Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Strouhaný koláč

Suroviny: Těsto: 250 g másla, 400 g hladké mouky, 4 lžíce kakaa, 1ks žloutku, 2 lžíce mléka.

Náplň: 1 kg polotučného tvarohu, 200 g moučkového cukru cukr, 1ks žloutku.

Postup: Máslo smícháme s moukou, kakaem a žloutkem. Podle potřeby přidáme mléko. Vypracované těsto rozdělíme na dvě poloviny a zabalíme do fólie. Těsto uložíme na hodinu do lednice. Mezitím ušleháme sníh z bílků a smícháme ho s tvarohem, cukrem a žloutkem. Polovinu ztuhlého těsta nastrouháme na vymazaný plech. Na těsto rozetřeme tvarohovou náplň. Druhou polovinu těsta nastrouháme na náplň z tvarohu. Pečeme na 170 °C asi 40 minut.

Alergeny: 1 obiloviny, 3 vejce, 7 mléko

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Pomazánka s kozím sýrem a čočkou beluga

Suroviny: kozí sýr, olivový olej, bílý jogurt, žervé, rukola, čočka beluga, eventuálně ořechy, hrušky nebo fíky, brusinky

Postup: Rozmixujeme kozí sýr, jogurt, olej do hladka. Ochutíme solí a pepřem. Pomazánku namažeme na chléb/pečivo a zdobíme rukolou, čočkou, případně ořechy/fíky/hruškou dle sezónnosti ingrediencí.

Alergeny: 7, 8, (pečivo, 1, 3)

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Domácí játrová paštika

Suroviny: kuřecí játra, máslo, smetana, česnek, cibulka, sůl, tymián, pepř

Postup: kuřecí játra očistíme, opečeme na cibulce, přidáme česnek a koření, dusíme doměkka.

Poté vše pomeleme najemno.

Směs vložíme do šlehače, kde vyšleháme se změklým máslem a smetanou.

Nakonec dosolíme dle chuti.

Přejeme dobrou chuť!

Alergeny: A7 mléko a výrobky z něj

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Pomazánka cizrnová s česnekem

Suroviny: cizrna sterilovaná, lučina nebo pomazánkové máslo, česnek, sůl

Postup: Cizrnu rozemeleme, přidáme lučinu, česnek a sůl.

Suroviny smícháme a našleháme.

Alergeny: 7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Cizrnové brownies

Suroviny:

3 plechovky steril. cizrny

6 lžic kakaa nebo karobu

3 lžíce cukru (popřípadě medu)

3 celé banány

3 celá vejce

1 sáček kypřícího prášku

1 lžíce skořice

olej dle potřeby, kokos na pekáč

mandle na posypání

Postup:

Cizrnu slejeme a propláchneme vodou. Všechny suroviny dáme do mísy a rozmixujeme tak, aby vzniklo hladké těsto. Pekáč vymažeme olejem a vysypeme kokosem. Nalijeme těsto, posypeme mandlemi. Pečeme 20 minut při 165 stupních.

Alergeny: -

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Pomazánka z červené řepy s černou čočkou

Suroviny: 20 dkg uvařené červené řepy

10 dkg tučného tvarohu nebo Lučiny

5 dkg másla

5 dkg černé čočky

Pár lístků rukoly

Postup: Vyšleháme máslo s tvarohem nebo Lučinou, přidáme nastrouhanou vařenou řepu, osolíme a nakonec ručně zapracujeme černou čočku s lístky rukoly.

Alergeny: 7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Motýlková krabí pomazánka

Suroviny: krabí tyčinky, pomazánkové máslo, žervé, lučina, limetka, mandarinky, pórek, paprika

Postup: Krabí tyčinky nakrájíme najemno, zakápneme limetkovou šťávou, smícháme s pomazánkovým máslem, žervé a lučinou. Dle potřeby dochutíme, na závěr ozdobíme mandarinkou, pórkem, paprikou ve tvaru motýlka. Servírujeme na bagetku.

