

HRÁŠKOVÝ KRÉM S PARMEZÁNEM

Jednoduchá klasika. Klasický recept. I kdybyste se snažili, tak tenhle recept nelze pokazit. Foolproof.

Ingredience:

350g mladého hrášku (může být i mražený)
625ml vody nebo ideálně vývaru (nesoleného – pokud máte solený, upravte množství soli v receptu)
1 větší cibule
přepuštěné máslo ghee
1/2 lžičky soli
pepř
parmezán

Jak na to:

1. Na kostičky nakrájenou cibuli nechte na másle zesklovatět. Zalijte vodou nebo vývarem.
 2. Přidejte hrášek, sůl a pepř. Povařte 5min.
 3. Rozmixujte dohladka.
 4. Pokud chcete, přidejte do krému ještě trochu hrášku, při jídle bude pěkně křupat a dodá polévce další strukturu.
 5. Servírujte s hoblinami parmezánu.
-

AUTENTICKÁ PHO GÀ

Jak už víte, na Vietnamu si taky ulítáváme, takže tady je úžasný recept na autentickou kuřecí polévku Pho Ga.

Ingredience:

Na vývar:

1,5 kg kuřecích čtvrtek nebo horních stehen
1 jarní cibulka
1 cibule
2x 5cm dlouhý plátek zázvoru
4 litry vody
1 lžíce soli
1/2 lžíce cukru

Koření do vývaru (přidejte 30min před koncem)

2-3 hvězdičky badyánu
1 skořice celá
6 kořínků koriandru
2x 5cm dlouhý plátek zázvoru
3 šalotky

To vše opečte přímo na plotně nebo otevřeném plameni, místy až dočerna. Pak opláchněte vodou a seškrábejte nožem ty nejčernější místa. Tento krok zaručí, že bude polévka krásně voňavá a výrazná.

Nakonec:

450g plochých rýžových nudlí Pho
500g bambusových výhonků (spařených v horké vodě)
čerstvý koriandr
asijská bazalka
asijská bylinka [máčka smrdutá](#) (nazývá se také koriandr mexický/koriandr pilovitý/VN název *Rau mùi tầu/Rau ngò gai*)
jarní cibulka (nakrájená na tenká kolečka)
červená cibule (nakrájená na tenká kolečka a namočená do studené vody, aby se odstranila její štiplavost)

Pozn.: Pokud neseženete asijskou bazalku ani máčku, nezoufejte, bez nich to jde taky, ale určitě to s nimi stojí za to, takže kdykoliv budete mít možnost a půjdete kolem nějakého asijského shopu, hned si je tam na příště ulovte. Můžete si je také nasekat a zamrazit, čerstvé bylinky jsou sice čerstvé bylinky a hlavně krásně vypadají, ale abyste nemuseli pokaždé běhat na druhý konec města, jde to eventuelně i takto.

Volitelné:

chilli/sriracha omáčka

limetka/citron

naložený česnek v octu

Postup:

1. Kuře vložte do vody, přiveďte k varu. Poté snižte teplotu ať vývar jen pobublává a důkladně odstraňte vzniklou pěnu napovrchu. Přidejte sůl, cukr, zázvor, jarní cibulku a oloupanou celou cibuli. Vařte cca 1h.

2. Nyní přidejte opečený zázvor, badyán, skořici, kořínky koriandru a šalotky (vložte je do většího čajového sáčku nebo uzavřete v plátýnku, aby zůstalo vše pohromadě a nemuseli jste všechno na konci z polévky lovit) a vařte dalších 30min.

3. Mezitím si uvařte rýžové nudle podle návodu na obalu a výhonky spařte ve vařící vodě. Nudle uvařte trošičku tvrdší, jelikož pak v horkém vývaru ještě lehce změknou.

4. Kuře a veškeré koření z vývaru vyndejte, kuře vykostěte a maso natrhejte na kousíčky. Vývar popřípadě dochuťte solí.

5. A servírujte do mísy – nudle, natrhané maso, bylinky, jarní cibulku, výhonky, červenou cibuli a bohatě zalijte vroucím vývarem. Každý si pak může u stolu dochutit chilli nebo sriracha omáčkou, limetkou nebo citronem a v octu naloženým česnekem.

KRÉM Z GRILOVANÉ PAPRIKY A KVĚTÁKU

Jsem milovníkem grilované papriky a po delší době jsem se rozhodla opět udělat nějakou tu polévku/krém. Léto plné návštěv a grilovaček, kdy se hlavně sejdete s přáteli a s jídlem se tak nějak všem přizpůsobíte, přece jen přineslo i o něco míň lehčí pocit. A proto se opět zaměřuji více na zeleninu. Dnes polévku. A tahle není jen tak nějaká!

