

Danuše Machovská

ČUKETY,

PATIZONY, TYKVE, ZELENINOVÉ SALÁTY

Danuše Machovská

**ČUKETY,
PATIZONY, TYKVE,
ZELENINOVÉ SALÁTY**

142 receptů

© Danuše Machovská 1999
ISBN 80-7021-326-4

OBSAH

Cukety	9
Polévka z cuket	9
Orientální polévka	10
Italská polévka	10
Jemná chutná polévka	11
Míchaný předkrm	12
Plněné zapékané cukety	12
Cukety plněné masem	13
Provensálské brambory s cuketou	14
Cukety po řecku	14
Ztracené kotlety v cuketách	15
Vepřové kotlety s cuketou	16
Cukety se sójovou omáčkou	16
Cukety s těstovanami I.	17
Cukety s těstovinami II.	18
Špagety s cuketou	18
Cuketové rizoto	19
Cuketa s uzeným masem	20
Cuketa se žampiony	20
Cukety zapečené s masem	21
Maso tří barev s cuketami	21
Pestrá pánev s cuketou a kuřecím masem	22
Cukety po vídeňsku	23
Cuketový špíz	23
Pečené papriky nadívané cuketami	24
Guláš s cuketami	25
Cuketo-dýňové ragú	25
Cuketové placičky	26
Slané lívanečky s vločkami	26
Cuketový bramborák	27
Nákyp s cuket a brambor	27
Zapečené cukety se salámem	28
Cuketová směs na pánvi	29
Tábornický kotlík	29
Zeleninová směs I.	30
Zeleninová směs II.	30
Pikantní směs na topinky	31

Cuketové lečo	31
Cuketa v alobalu	32
Grilovaná cuketa	32
Marinované cukety	33
Smažené cukety v trojobalu	33
Smažené cukety v sýrovém těstíčku	34
Cukety nadívané šunkou a zeleninou	34
Cukety plněné krutím masem	35
Orientální kuřecí směs s cuketou	36
Cukety plněné barevnou směsí	37
Zelí z cuket	37
Bramborový salát s cuketou	38
Pizza s cuketou	38
Cuketová hořčice	39
Chutná příloha k masu	39
Nakládání cuket	40
Mramorová cuketová buchta	40
Cuketový perník	41
Cuketový závin	41
Cuketová bábovka s čokoládou	42
Biskupský chlebiček s cuketou	42
Cuketové lívanečky	43
Letní moučník	44
Cuketo-kokosový zákusek	44
Patizony	45
Smažený patizon	45
Patizon v těstíčku	45
Minutka z patizonů	46
Patizonové lečo	46
Pikantní patizon	47
Zapékané patizony	47
Patizony na kyselo	48
Patizonový guláš I.	48
Patizonový guláš II.	49
Omelety s patizony	49
Utajené patizony	50
Patizonové smaženky	50

Dušené brambory s patizonem	51
Patizony orientál	52
Patizonový nákyp s mletým masem	52
Patizony s vejci	53
Zapečené těstoviny s patizony	54
Zelené těstoviny s patizonem a slaninou	55
Tykve	56
Smetanová polévka z tykve	56
Vařená tykev	57
Tykev smažená v těstíčku	57
Smažená tykev v sýrovém těstíčku	58
Smažená tykev s jogurtovou zálivkou	58
Tykvové placičky	59
Tykev s rajčatovým pyré	59
Masová směs s tykví	60
Tykev plněná masem	60
Tykev plněná krutím masem a zeleninou	61
Tykev zapečená s masem	62
Zapečená tykev s lunchmeatem	62
Zapékaná tykev	63
Zapékaná tykev s nivou	64
Tykev na smetaně	64
Tykev na smetaně s bramborami	65
Tykvové hašé	65
Příloha k masu	66
Dušená tykev se zeleninou	66
Tykev po selsku	67
Guláš z tykve	67
Hořčice z tykví	68
Tykev na italský způsob	68
Tykvové zelí	69
Zapékaná dýně	69
Zadělávaná dýně	70
Dušená dýně	70
Dýňové nočky	71
Sladký chlebiček z tykve	72
Dort z dýně	72

Babiččin dýňový kompot	73
Dýňový kompot s ananasovou šťávou	74
Dýňový džus	74
Zeleninové saláty	75
Čekankový salát s česnekem	75
Jemný salát z čekankových puků	75
Hlávkový salát s pomerančem	76
Salát Mimosa	76
Ředkvičkový salát s jablkem	77
Ředkvičkový salát s mandarinkami	77
Míchaný salát	78
Salát z brokolice	78
Celerový salát se sýrem	79
Fazolkový salát s rajčaty a šunkou	80
Fazolkový salát s mladou cibulí	80
Sytý luštěninový salát	81
Čočkový salát	81
Vaječný salát	82
Pikantní jarní salát	82
Zeleninový salát s těstovinami	83
Cuketový salát s žampiony	83
Labužnický salát	84
Salát se šunkou	84
Žampionový salát	85
Řecký salát	86
Anglický salát	86
Salát s čínskou zálivkou	87
Šopský salát	88
Míchaný salát s Nivou	88
Salát z kysaného zelí	89
Pikantní zelný salát	90
Salát z čínského zelí	90
Letní salát	91
Kedlubnový salát se smetanou	91
Kukuřičný salát s jogurtem	92
Kvěťákový salát s pikantní omáčkou	93

