyní jste připraveni používat kráječ!

Zdvihněte vrchní díl s nádobou. Potravinu, kterou požadujete nakrájet vložte do středu krájecí desky. Sklopte vrchní díl s noži směrem na potravinu.



Jednu ruku dejte na plastovou nádobu a druhou na rovný povrch krájecí desky. Stlačte rovný povrch krájecí desky **jedním rychlým plynulým pohybem**. Nekrájejte postupným a přerušovaným tlakem mohlo by dojít k poškození (vyhnutí) nožů. Potraviny se slupkou, jako např.: rajčata, papriky, jablka a okurky, vkládejte do kráječe vždy slupkou dolů.



Nakrájené kousky se automaticky ukládají do plastové nádoby. Pokud chcete krájet další potraviny, zvedněte vrchní díl kráječe a celý postup opakujte.



Chcete-li vyjmout plastovou nádobu, uchopte celý kráječ (vrchní i spodní část) a otočte vzhůru nohama tak, aby nádoba byla dole (jednotlivé nakrájené části spadnou do nádoby).



Jednou rukou uchopte nádobu a druhou kráječ. Otočte nádobou tak, abyste ji pohodlně vyjmuli z těla kráječe.

Nyní máte nakrájené ovoce nebo zeleninu!



Čištění

Vždy kráječ opláchněte před prvním použitím. Všechny části mohou být čištěny horkou vodou s čisticími prostředky nebo v myčce nádobí.

- 1) Vyjměte plastovou nádobu z kráječe (otočte ji)
- 2) Oddělte vrchní a spodní díl kráječe zvednutím vrchní části do úhlu 90°.
- 3) Uchopte spodní část kráječe tak, aby spodek směřoval vzhůru k Vám. Tlačte 2 černé svorky směrem dovnitř (k sobě), dokud neuslyšíte cvaknutí.
- 4) Otočte zpátky a vmáčkněte palci středové kolo skrz mřížku. Tento krok je důležitý k tomu, abyste vyčistili mřížku i středové kolo na desce. Středové kolo je možné použít i k samotnému čištění nožů.
- 5) Kompletně odstraňte celé středové kolo
- 6) Dejte do myčky na nádobí nebo umyjte horkou vodou s čisticími prostředky.



Pokyny pro používání: Při čištění navytlačujte nože z krájecí desky, vyjímá se pouze středové kolo ze základní desky.

Složení kráječe

- 1) Vložte středové kolo do mřížky ve spodním dílu kráječe. Zajistěte vespodu černými svorkami a celé zkompletujte.
- 2) Stlačte černé svorky dokud neuslyšíte cvaknutí a uzamkněte středové kolo do těla kráječe (je velmi důležité řádně zamknout kolo do kráječe pro bezproblémové používání)
- 3) Otočte spodní díl kráječe zpět a dejte na rovnou plochu. Po stranách kráječe jsou 2 zajišťovací kolíky. To je místo, kde se připojí vrchní díl kráječe.
- 4) Vezměte vrchní díl kráječe a držte jej kolmo na spodní díl. Po stranách vrchního dílu jsou 2 díry. Umístěte díl tak, aby díry pasovaly na zabezpečovací kolíky na spodním dílu a zkompletujte kráječ.
- 5) Kráječ je připraven k použití.

Venkovská snídane

Ingredience:

- 10 středních brambor, oškrábaných a nakrájených na půlky
- 4 menší cibule, oloupané a nakrájené na půlky
- 250 g slaniny, přibližně 8 plátků
- 125 g másla nebo margarínu
- sůl, pepř, čerstvé bylinky
- 4 našlehaná vejce

O smažte slaninu. Vyměte z pánve a nechte okapat olej.

Použijte menší nože a s jejich pomocí nakrájejte brambory a cibuli na menší kousky. Cibuli osmažte na másle, vsypte kousky brambor a osmažte dokud nezezlátnou. Dále přidejte sůl, pepř a čerstvé bylinky. Opatrně vlijte našlehaná vejce na směs brambor a cibule, přidejte slaninu. Povařte 3–4 minuty dokud vejce neutuhnou.

Pečená jablka

Ingredience:

- 2 střední jablka, oloupaná, zbavená jader
- 2 lžičky rozinek
- ¼ lžičky mleté skořice
- ½ šálku jablečného džusu
- 2 lžičky zpracovaných malin
- ¼ šálku obilných granulí

Přehřejte troubu na 180 °C.