Alergeny: 1 - lepek, 4 - mořské plody a ryby, 6 - sója, 7- mléčné výrobky

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Tvarožník

Suroviny:

Těsto: 1 kg tvarohu, 4 vejce, 120 g másla, 200 g cukr krupice, 1 prášek do pečiva, 5 lžic krupičky

Drobenka: 250 g hrubé mouky, 100 g másla, 250 g cukr moučka

Postup: V míse ušleháme celá vajíčka s cukrem do pěny. Přidáme tvaroh, změklé máslo a opět prošleháme. Cukr krupici promícháme s krupičkou, práškem do pečiva a vmícháme do tvarohové směsi. Vlijeme do vymazaného a moukou vysypaného pekáčku. Z másla, mouky a cukru vytvoříme drobenku, kterou posypeme koláč. Pečeme ve vyhřáté troubě na 170 °C cca 40 minut do zrůžovění drobenky.

Alergeny: 1, 3, 7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Strouhaný koláč

Suroviny: Těsto: 250 g másla, 400 g hladké mouky, 4 lžíce kakaa, 1ks žloutku, 2 lžíce mléka.

Náplň: 1 kg polotučného tvarohu, 200 g moučkového cukru cukr, 1ks žloutku.

Postup: Máslo smícháme s moukou, kakaem a žloutkem. Podle potřeby přidáme mléko. Vypracované těsto rozdělíme na dvě poloviny a zabalíme do fólie. Těsto uložíme na hodinu do lednice. Mezitím ušleháme sníh z bílků a smícháme ho s tvarohem, cukrem a žloutkem. Polovinu ztuhlého těsta nastrouháme na vymazaný plech. Na těsto rozetřeme tvarohovou náplň. Druhou polovinu těsta nastrouháme na náplň z tvarohu. Pečeme na 170 °C asi 40 minut.

Alergeny: 1 obiloviny, 3 vejce, 7 mléko

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Pomazánka s kozím sýrem a čočkou beluga

Suroviny: kozí sýr, olivový olej, bílý jogurt, žervé, rukola, čočka beluga, eventuálně ořechy, hrušky nebo fíky, brusinky

Postup: Rozmixujeme kozí sýr, jogurt, olej do hladka. Ochutíme solí a pepřem. Pomazánku namažeme na chléb/pečivo a zdobíme rukolou, čočkou, případně ořechy/fíky/hruškou dle sezónnosti ingrediencí.

Alergeny: 7, 8, (pečivo, 1, 3)

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Domácí játrová paštika

Suroviny: kuřecí játra, máslo, smetana, česnek, cibulka, sůl, tymián, pepř

Postup: kuřecí játra očistíme, opečeme na cibulce, přidáme česnek a koření, dusíme doměkka.

Poté vše pomeleme najemno.

Směs vložíme do šlehače, kde vyšleháme se změklým máslem a smetanou.

Nakonec dosolíme dle chuti.

Přejeme dobrou chuť!

Alergeny: A7 mléko a výrobky z něj

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Pomazánka cizrnová s česnekem

Suroviny: cizrna sterilovaná, lučina nebo pomazánkové máslo, česnek, sůl

Postup: Cizrnu rozemeleme, přidáme lučinu, česnek a sůl.

Suroviny smícháme a našleháme.

Alergeny: 7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Cizrnové brownies

Suroviny:

3 plechovky steril. cizrny

6 lžic kakaa nebo karobu

3 lžíce cukru (popřípadě medu)

3 celé banány

3 celá vejce

1 sáček kypřícího prášku

1 lžíce skořice

olej dle potřeby, kokos na pekáč

mandle na posypání

Postup:

Cizrnu slejeme a propláchneme vodou. Všechny suroviny dáme do mísy a rozmixujeme tak, aby vzniklo hladké těsto. Pekáč vymažeme olejem a vysypeme kokosem. Nalijeme těsto, posypeme mandlemi. Pečeme 20 minut při 165 stupních.

Alergeny: -

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Pomazánka z červené řepy s černou čočkou

Suroviny: 20 dkg uvařené červené řepy

10 dkg tučného tvarohu nebo Lučiny

5 dkg másla

5 dkg černé čočky

Pár lístků rukoly

Postup: Vyšleháme máslo s tvarohem nebo Lučinou, přidáme nastrouhanou vařenou řepu, osolíme a nakonec ručně zapracujeme černou čočku s lístky rukoly.