*P*OLÉVKA Z CUKET

2 menší cukety
3 větší brambory
2 větší pórky
60 g másla
1 dcl kysané smetany
veka nebo housky
mletý pepř
muškátový oříšek
sůl

Do 1,5 l vařící vody dáme očištěné, omyté a na silná kolečka nakrájené cukety a brambory. Pórek nakrájíme na kolečka a na pánvi v rozpáleném másle chvilku podusíme a vsypeme do vařící vody s cuketou a bramborami. Na středním plameni bez pokličky vaříme asi 20 minut. Pak vše rozmixujeme nebo prolisujeme, aby vznikl hustý krém. Osolíme, opeříme, polévku prohřejeme, již nevaříme. Vmícháme smetanu, trochu strouhaného muškátového oříšku a ihned podáváme s opečenou, na kostičky nakrájenou houskou.

*O*RIENTÁLNÍ POLÉVKA

*3 menší cukety
200 g mletého masa
1 cibule
2 lžíce oleje
šálek čerstvých nebo sušených hub
vývar z masoxu
sklenka bílého vína, citronová šťáva
zázvor, pepř, lžíce sójové omáčky, škrobová moučka*

Mleté maso s nakrájenou cibulí opečeme na oleji. Zalijeme vývarem, přidáme houby a vaříme asi 30 minut. Potom přidáme nakrájené cukety, zázvor, sójovou omáčku a škrobovou moučku rozmíchanou ve studené vodě a vaříme dalších 15 minut. Nakonec ochutíme citronovou šťávou, kořením a sklenkou bílého vína.

*T*TALSKÁ POLÉVKA

*1 cuketa
1 cibule
2 brambory
20 g másla
1/4 l smetany na šlehání
lžíce hladké mouky
mletá paprika
zelená petržel, sůl*

Na másle zpěníme cibuli, přidáme papriku a nakrájenou cuketu, zalijeme vše vodou, osolíme a vaříme. Zjemníme smetanou, ve které jsme rozmíchali hladkou mouku, a ještě povaříme. Do hotové polévky přidáme na kostičky nakrájené vařené brambory. Nakonec přidáme nasekanou petržel.

*Z*EMNÁ CHUTNÁ POLÉVKA

*2 malé cukety
1 cibule
1 mrkev
1 vařený brambor
120 g hrášku
3/4 l vývaru
15 g másla
90 g těstovin
strouhaný sýr (ementál)
zelená petrželka
sůl*

Nakrájenou cibuli, mrkev, cukety, brambor a hrášek vložíme do vřelého vývaru a vaříme. Zeleninu v polévce rozmixujeme, přidáme máslo, sůl a předem uvařené těstoviny a přihřejeme. Před podáváním vmícháme strouhaný sýr a nasekanou petrželku.

MÍCHANÝ PŘEDKRM

*1 malá cuketa
1 velké rajče
1 zelená paprika
1 malá plechovka žampionů
1 konzerva tuňáka
1 sklenička černých oliv
1 lžička oregana
1/2 lžičky bazalky
4 lžíce olivového oleje
citronová šťáva, sůl*

Na rozpáleném oleji osmahneme nakrájenou cuketu, přidáme papriky, rajčata a koření. Vše krátce podusíme. Talířky zdobíme žampiony, tuňákem a černými olivami, přidáme vychladlou směs a zakapeme citronem. Podáváme s tousty.

PLNĚNÉ ZAPÉKANÉ CUKETY

*4 středně velké cukety
1 větší cibule
1 stroužek česneku
200 g šunky nebo měkkého salámu
60 g strouhaného sýra
2 vejce
2 lžíce kečupu
6 lžic oleje
šálek vody na podlití
majoránka, sůl*

Z opláchnutých cuket odřízneme konce a podélně je rozkrojíme. Vložíme je do kastrolu, zalijeme šálkem vody a přikryté asi 3 mi-

nuty podusíme. Cukety necháme okapat a lžičkou vydlabeme střed a nakrájíme je na kostky. Na pánvi rozežřejeme polovinu dávky oleje a na něm osmahneme nakrájenou cibuli, přidáme na kostičky nakrájenou šunku nebo salám a vydlabanou dužinu. Ochutíme rozetřeným česnekem, majoránkou, osolíme, zakapeme kečupem a osmahneme.

Zapékací mísu vymažeme zbytkem oleje, rozložíme na ni půlky cuket, pokryjeme je směsí a zalijeme vejci rozšlehanými se sýrem. Mísu vložíme do rozežřáté trouby a zapečeme dozlatova.