Použijte větší nože a nakrájejte jablka. V zapékačím misce smíchejte jablka s rozinkami. Posypte skořicí, poté na směs nalijte jablečný džus. Pečte nezakryté 20–25 minut nebo dokud nejsou jablka měkká. Rozetřete navrch zpracované maliny a posypte obilnými granulami.

Servírujte teplé.

Vaječná omeleta

Ingredience:

- 6 vajec, lehce našlehaných
- 10 dkg šunky
- 1 ½ šálku bílé cibule
- ½ rajčete
- naťová petržel
- ½ středně velké papriky
- 10 dkg tvrdého sýru

Za pomoci větších nožů nakrájejte všechny ingredience s výjimkou vajec a tvrdého sýra.

Do lehce vymazané pánve rozklepněte vejce a smažte dokud směs neutuhne. Ozdobte nakrájenou šunkou, bílou cibulí, rajčetem, nasypte petržel, zelenou papriku a sýr. Přeložte a vytvořte omeletu. Stejný postup opakujte se zbylými ingrediencemi.

Francouzský cibulový koláč

Ingredience:

- 1 lžíce olivového oleje
- 2 šálky červené cibule, oloupané a rozkrojené na poloviny
- ¼ šálku nasekané šalotky
- 2 lžičky cukru
- ¼ šálku nasekané bílé cibule
- 2 lžíce hořčice
- ½ lžičky rozdrčeného tymiánu
- 6 vajec
- ¼ šálku vody
- ¼ lžičky soli
- ¼ lžičky drceného pepře
- 1 šálek nakrájeného tvrdého sýra

Přehřejte troubu na 180 °C.

Použijte malé nože a nakrájejte červenou a bílou cibuli. Odložte.

V pekáči rozehejte olivový olej. Přidejte červenou cibuli, šalotku a cukr. Zahřívejte dokud cibule nezezlátne. Vyjměte cibuli z pekáče a odložte. V menším pekáči smíchejte bílou cibuli s hořčicí a tymiánem. V misce rozšlehejte vejce s vodou, solí a pepřem. Přimíchejte sýr. Celou směs nalijte do připraveného menšího pekáče. Pečte v troubě po dobu 15 minut. Ozdobte zbylých sýrem a směsí červené cibule a šalotky. Nakrájejte na díly.

Zeleninová omeleta

Ingredience:

- 1 malá cibule, oloupaná
- ¼ šálku zelené papriky, zbavené semínek
- 1 lžíce másla
- 1 malá cuketa
- ¾ šálku rajčat
- ¼ lžičky mletého oregána
- 1/8 lžičky pepře
- 4 vejce
- ¼ šálku tatarské omáčky
- ¼ lžičky soli
- ½ šálku nakrájeného sýra

Použijte větší nože. Nakrájejte cibuli, zelenou papriku, cuketu a rajčata. Odložte.

Ve větší pánvi osmažte na másle cibuli a zelenou papriku. Přidejte cuketu, rajčata, oregano a pepř. Počkejte 5–8 minut dokud zelenina nezměkne. Odstavte a udržujte teplé. V misce našlehejte vejce, vodu, tatarskou omáčku a osolte. Směs vlijte na pánev a připravte omelety. Hotové omelety naplňte směsí teplé zeleniny a posypte polovinou nakrájeného sýra. Přeložte omelety a posypte zbylým sýrem.

Zeleninová polévka s kukuřicí

Ingredience:

- 2 velké brambory
- 2 zelené papriky
- 1 cibule
- 2 ¾ šálku kuřecího vývaru
- sůl
- pepř
- ¼ šálku kukuřičného škrobu
- 2 ¼ šálku mléka
- 2 ¼ šálku mražené kukuřice
- nové koření
- olej

Použijte malý nůž a nakrájejte zelenou papriku a cibuli.

Použijte velký nůž a nakrájejte brambory.

Na oleji osmažte cibuli a zelenou papriku. Přidejte kuřecí vývar, brambory, sůl, pepř a nové koření. Přiveďte do varu, poté snižte teplotu a zvolna vařte, dokud brambory nezměkknou. V kastrůlku smíchejte kukuřičný škrob a mléko a míchejte, dokud nebude směs hladká. Postupně za stálého míchání přilévajte do vývaru. Uvedte do varu, přidejte mraženou kukuřici a stále míchejte. Hotovou polévku ihned servírujte. Polévku můžete nazdobit nastrouhaným sýrem nebo šlehačkou.

A-Z zeleninová polévka

Ingredience:

- olivový olej
- zeleninová směs (cuketa, mrkev, celer, cibule, petržel)
- 1 l kuřecího vývaru
- 2 stroužky rozetřeného česneku
- fazolky
- oregáno
- parmezáň

Použijte velký nůž k nakrájení zeleniny.