Alergeny: 7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Motýlková krabí pomazánka

Suroviny: krabí tyčinky, pomazánkové máslo, žervé, lučina, limetka, mandarinky, pórek, paprika

Postup: Krabí tyčinky nakrájíme najemno, zakápneme limetkovou šťávou, smícháme s pomazánkovým máslem, žervé a lučinou. Dle potřeby dochutíme, na závěr ozdobíme mandarinkou, pórkem, paprikou ve tvaru motýlka. Servírujeme na bagetku.

Alergeny: 1 - lepek, 4 - mořské plody a ryby, 6 - sója, 7- mléčné výrobky

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Tvarožník

Suroviny:

Těsto: 1 kg tvarohu, 4 vejce, 120 g másla, 200 g cukr krupice, 1 prášek do pečiva, 5 lžic krupičky

Drobenka: 250 g hrubé mouky, 100 g másla, 250 g cukr moučka

Postup: V míse ušleháme celá vajíčka s cukrem do pěny. Přidáme tvaroh, změklé máslo a opět prošleháme. Cukr krupici promícháme s krupičkou, práškem do pečiva a vmícháme do tvarohové směsi. Vlijeme do vymazaného a moukou vysypaného pekáčku. Z másla, mouky a cukru vytvoříme drobenku, kterou posypeme koláč. Pečeme ve vyhřáté troubě na 170 °C cca 40 minut do zrůžovění drobenky.

Alergeny: 1, 3, 7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Pomazánka tvarohová s avokádem

Suroviny: Dávka na 10 porcí pro dospělé strávníky

Tvaroh měkký	290 g
Máslo	90 g
Sůl	10 g
Citron	20 g
Zralé avokádo	1 kus

Postup:

Do nádoby na šlehání dáme tvaroh, máslo, sůl a vyšleháme do pěny. Avokádo oloupeme, zbavíme pecky, rozmačkáme vidličkou a zakápneme citronovou šťávou. Přidáme do nádoby a krátce ještě prošleháme. Podáváme na plátku veky, zdobíme plátkem rajčete či papriky.

Alergeny: 7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Kuřecí pomazánka

Suroviny: 300 g vařeného kuřecího masa (prsa, stehenní řízky), 1 sklenice strouhaného sterilovaného celeru (320 g), 4 kyselé okurky (nastrouhané), lžička hořčice, citrónová šťáva, sůl, pažitka, sušené brusinky, 300-400 g domácí Lučiny, 500 g bílého jogurtu, 200 ml smetany na šlehání

Postup: Jogurt smícháme se smetanou a solí. Cedník vyložíme plátěnou utěrkou nebo plátěným kapesníkem a na to dáme smíchanou hmotu. Cedník vložíme do misky, zatížíme a necháme vykapat v lednici asi 24 hodin. Tím je Lučina hotová.

Vychladlé kuřecí maso rozmixujeme tyčovým mixérem a přidáme zbylé ingredience, promícháme a dochutíme solí a citrónovou šťávou.

Mažeme na jakékoliv pečivo a zdobíme sušenými brusinkami a pažitkou.

Alergeny: 1,7,9,10,12

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Slané muffiny se šunkou a sýrem

Suroviny: ¾ hrnku hladké špaldové mouky

¾ lžičky prášku do pečiva

1 lžíce bylinek (petržel,pažitka)

špetka soli

¾ hrnku mléka

1 vejce

1 hrnek strouhaného sýra

1 hrnek nakrájené šunky na menší kostky

Postup: Předehřejeme troubu na 190 °C. Smícháme mouku, prášek do pečiva, koření a sůl. Vyšleháme mléko a vejce. Vmícháme zbytek přísad. Rozdělíme do vymazaných (nebo papírem vyložených) forem na muffiny a pečeme cca 20-25 minut.

Alergeny: 1, 7, 3

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Ředkvičková pomazánka s vejci

Suroviny: 2 ks vajec

10 dkg ředkviček

10 dkg cibule

10 dkg Lučiny

10 dkg bílého jogurtu

Postup: Uvařená vejce a ředkvičky nastrouháme nahrubo. Přidáme Lučinu, jogurt a jemně krájenou cibuli. Dochutíme solí a podáváme s celozrnným pečivem.