Ingredience:

4 červené papriky
1 květák
1 cibule
3 stroužky česneku
1l vývaru
lžička tymiánu
lžička uzené papriky
sůl, pepř

Postup:

1. Papriky omyjte, očistěte od jader, rozpůlte a vložte na plech slupkou nahoru. Pečte/grilujte na 250°C dokud na slupce nezačnou černat.
2. Mezitím si květák rozdělte na menší růžičky.
3. Papriky vyndejte z trouby a uzavřete do nádoby s víkem – papriky se zapaří a slupka pak půjde lehce sundat.

4. Na plech vyložte růžičky květáku a dejte také péct. Květáku to trvá cca 20min než začne být místy černý.
 5. Sundejte z paprik slupku (nebo jen ty černé části) a tak samo květák zbavte nejčernějších míst.
 6. V kastrolu si osmahněte najemno nakrájenou cibulku a česnek, přisypte koření, vývar a vložte zeleninu. Vařte cca 10min úplně doměkka, až půjde zelenina dobře umixovat.
 7. Tyčovým mixérem polévku umixujte dohladka. Dosolte, dopepřete a tím je hotovo.
-

PETRŽELOVÝ KRÉM

Nevíte někdy, co lehčího k večeři? Už dlouho si říkám, že budu pravidelně vařit polívky a krémy...zatím se mi to moc nedaří, ale pár skvělých a rychlých tipů už mám :) Tady je jeden z nich, dostane vás svou vyjímečnou chutí.

Ingredience:

450g petržele (kořen)
1 velká cibule
2 stroužky česneku
150ml bílého vína
750ml vývaru (dle vlastního výběru)
150ml smetany ke šlehání
svazek čersvých petrželkových listů
máslo (nejlépe přepuštěné – ghí)

Postup:

1. Na másle osmahněte cibulku a po chvílce k ní přidejte i očištěné, oloupané a nakrájené na plátky kořeny petržele. Chvíli restujte, ale ne dohněda(!)
2. Přidejte vývar, víno a nastrouhaný česnek. Povařte pod pokličkou cca 20min dokud není petržel měkká.

3. Rozmixujte tyčovým mixérem dohladka, vmíchejte smetanu.
4. 1/3 krému si odlejte stranou, přidejte zelenou petrželku a opět rozmixujte.
5. Při podávání nejprve nalijte bílou část krému a navrch pak zelenou.

Tip: Ke krému si na pánvi orestujte lišky (pouze se solí a pepřem) a posypte parmezánem.

VEGANSKÁ / VEGETARIÁNSKÁ ZELŇAČKA

Když kamarádka udělala mix v pánvi „co dům dal“ a mě absolutně znejistila vůně a chuť přidané uzené klobásy (kterou by jako vegetariánka ani nevzala do ruky), věděla jsem, že jsem se v tu chvíli objevila první rostlinnou uzeninu, která mi opravdu chutnala a perfektně nahrazovala vůni i chuť paprikové klobásy. Netrvalo dlouho a rozhodla jsem se z ní udělat naši tradiční zelňačku, a ne malý, ale rovnou velký kotel pro „celou rodinu“.

Ingredience:

2 větší cibule
1kg brambor
150g Salve Natura – Uzená
sladká červená paprika
bobkový list
nové koření
celý pepř
kmín
sůl
mletý pepř



2 lžíce mouky

a pro vegetariány – zakysaná smetana

Nejprve si připravte kysané zelí – překrájejte ho a dejte asi na 30min vařit společně s novým kořením, celým pepřem, bobkovým listem a kmínem. V kastrolu si pak orestujte na kostičky nakrájenou cibuli, přidejte na jemné malé kostičko-plátky nakrájenou uzeninu (na větších a tlustších kusech je stále přecejn poznat neautentická konzistence a není úplně příjemná) , opět restujte, přidejte sladkou červenou papriku a zasypte moukou. Směs chvíli restujte, pak přidejte na kostičky nakrájené brambory a zalijte 1,5l horké vody. Polévku dobře zamíchejte a nechte chvíli vařit. Asi po 5 minutách do polévky přidejte zelí i se vším kořením v něm, zamíchejte a vařte dokud nejsou brambory měkké. Do vegetariánské verze nakonec přidejte do každého talíře malou lžičku zakysané smetany.