Na trošce oleje osmažte zeleninu při středním výkonu sporáku. Zeleninu duste cca 10 minut, dokud nezměkne. Polovinu osmažené zeleninové směsi dejte stranou. Kuřecí vývar nalijte do směsi. Přidejte rozetřený česnek a fazolky. Přiveďte do varu, poté snižte teplotu. Přikryjte poklicí a zvolna vařte. Dle chuti dosolte.

Brokolicová polévka

Ingredience:

- 1 ½ šálku brokolice
- ¼ šálku celeru
- ¼ šálku cibule
- 1 šálek kuřecího vývaru
- 2 šálky odstředěného mléka
- 2 lžičky kukuřičného škrobu
- ¼ lžičky soli
- mletý pepř a tymián
- ¼ šálku strouhaného sýra

Použijte malé nože a nakrájejte brokolici, celer a cibuli. Odložte.

Dejte zeleninu do hrnce, zalijte vývarem a přiveďte k varu. Zmírněte teplotu, přikryjte a vařte dokud není zelenina měkká. Smíchejte mléko, kukuřičný škrob, sůl, pepř a tymián – přidejte do polévky. Zamíchejte dokud polévka není jemná. Odstraňte z ohně a přidejte sýr. Míchejte dokud se sýr neroztaví.

Cibulová polévka

Ingredience:

- 8–10 cibulí
- máslo nebo margarín
- hovězí nebo zeleninový vývar
- sůl
- pepř
- bílé víno – 2 čajové lžičky
- francouzský chléb – dle chuti lze osmažit
- sýr

Použijte velký nůž k nakrájení cibule. Rozpusťte máslo nebo margarín a přidejte cibuli. Na středním výkonu osmažte cibuli dozlatova. Do hrnce nalijte vývar. Přidejte pepř, sůl dle chuti. Přiveďte k varu, poté snižte teplotu a vařte 25 minut. Před koncem varu přidejte bílé víno. Polévku rozlijte do misek a ozdobte chlebem a sýrem. Sýr nechte rozpustit.

Hovězí zeleninová polévka

Ingredience:

- 1 kg dušeného hovězího
- ¼ šálku mouky
- 2 lžice oleje
- 4 šálky vody
- 1 lžice worchesteru
- 2 lžičky soli
- 1 lžička česnekové soli
- ¾ lžičky pepře
- ¼ lžičky nového koření
- 2 bobkové listy
- 4 mrkve
- 2 stonky celeru
- 4 menší brambory
- 3 menší cibule
- 2 zelené papriky
- ½ hlávky zelí
- 3 lžice mouky
- 3 lžice vody

Použijte velké nože a nakrájejte mrkev, celer, brambory, cibuli, papriky a zelí. Odložte stranou.

Rozehřejte olej v hrnci. Smíchejte hovězí s ¼ šálku mouky a přidejte do oleje. Vařte dokud maso nezhnědne, příležitostně zamíchejte. Přidejte 4 šálky vody a dalších 6 ingrediencí (koření). Přiveďte k varu. Zmírněte oheň, zakryjte a vařte 2 hodiny dokud maso není měkké. Vyjměte bobkový list. Přidejte další nakrájené ingredience – mrkev, celer, brambory, papriku atd. Přikryjte a znovu mírně vařte dokud zelenina nezměkne.

Ovocný salát

Ingredience:

- ½ l odstopkovaných jahod
- 1 červené jablko bez jádra
- 1 kiwi, oloupané
- ½ žlutého melounu zbaveného slupky
- borůvky
- ½ šálku hroznového vína
- ¼ šálku citrónového džusu
- ¼ lžičky muškátového oříšku
- ¼ šálku skořice
- vanilkový jogurt (nebo jiný dle Vaší chutě)

Použijte větší nože a nakrájejte všechno potřebné ovoce s výjimkou borůvek. Smíchejte ovoce s citrónovým džusem, skořicí a muškátovým oříškem. Dejte vychladit. Navrch přidejte jogurt.