Alergeny: 3,7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Guacamole

Suroviny: 3 ks zralého avokáda, 5 ks cherry rajčátka, pol. lžíce limetkové štávy, 1/2 červené cibule, sůl dle chuti, 1/4 kávové lžičky římského kmínu

Postup: Zralé avokádo zbavíme pecky a vydlabeme z dužiny. Rozšleháme tyčovým mixérem na hladkou kaši. Přidáme najemno nakrájenou cibuli, štávu z limetky, sůl, kmín. Nakonec vmícháme nakrájená cherry rajčátka. Podáváme s opečeným celozrnným toustovým chlebem.

Alergeny: 1

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Mrkvové řezy s ořechy

Suroviny: 40 dkg nastrouhané mrkve

150 ml mléka, 150ml oleje

28 dkg polohrubé mouky

20 dkg cukru

2 vejce

1 vanilkový cukr, 1 prášek do pečiva

Hrst ovesných vloček, hrst rozinek

5 dkg ořechů

Postup:

Vyšlehat vajíčka s cukry do pěny. Přidat mouku, olej, prášek do pečiva, mléko. Nakonec přisypat nastrouhanou mrkev s ořechy a ovesnými vločkami.

Dát péct s láskou.

Alergeny: 1, 3, 7, 8

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Falešná škvarková pomazánka z pohanky

Suroviny: pohanka, máslo, česnek, cibule, hořčice, sůl, sterilované okurky, olivový olej, majoránka

Postup: Pohanku uvaříme doměkka a necháme vychladnout.

Na rozehřátém másle dozlatova osmahneme najemno nakrájenou cibulku a česnek.

Uvařenou pohanku rozmixujeme s připravenou směsí cibulky a česneku, hořčicí, olivovým olejem a majoránkou, osolíme. Na závěr přidáme nadrobno nakrájené sterilované okurky.

Pomazánku podáváme s pečivem, ozdobíme zeleninou.

Alergeny: A7, A10

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Pomazánka z pečené papriky

Suroviny: 2 červené papriky, cibule, 4 stroužky česneku, 200 g Lučiny, 400 g tvarohu, lístky bazalky, sůl

Postup: Rozehřejeme troubu na 200 °C. Papriky umyjeme, vykrojíme semínka a rozkrojíme na pásky. Cibuli a česnek nakrájíme na menší kousky. Vše nandáme na plech, zakapeme olivovým olejem, osolíme a promícháme. Dáme péct zhruba na 25 minut a během pečení alespoň jednou promícháme. Jakmile máme upečeno, necháme lehce vychladnout. Přendáme do vyšší nádoby a rozmixujeme tyčovým mixérem. Přidáme lučinu, tvaroh, ještě jednou krátce promixujeme a ochutnáme, zda nám chuť vyhovuje. Ozdobíme lístky bazalky.

Alergeny: 7 – mléko a výrobky z něj

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Mateřská škola 6

Název pokrmu: Pomazánka z pečené ryby

Suroviny: rybí filé, cibule, mrkev, citron, tvaroh, pažitka, sůl

Postup: Rybí filé pečeme okořeněné v konvektomatu spolu s cibulí cca 20 min, poté necháme vychladnout. Na másle osmahneme nastrouhanou mrkev. Spolu s filé dáme do mísy, přidáme citronovou šťávu a rozmixujeme. Tuto směs zamícháme spolu s tvarohem, na závěr vložíme pažitku. Podáváme na chlebu či bagetce.

Alergeny: 4,7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Jarní nádivka s chřestem a medvědím česnekem

Suroviny: pečivo, vejce, máslo, chřest, medvědí česnek, muškátový oříšek, kypřící prášek, mléko, sůl, pepř

Postup: Pečivo nakrájíme na kostičky a promícháme s vlažným mlékem. Oddělíme žloutky od bílků. Žloutky vyšleháme s máslem a přidáme k navlhčenému pečivu, a to spolu s muškátovým květem, solí, pepřem a kypřícím práškem. Bílky vyšleháme do tuhého sněhu. Opracujeme si chřest (zelený nebo bílý).

Připravenou směs smícháme s chřestem, medvědím česnekem a vlijeme do připravené vymazané a vysypané formy (forma na beránka, muffiny apod.)

Pečeme v předehřáté troubě na 180 °C cca 20 minut.