Těstovinový salát

Ingredience:

- ¼ šálku naťové petržele
- 2 lžice oleje
- 2 lžice vinného octa
- 2 lžice vody
- 1–2 stroužky česneku
- 12 lžiček hořčice
- ¼ lžičky soli
- ¼ lžičky pepře
- 1 větší mrkev
- 1 menší vodnice
- 1 menší cuketa
- ½ šálku červené papriky
- ½ šálku hrášku
- balení těstovin
- mozzarella, tvrdý sýr
- hlávkový salát

Použijte malé nože a nakrájejte mrkev, vodnici, cuketu a červenou papriku. Připravte si dressing. V mixéru smíchejte naťovou petržel, olej, vinný ocet, vodu, stroužky česneku, hořčici, sůl a pepř. Přikryjte a namixujte. Do větší pánve dejte těstoviny, přidejte mrkev a 3–4 minuty povařte. Vařte dokud nejsou zelenina a těstoviny měkké. Slijte.

Ve větší salátové míse smíchejte těstoviny s cuketou, paprikou, hráškem, a sýrem. Přidejte dressing. Obložte listy hlávkového salátu.

Rajčatový salát s mozzarelou

Ingredience:

- 8 středně velkých rajčat překrojených na polovinu
- 2 menší cibule (červené nebo bílé)
- 1 balení Mozzarely nakrájené na díly
- sůl, pepř, olivový olej
- vinný ocet
- čerstvá bazalka nebo petržel

Nakrájejte rajčata a mozzarella pomocí větších nožů. Pomocí malých nožů nakrájejte cibuli. Dejte do misky spolu s rajčaty a mozzarellou a přidejte sůl, pepř, olivový olej, dochuťte octem. Ozdobte čerstvou petrželí nebo bazalkou.

Kuřecí salát se špenátem

Ingredience:

- 6 šálků drceného špenátu
- 2 šálky trhaných listů salátu
- 1 střední červená cibule
- 2 červené nebo zelené papriky, nakrájené na poloviny
- kuřecí prsa, vykostěná a zbavená kůže
- ½ lžičky drcené rozmarýny
- ½ lžičky citrónového pepře
- 1 stroužek česneku, nasekaný
- 1 lžice oleje
- 1 lžice balzamikového octa
- 2 lžice vody
- čerstvá rozmarýna

Použijte velké nože a nakrájejte papriky. Vyměňte za menší nože a s jejich pomocí nasekejte cibuli. Odložte stranou.

Ve větší salátové míse smíchejte špenát, hlávkový salát, červenou cibuli a papriky. Přikryjte a nechte 2 hod odležet.

Nakrájejte kuře na nudličky, poházejte rozmarýnou a posypte pepřem. Použijte větší pánev a nechte osmahnout kuře s česnekem dokud kuře není měkké. Vyměňte z pánve a přidejte kuře do připraveného salátu.

Dressing: Smíchejte vodu s balzamikovým octem a směsí polijte salát. Jemně zamíchejte. Servírujte na listech salátu ozdobené rozmarýnou.

Kuřecí salát

Ingredience:

- 2 šálky vařených kuřecích prsou
- 2 stonky celeru
- 3 zelené cibule
- ½ šálku zelených hroznů
- ½ šálku červených hroznů
- 1 šálek majonézy
- sekané ořechy

Použijte velké nože a nakrájejte kuřecí prsa a celer. Vyměňte za malé nože a nakrájejte cibuli a hrozny. Smíchejte všechny ingredience a posypte sekanými ořechy. Servírujte na listech zelného salátu nebo s chlebem.

Salát s houbami a vejcem

Ingredience:

- 2 vařená vejce
- 1 ½ hlávky salátu, omytého a osušeného
- 1 šálek celeru
- 1 šálek zelené papriky
- 1 šálek bílé cibule

- 2 šálky čerstvých hub
- 2 šálky hrášku
- 2 lžice nakrájené slaniny
- 2 lžice parmazánu
- 2 šálky majonézy
- 2 lžice hnědého cukru
- ½ lžičky česnekového prášku
- ½ lžičky kari prášku

Použijte větší nože a nakrájejte salát, celer, zelenou papriku, cibuli a houby. Nechte odležet.

Navrstvěte ½ salátu na spodek větší salátové mísy. Posypte celerem, paprikou, cibulí, houbami, hráškem a vejci. Navrch dejte zbylý salát.

Připravte dressing smícháním majonézy, hnědého cukru, česnekového a kari prášku. Rozprostřete navrch salátu, posypte nakrájenou slaninou a parmazánem. Před podáváním vychladte.

Vrstvený salát

Ingredience:

- 1 balení fazolí
- 4 šálky trhaného hlávkového salátu
- 1 střední rajče
- 1 ½ šálku nakrájeného tvrdého sýra
- ¼ šálku vypeckovaných oliv
- ¼ šálku bílé cibule
- avokádo
- chilli papričky
- ½ šálku kysané smetany
- 1 lžice mléka
- 1 stroužek česneku
- ½ lžičky chilli
- 1 malé rajče
- 2 natrhané tortilly

Použijte velké nože a nakrájejte salát a rajčata. Vyměňte za malé nože a pokrájejte olivy, cibuli a česnek. V salátové misce navrstvěte fazole, salát, rajčata, sýr, olivy a cibuli.

Dressing připravte v oddělené misce smícháním avokáda, kysané smetany, chilli papriček, mléka, česneku a chilli koření. Nalijte na vrch salátu. Posypte nakrájenými rajčaty. Přikryjte a nechte nejméně 2hod odležet. Před podáváním promíchejte salát a servírujte spolu s natrhanou tortillou.

Salát s jablky a ořechy

Ingredience:

- 2 střední jablka (2 šálky)
- 1 ½ lžičky citrónového džusu
- ¼ šálku rozinek
- ¼ šálku zelených hroznů
- 2 lžice celeru
- ¼ šálku majonézy light nebo salátového dressingu
- ¼ šálku netučného jogurtu
- listy hlávkového salátu
- 1 lžice sekaných ořechů

Použijte větší nože a nakrájejte jablka a celer. Pomocí malých nožů pak nakrájejte ořechy. Ve střed-

ní salátové misce smíchejte dohromady jablka s citrónovým džusem. Posypte rozinkami, hrozny a celerem. Připravte dressing – v malé misce smíchejte majonézu nebo salátový dressing s jogurtem. Dressing nalijte na směs jablek. Přikryjte a nechte 2–24 hod odležet. Servírujte na listech hlávkového salátu, ozdobte sekanými ořechy.

24-hodinový salát

Ingredience:

- hlávkový salát
- ½ šálku zeleného hrášku
- ½ šálku celeru
- ½ šálku červené cibule
- ½ šálku mrkve
- 2 vařená vejce
- ½ šálku hub
- ½ zelené papriky
- 6 plátků slaniny
- 1 ½ šálku majonézy
- 1 lžice cukru
- 2 šálky nakrájeného tvrdého sýra

Pomocí velkých nožů nakrájejte salát, zelenou papriku, cibuli, celer, mrkev a houby. Nechte odležet.

Zlehka osmažte slaninu. V salátové misce navrstvěte hlávkový salát, hrášek, mrkev, papriku, červenou cibuli, houby, celer a vajíčka. V menší misce smíchejte majonézu s cukrem a nakrájeným sýrem. Směsí pokryjte salát. Nakrájejte slaninu na kousky a posypte jí salát.

Přikryjte a nechte 8–12 hod chladit před podáváním.

Bageta s rajčatovou směsí

Ingredience:

- 3–4 rajčata, nakrájená na poloviny
- ½ šálku čerstvé bazalky
- 1 lžice olivového oleje
- 2 lžičky nasekaného česneku
- ¼ lžičky soli
- ¼ lžičky čerstvě namletého pepře
- ¼ šálku másla
- 1 lžice nasekaného česneku
- 1/8 lžičky soli
- 1/8 lžičky černého pepře
- francouzská bageta
- ½ šálku parmazánu

Ozdoba: nakrájejte rajčata pomocí malých nožů. Ve střední misce smíchejte rajčata s bazalkou, přidejte olivový olej, 2 lžičky česneku, sůl a nechte odležet.

Česnekové máslo: v malé misce smíchejte máslo s lžící česneku, solí a pepřem. Rovnoměrně rozetřete máslo na jednu stranu bagety. Vložte do trouby a nechte 2 minuty rozpéct. Poté potřete směsí rajčat a bazalky a posypte parmazánem. Pečte další 3–4 minuty, ihned podávejte.

Krabí nachos

Ingredience:

- 1 balení krabích tyčinek
- 3 bílé cibule
- ½ červené papriky
- 1 avokádo
- 1 limetka
- 1 lžička chilli
- 1 lžička kmínu
- 10 dkg tvrdého sýra
- 1 balení Nachos
- 1 zakysaná smetana

Přehřejte troubu na 180 °C.

Pomocí velkých nožů nakrájejte krabí tyčinky, cibuli, červenou papriku a avokádo. Smíchejte avokádo s 1 lžící šťávy z limetky a nechte odležet. Zbylou limetku smíchejte s ostatními nakrájenými ingrediencemi s výjimkou avokáda. Naaranžujte Nachos v menší vrstvě na plech. Navrch překryjte vrstvou připravené směsi a pečte 8–10 minut, dokud se sýr neroztaví. Sundejte z ohně, ozdobte avokádem.

Servírujte okamžitě se zakysanou smetanou.