Alergeny: 1,3,7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Zeleninový salát s červenou řepou, kuřecím masem a čočkou

Suroviny: řepa, kuřecí maso, čočka beluga, olivový olej, mix salátů, sůl, pepř, med, citronová šťáva, sýr Cottage, tymián, zeleninový vývar

Postup: Řepu osolíme, opepříme, přidáme tymián a olivový olej. To vše zabalíme a upečeme v alobalu na 180 °C v troubě do měkka.

Čočku uvaříme v zeleninovém vývaru do měkka, kuřecí maso orestujeme na olovovém oleji.

Servírujeme mix salátů, pečenou řepu, kuřecí maso a sýr cottage.

Alergeny: 7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Špenátová nádivka s uzeným masem a jarním salátem

Suroviny pro 4 dosp. os.:

130 g špenát baby
2 hrsti kopřiv
4 vejce
100 g máslo
strouhanka na vysypání
4 stroužky česneku
250 ml mléko
7 ks tvrdší rohlíky
100 ml smetana
1 sv. bazalka
300 g uzené maso
sůl + pepř dle chuti
sádlo

Salát zeleninový: 1 ledový salát
180 g sýr Feta,
1 sv. ředkvičky,
½ ks salátová okurka
100 g hrášek
1 ks jarní cibulka
šťáva z 1 citronu
1 lžička medu
pažitka

Postup: Do rendlíku dejte vařit vodu. Jakmile dosáhne bodu varu, vhoďte do ní hrášek a nechte vařit 2-3 minuty. Připravte si misku se studenou vodou, do které přidáte led. Hrášek po 3 minutách vaření sceďte a rychle dejte zchladit do ledové lázně. Do větší mísy nasypte salátové lístky, přidejte na plátky nakrájenou okurku, ředkvičky a najemno nakrájenou jarní cibulku. Hrášek vyndejte z vodní lázně, nechte okapat a přidejte ho do mísy s ostatními ingrediencemi. Do středu salátu rozdrobte na menší kousky sýr feta. Do malé misky nalijte olivový olej, šťávu z citrónu a přidejte lžičku medu, nadrobno nasekanou pažitku, sůl a pepř. Vše promíchejte a nalijte přes salát.

Rozpalte troubu na 180 °C. Chlebíčkovou formu o objemu 1,2 l vymažte máslem a vysypte strouhankou nebo vyložte pečicím papírem. Pečivo ve velké míse pokropte mlékem a smetanou. Listy kopřiv a špenát přelijte v cedníku vroucí vodou. Nechte okapat, trochu vymačkejte vodu a nasekejte. Překrájejte i listy bazalky a vše zelené přidejte k namočenému pečivu. Na pánvi si rozpálíte sádlo a orestujete uzené maso na kostičky a přidáme do misky.

Žloutky s máslem a špetkou soli našlehejte do pěny a vmíchejte s prolisovaným česnekem do misky k namočenému pečivu. Z bílků a špetky soli ušlehejte tuhý sníh a zlehka zapracujte do nádivkové hmoty. Směsí naplňte formu, vložte na střední mřížku trouby a pečte 35–40 minut, dokud velikonoční nádivka nevyběhne a nezezlátne. Přesuňte na mřížku a nechte zchladnout. Potom vyklopte, otočte vypouklou stranou nahoru a krájejte na plátky.
Alergeny: 1,3,7,

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Babiččina nádivka s uzeným masem

Suroviny: vejce, zelené bylinky, česnek, pepř, uz. krkovice s vývarem, sůl, rohlíky

Postup:

Maso uvaříme a necháme vychladnout.

Rohlíky nakrájené na kostičky smícháme s vývarem, přidáme sůl, pepř, česnek, byliny a vejce. Vše smícháme a přeneseme do vymaštěné formy nebo pekáče. Pečeme ve vyhřáté troubě, až nádivka ztuhne.

Alergeny:

1 lepek, 3 vejce

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Salát s quinoou, kukuřicí a ředkvičkami

Suroviny:

quinooa, voda, kukuřice, oliv. olej, česnek, sůl, hrášek, jarní cibulka, ředkvičky

Na zálivku: římský kmín, bazalka, sůl, pepř

Postup:

V osolené vodě uvaříme quinoou a necháme vychladnout.