Omáčka z čerstvých rajčat

Ingredience:

- 0,5 kg rajčat
- ¼ šálku červené cibule
- ½ šálku červené papriky
- ½ šálku zelené papriky
- ½ šálku žluté papriky
- ¼ šálku italského dressingu
- ¼ lžičky soli

pikantní omáčka
Tortilla chipsy

Použijte malé nože a nakrájejte rajčata, červenou cibuli, papriky. V míse smíchejte s dressingem, solí a pikantní omáčkou. Podávejte ihned s tortilla chipsy.

Omáčka z manga a papayi

Ingredience:

1 mango, oloupané, zbavené pecek
1 oloupaná papaya
1 velké rajče
1 šálek cibule
¼ šálku čerstvého citrónového džusu
1 lžice medu
3 stroužky česneku, nadcrceného
¼ lžičky černého pepře
kmín
sůl na dochucení

Použijte větší nože a nakrájejte mango, papayu, rajče. Vyměňte za menší nože a s jejich pomocí nakrájejte cibuli. Nechte odležet.

Směs smíchejte s citrónovým džusem, medem, česnekem, kmínem, pepřem a dochutěte solí.

Zeleninová pizza

Ingredience:

1 balení listového těsta nebo korpus na pizzu
1 zakysaná smetana
1–2 lžice křenu
¼ lžičky soli
1/8 lžičky pepře
2 šálky čerstvých hub
1 šálek rajčat
1 šálek brokolice
½ šálku zelené papriky
½ šálku cibule
(dále jakákoli zelenina, kterou máte rádi)

Předehřejte troubu na 180 °C.

Pomocí malých nožů nakrájejte zeleninu. Nechte odležet v lednici. Rozprostřete těsto na plech a nechte 2 cm okraj. Pečte 14–19 minut nebo dokud těsto nezžhnědne. Nechte zchladnout. Smíchejte zakysanou smetanu, křen, sůl a pepř a vytvořte jemnou směs. Směsí potřete upečené těsto. Posypte směsí zeleniny. Nakrájejte na díly a podávejte.

Cuketová pánev

Ingredience:

- 8 šálků cukety
- 1 červená paprika
- 1 šálek kukuřičných lupínků
- 1 šálek tvrdého sýra
- ½ šálku olivového oleje
- 1 lžička bazalky
- 2 míchaná vejce
- sůl a pepř na dochucení

Přehřejte troubu na 180 °C.

Použijte malé nože a nakrájejte cuketu a červenou papriku. Odložte stranou.

Lehce vymažte pečící pánev. Ve větší misce smíchejte cuketu, papriku, kukuřičné lupínky, sýr, olej, bazalku a vejce. Dochutěte solí a pepřem. Nasypte do připravené pánve. Pečte 45 minut, poté servírujte.

Sýrovo-bramborová pánev

Ingredience:

- 3 větší brambory
- 1 šálek kuřecího vývaru
- 1 větší cibule
- ¼ šálku másla nebo margarínu
- 1 zakysaná smetana
- 1 krémová houbová polévka
- 1 krémová kuřecí polévka
- 2 šálky nakrájeného tvrdého sýra
- ½ lžičky černého pepře

Přehřejte troubu na 180 °C.

Použijte velké nože a nakrájejte brambory. Vyměňte za menší ostří a nakrájejte cibuli. Odložte stranou. Ve středním nebo větším hrnci roztavte máslo. Přidejte cibuli a zvolna osmažte. V míse smíchejte brambory, zakysanou smetanu, polévky, 1 šálek sýru a pepř. Směs nasypte do připraveného hrnce a pečte v troubě 50 minut. V polovině pečení promíchejte. Ozdobte zbylým sýrem a pečte ještě 5 minut dokud se sýr neroztaví. Před podáváním nechte 15 minut odstát.

Letní pánev

Ingredience:

- 0,5 kg cukety
- 1 šálek cibule
- 1 krémová kuřecí polévka
- 1 šálek zakysané smetany
- 1 šálek mrkve
- 1 plátek másla

Přehřejte troubu na 180 °C.

Použijte velké nože a nakrájejte cuketu, cibuli a mrkev. Ve střední misce smíchejte polévku, zakysanou smetanu a mrkev. Vmíchejte do směsi cukety a cibule. Připravenou pánev vymažte máslem a pokryjte směsí. Pečte 25–30 minut, poté podávejte.

Americký bramborový salát

Ingredience:

- 2,5 kg brambor
- 12 vařených vajec, oddělte žloutek od bílku
- 1 malá červená cibule
- 5 listů celeru
- ¼ šálku zelených oliv
- 2 šálky majonézy
- 2 lžíce hořčice
- ¼ šálku protlaku
- 1 ½ lžičky soli
- ¾ lžičky pepře
- čerstvý kopr

Pomocí velkých nožů nakrájejte brambory. Vyměňte za menší ostří a nakrájejte vaječné bílky, cibuli, celer, olivy. Nechte odležet. Vařte brambory ve vroucí vodě dokud nezměkknou, sceďte a nechte vyhladnout. Rozmačkejte vaječné žloutky vidličkou. Smíchejte s majonézou, hořčicí, protlakem, solí a pepřem. Míchejte dokud není směs hladká. Ve velké míse vše smíchejte s vařenými brambory a ozdobte čerstvým koprem.

Cuketové soté

Ingredience:

- 1 lžíce oleje
- 1 cibule
- 2 rajčata
- 1 kg cukety
- 1 zelená paprika
- sůl a pepř na dochucení
- ¼ šálku nevařené rýže
- ½ šálku vody

Použijte velké nože a nakrájejte cibuli, zelenou papriku a cuketu. Rozehřejte olej na pánvi, přidejte cibuli a za stálé míchání nechte zesklovatět. Dále vsypte rajčata, cuketu a zelenou papriku, promíchejte. Dle chuti přidejte sůl a pepř. Snižte teplotu, přiklopte a nechte 5 minut dusit. Vmíchejte rýži a vodu. Znovu přiklopte a nechte 20 minut vařit.

Dýňová pánev

Ingredience:

- 2 střední dýně
- 2 větší cukety
- 1 cibule
- 3 rajčata
- 2 šálky strouhaného sýra
- ½ šálku másla
- sůl a pepř na dochucení

Přehřejte troubu na 180 °C.

Pomocí větších nožů nakrájejte dýni a cuketu, poté cibuli a rajčata. Vymažte připravenou pánev nebo plech slabou vrstvou másla. Poté navrstvěte směs cukety, dýně, cibule a rajčat. Posypte strouhaným sýrem. Mezi každou vrstvou dejte máslo a posypte solí a pepřem. Opakujte celý postup dokud není pánev plná. Pečte 20–30 minut nebo do doby než je zelenina měkká.

Italský biftek na pepři

Ingredience:

- 6 hovězích steaků
- ½ šálku vody
- 2 lžíce suchého bílého vína nebo vody
- 2 lžičky kukuřičného škrobu
- 2 lžičky instantního hovězího bujónu
- ½ lžičky drceného italského koření
- ½ lžičky pepře
- 1 lžíce oleje
- 2 stroužky česneku, drcené
- ½ šálku hub
- 1 větší žlutá, zelená nebo červená paprika, nakrájená na polovinu
- 1 menší cibule, nakrájená na polovinu
- 1 střední rajče (¾ šálku)
- 2 šálky horkých špenátových těstovin
parmazán na posypání

Použijte velké nože a nakrájejte papriku, rajče a houby. Pomocí malých nožů poté nasekejte cibuli. Odložte stranou. Hovězí steaky nechte chvíli zmrznout (30 min) a poté nakrájejte na proužky.

Omáčka:

V malé misce smíchejte vodu, bílé víno, kukuřičný škrob, bujón, italské koření a 1/8 lžičky pepře. Nechte odležet. Ve větší pánvi rozehejte olej. Na oleji zpražte česnek. Přidejte papriku a cibuli, zpražte po dobu 1 minuty. Dále přidejte houby a nechte dusit dokud zelenina a houby nezměknou. Vyjměte zeleninu z pánve. Na rozpálený olej vložte hovězí maso. Zprudka opečte po dobu 2–3 minut. Soustřeďte maso do středu pánve. Vmíchejte omáčku. Poté přidejte směs zeleniny, hub, nakrájené rajče. Smíchejte vše dohromady. Přiklopte a nechte 1 minutu dusit. Servírujte s vařenými těstovinami, posypejte parmazánem.