Na oleji opečeme kukuřici s česnekem.

Spaříme hrášek

Vše vychladlé smícháme v míse, kam přidáme cibulku a ředkvičky, přelijeme dresinkem a promícháme. Nakonec ozdobíme lístky bazalky a podáváme.

Alergeny:

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Jarní nádivka

Suroviny: 200 g celozr. toust. chléb, 200 g uzené tofu, 2 jarní cibulky, 3 vejce, 100 g sušených rajčat, 400 g mléka, ½ čaj. lžičky muškát. oříšku, 100 g čerstvých bylinek (libeček, pažitka, čerstvé hráškové výhonky), sůl

Postup: připravíme si formu na nádivku a vyložíme ji pečícím papírem, troubu předehřejeme na 180 °C. Tofu a toustový chléb nakrájíme na kostičky. Tofu lehce osmahneme, obojí dáme do větší mísy, k tomu nadrobno nasekáme bylinky, cibulku, přidáme mléko a muškát. oříšek, směs osolíme. Vejce rozklepneme a oddělíme žloutky od bílků, žloutky přimícháme do směsi, z bílků vyšleháme sníh a lehce vmícháme do směsi. Hotovou směs přendáme do formy a poklademe plátky másla. Pečeme cca 40 až 50 minut. Po dopečení necháme zchladnout ve formě a pak teprve vyklopíme.

Alergeny: 01,03,06,07

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Salát z červené řepy

Suroviny: červená syrová řepa – 2/3

mrkev – 1/3

limetka

javorový sirup

máta

konopné semínko loupané

olivový olej

sůl

Postup: Oloupanou řepu a oškrábanou mrkev nastrouháme, přidáme šťávu z limetky, javorový sirup, olivový olej a sůl, konopné semínko a nasekanou mátu. Vše promícháme a necháme vychladnout.

Alergeny: -

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Lehký baby salátek s dipem z pečeného česneku

Suroviny: baby salát mix, cherry rajčátka, okurka salátová, karotka, sterilovaná kukuřice, pažitka

Na dip – olivový olej, jogurt, česnek, sůl, cukr, citrónová šťáva

Postup:

Mix salátu a zeleninu dobře omyjeme ve studené vodě a připravíme si základní zálivku – citronovou šťávu, cukr, sůl mícháme v misce a po kapkách přidáváme olivový olej, až nám vznikne emulze (vinegret). Přepůlíme cherry rajčátka, okurku nakrájíme na stejné kostky velikosti rajčátek, karotku nakrájíme na tenké julienne nudličky a stejně tak nakrájíme pažitku a přidáme sterilovanou kukuřici.

Všechny uvedené ingredience zlehka promícháme v míse i s vinigretem tak, aby se všechny suroviny promíchaly se zálivkou.

Dip z pečeného česneku: upečený rozmačkaný česnek, jogurt, cukr, sůl, citrónová štáva – podáváme zvlášť.

Alergeny: 7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Velikonoční nádivka

Suroviny:

Pečivo, vejce, uzené maso, petrželka, máslo, sůl, muškátový květ, cibule, mléko

Postup:

Pečivo nakrájíme na kostičky a lehce opečeme. Uzené maso nakrájíme a orestujeme na másle a cibulce, poté smícháme s opečeným pečivem, přidáme žloutky, mléko, nasekanou petrželku. Dochutíme a na závěr vmícháme sníh z vyšlehaných bílků a dáme péct.

Alergeny: 1,3,7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Jarní salát

Suroviny: rukola, ředkvičky, bílá ředkev, salátová okurka

Zálivka – olivový olej, cukr, citrónová šťáva

Postup: Ředkvičky, ředkev a salátovou okurku nakrájíme na nudličky, přidáme rukolu. Promícháme a na závěr přelijeme zálivkou.

Alergeny:

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Zelná nádivka

Suroviny: toustový chléb, uzená krkovice, kysané zelí, vejce, smetana, jarní cibulka, pažitka, česnek, sůl, pepř, sádlo

Postup:

Toustový chléb nakrájíme na kostičky a lehce na sucho opražíme. Chléb necháme vychladnout. Poté přidáme na kostičky nakrájenou uzenou krkovici, kysané zelí, vejce, jarní cibulku, pažitku, česnek, sůl, pepř a vše promícháme. Nádivku vkládáme do zapékací formy vytřené sádlem. Pečeme v předem vyhřáté troubě dozlatova.

Alergeny: 1, 3, 7

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Velikonoční nádivka

Suroviny: houska 4 ks

vejce 2 ks

smetana 250ml

mandle 50 g

angl..slanina 200 g

mangold 1 list

celer řapík 1 řapík

mrkev 1 menší

jarní cibulka

sůl, pepř a muškátový oříšek

Postup: Kostičky housek zalijeme smetanou se žloutky, přidáme všechny další ingredience a nakonec sníh z bílků. Dochutíme solí, pepřem, muškátovým oříškem.

Alergeny: vejce, obiloviny obsahující lepek, celer, mléko, skořápkové plody

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Celerový salát s ananasem

Suroviny: celer ster. 330 g

pórek 200 g

ananas ster. 200 g

karotka 2 ks

jogurt 150 g

šunka 200 g

majonéza 125 g

jarní cibulka, sůl, citron. šťáva

Postup: Proužky celeru nakrájíme na menší kousky, smícháme s nakrájeným ananasem, šunkou a nadrobno nakrájeným pórkem.

Přidáme nastrouhanou mrkev, jarní cibulku , jogurt a majonézu.

Dochutíme solí a pepřem.

Alergeny : celer, mléko a výrobky z něj, vejce

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Nádivka s medvědím česnekem (4 porce)

Suroviny: vejce 5 ks, máslo 70 g, kuřecí maso 200 g, uzené maso 200 g, rohlíky 6 ks, pažitka, medvědí česnek (svazek), sůl, muškátový květ, mletý pepř

Postup:

Uvaříme kuřecí maso, vývar ponecháme. Uzené maso nakrájíme na kostičky, rohlíky nakrájíme a opečeme na másle. Kuřecí, uzené maso a rohlíky smícháme se žloutky, solí, muškátovým květem, nasekanou pažitkou a medvědím česnekem. Zvlhčíme vývarem. Nakonec vmícháme sníh z bílků. Zapékací mísu vymažeme tukem a vysypeme strouhankou. Pečeme na 180 °C cca 45 minut.

Alergeny: 3 (vejce), 7 (máslo), 1 (lepek)

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Těstovinový salát s kuřecím masem a brokolicí (4 porce)

Suroviny: brokolice 200 g, těstoviny 200 g, zakysaná smetana 250 g, kuřecí prsa 200 g, olivový olej 25 g, žampióny 100 g, sterilovaná kukuřice 100 g, parmezán 15 g, olej, česnek 2 stroužky, pepř, citrónová šťáva

Postup:

Kuřecí prsa nakrájíme na nudličky, orestujeme a ochutíme, necháme vychladnout. Brokolici uvaříme al dente a zchladíme. Těstoviny uvaříme, necháme vychladnout, žampióny orestujeme a též zchladíme. Zálivka – vyšleháme zakysanou smetanu, parmezán, česnek, olivový olej a citrónovou šťávu, osolíme, opepříme a vše promícháme.

Alergeny: 1 (pšenice), 7 (zakysaná smetana, parmezán)

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Řecký kuskus salát

Suroviny: kuskus, sýr balkán nebo feta, rajčata, okurky, olivy, bylinky podle chuti, oregano, vývar, oliv. olej

Postup:

Kuskus, oliv. olej, oregano zamícháme a zalijeme vývarem, přiklopíme a necháme nabobtnat. Připravíme zbytek ingrediencí, které nakrájíme na kousky. Vše smícháme a dáme chladit. Servírujeme s polníčkem nebo variací salátů.

Alergeny: 1

Dobrou chuť!

Zlatá vařečka Prahy 6

Název pokrmu: Babiččina nádivka

Suroviny: houska, vajíčko, kopřiva, mléko, sůl, pepř, libová uzená kýta, cibule, česnek, bylinky

Postup:

Housky namočíme do mléka, sníh vyšleháme, veškeré ingredience smícháme a na závěr přimícháme zlehka sníh. Dáme do rozehřáté trouby a pečeme do zlatavé barvy.

Alergeny: 1,3,7

Dobrou chuť!