Německý hovězí guláš (Cikánský guláš)

Ingredience:

- 3 polévkové lžíce olivového oleje
- ½ kg dušeného nebo mletého hovězího masa
- sůl, pepř
- 4–5 ks cibule, oloupané a nakrájené na polovinu
- 1 čajová lžička papriky
- 4 ¼ šálku vody
- 1 červená paprika, očištěná a nakrájená na polovinu
- 1 zelená paprika, očištěná a nakrájená na polovinu
- 1 žlutá paprika, očištěná a nakrájená na polovinu
- 2/3 šálku červeného vína
- 2/3 šálku vody
- 2 chilli papriky, očištěné
- 1–2 polévkové lžíce kukuřičného škrobu
- čerstvá petržel /není povinné/

Do pánve nalijte olivový olej a rozehejte na mírném ohni. Přidejte hovězí maso, sůl a pepř dle chuti. Nakrájejte cibuli a přidejte ji k masu. Směs míchejte na ohni dokud cibule nezměkne. Přimíchejte papriku. Přidejte vodu, zamíchejte a přikryjte. Za občasného míchání zvolna vařte přibližně 1 hodinu. Pokud je nutné, dolijte vodou. Nakrájejte papriku a přidejte do směsi. Dále přidejte červené víno a vodu. Nakrájejte chilli papriky a zamíchejte do guláše. Přikryjte a nechte zvolna vařit asi 1 hodinu. V případě potřeby přidejte vodu. Po hodině dodejte kukuřičný škrob a guláš přiveďte k varu. Ozdobte petrželí a můžete podávat.

Ovocný koláč

Ingredience:

- 1 balení listového těsta
- 1 měkký tvaroh
- ¼ šálku cukru
- ½ lžičky vanilky
- míchané ovoce: kiwi, jahody, borůvky, meloun, nektarinky, hroznové víno, banány, mandarinky
- 1 lžice vody

Předehřejte troubu na 180 °C.

Použijte velký nůž na nakrájení jahod, melounu, nektarinek, banánů. Oloupejte kiwi a nakrájejte. Kuličky hroznového vína nakrájejte na poloviny.

Připravený plech potřete olejem a rozmístěte rovnoměrně těsto. Pečte 14 min, poté nechte vychladnout. Vyklopte na talíř. Našlehejte tvaroh spolu s cukrem a vanilkou. Potřete touto směsí těsto. Poté naaranžujte ovoce. Dejte na 2 hodiny do lednice. Rozkrájejte a servírujte.

Pečená jablka

Ingredience:

- 6 velkých pečených jablek, oloupané a bez jader
- ½ šálku pomerančového džusu
- ½ šálku cukru
- ½ lžičky skořice
- ¾ šálku mouky, ¼ lžičky soli
- 3 lžice másla, vanilková zmrzlina

Předehřejte troubu na 180 °C. Vymažte tukem.

Pomocí velkých nožů nakrájejte jablka. Rozprostřete na plech. Pokapejte pomerančovým džusem. Ve střední misce smíchejte cukr, skořici a nasypete na jablka. Ve stejné misce smíchejte druhou část cukru s moukou, solí a máslem a vytvořte drobenku. Posypte touto směsí jablka. Pečte 40–45 minut nebo do té doby než je drobenka zlatavá a jablka měkká. Podávejte teplé s vanilkovou zmrzlinou.

Jablečný štrúdl

Ingredience:

Předehřejte troubu na 180 °C. Připravte vhodný plech.

Těsto:

- 4 šálky mouky
- 1 lžička soli
- ¾ šálku oleje
- 2 lžičky octa
- 1 ¾ šálku teplé vody

Náplň:

- 22 šálků jablek
- 7 lžic citrónového džusu
- 4 lžice oleje
- ¾ šálku cukru
- 15 lžic másla
- 4 lžice skořice
- moučkový cukr
- voda

Těsto:

- Prosejte mouku do misky. Přidejte sůl, olej, ocet a teplou vodu. Hnětete těsto dokud není směs hladká. Vypláchněte hrnec teplou vodou a vysušte. Vložte těsto do teplého hrnce a nechte 1 hodinu odležet. Přikryjte napařenou utěrkou.

Náplň:

- Oloupejte jablka a odstraňte jádra. Pomocí velkých nožů je nakrájejte. Poté dejte do větší misky a pokropte citrónovým džusem. Po hodině

vyjměte těsto z hrnce a rozdělte ho na 4 stejné části – 3 z nich dejte zpět do hrnce a přiklopte. Vezměte 1 část těsta. Pracovní plochu si posypte moukou. Vyválejte těsto do obdélníku a potřete olejem. Rozprostřete přibližně 5 ½ šálku jablek na těsto a posypte směsí ze 3 lžic cukru a 1 lžice skořice. Navrch náhodně rozmístěte 4 lžice másla. Srolujte a vytvořte závin. 2 záviny mohou být umístěny na 1 plech. Celý postup opakujte s dalšími díly těsta. Pečte 55–60 minut. Potřete závin olejem.

Tip: Pro úsporu času můžete použít kupované těsto.