CUKETY PLNĚNÉ MASEM

*2 středně velké cukety
300 g mletého vepřového masa
1 malá cibule, 1 vejce
olej, sůl, bílý pepř, petrželka*

Omáčka:

*40 g tuku (Perla z kostky)
30 g hladké mouky
1 malá cibule
2 lžičky vinného octa
1/2 lžičky papriky
1/8 l smetany
1/4 kostky masoxu (rozpustíme ve 1/4 l vody)
sůl, kopr, petrželka*

Na oleji osmahneme nakrájenou cibulku, přidáme mleté maso a opečeme. Do vychladlého masa vmícháme vejce, petrželku, osolíme a opeříme. Směsí plníme rozříznuté a vydlabané cukety. Na Perle osmahneme cibulku, přidáme mouku a podlijeme bujónem. Zjemníme smetanou, okořeníme, přidáme ocet a kopr s petrželkou. Necháme přejít varem a omáčku vlijeme do zapékací misky. Potom přidáme plněné cukety a pečeme asi 20 minut ve středně vyhřáté troubě.

*P*ROVENSÁLSKÉ BRAMBORY S CUKETOU

*8 velkých nových brambor
1 středně velká cuketa
200 g rajčat z konzervy
2 stroužky česneku
32 černých oliv
1 lžička provensálského koření
strouhaný sýr na posypání
olej na vymazání
sůl*

Brambory omyjeme a vaříme 20 minut v osolené vodě. Propláchneme pod studenou vodou. Vychladlé rozpůlíme a vydlabeme lžící. Cuketu nakrájíme na kostičky, přidáme prolisovaný vnitřek z brambor, česnek, rajčata a okořeníme. Vše promícháme. Půlky brambor vložíme do vymazané zapékací misky, plníme směsí a přidáme olivy. Posypeme sýrem a pečeme ve středně vyhřáté troubě asi 20 minut.

*C*UKETY PO ŘECKU

*600–800 g cukety
2 velké cibule
4 rajčata
2–3 stroužky česneku
1/2 šálku oleje (olivový nebo slunečnicový)
60 g strouhaného sýra
lžička tymiánu
lžička rozmarýnu*

*sůl, mletý pepř
strouhanka
petrželka*

Cukety očistíme, seřízíme konce a nakrájíme na 1 cm silné plátky. Oloupanou cibuli nakrájíme na silnější kolečka. Rajčata spaříme, oloupáme a nakrájíme. Zapékací mísu vymastíme částí oleje, vysypeme strouhankou, vložíme do ní vrstvu cuket, přidáme vrstvu cibule a rajčat. Vrstvy posypeme kořením, nadrobno nakrájenou petrželkou, osolíme a ochutíme prolisovaným česnekem. Poslední vrstvu posypeme sýrem, pokapeme zbylým olejem. Ve středně vyhřáté troubě zapékáme asi 40 minut.

*Z*TRACENÉ KOTLETY V CUKETÁCH

*4 menší kotlety
1 kg cuket
2 brambory
šlehačka
strouhaný sýr na posypání
olej na vymazání
sůl
bílý pepř
Vegeta*

Naklepané, osolené a opepřené kotlety položíme do máslem vymazaného pekáče, na ně dáme vrstvu oloupaných a na plátky nakrájených cuket, pár plátků syrových brambor a znovu cukety. Vše zalijeme šlehačkou, ve které jsme rozmíchali lžičku Vegety a dáme péci. Po vypečení šlehačky ještě posypeme sýrem a podáváme s bílou vekou.

Vepřové kotlety s cuketou

*4 vepřové kotlety
1 větší cuketa
1 větší cibule
2 stroužky česneku
2 lžíce oleje
sladká paprika
sůl
pepř
alobal*

Kotlety naklepeme a dáme do hlubokého talíře, zalijeme je olejem a posypeme sladkou paprikou, osolíme a opeříme. Necháme 2 hodiny uležet. Cuketu a cibuli nakrájíme na kolečka, přidáme utřený česnek. Doprostřed alobalu, řezaného do čtverce, dáme kotletu, na ni cuketu a cibuli s česnekem. Alobal zabalíme a dáme grilovat asi na 45 minut nebo péct do rozehřáté trouby.

Cukety se sójovou omáčkou

*3 malé cukety
2 lžíce oleje
1 velká cibule
2–3 stroužky česneku
1 malý rajský protlak
1/2 lžičky mletého zázvoru
pálivá paprika
sójová omáčka
sůl*

Na oleji osmažíme nakrájenou cibuli, přidáme na kostky nakrájené cukety, sójovou omáčku, koření, sůl, utřený česnek a dusíme asi 20 minut. Nakonec přidáme rajský protlak a krátce povaříme. Směs ihned podáváme s opečeným chlebem nebo hotovou směsí plníme sklenice, které uzavřeme a obrátíme dnem vzhůru.

CUKETY S TĚSTOVINAMI I.

300 g těstovin

60 g másla

1 cibule

1 kapie

2 malé cukety

3 rajčata

šlehačka

2 lžíce strouhaného sýra

bazalka, sůl

bílý pepř

Cuketu a kapii nakrájíme na kostičky. Na pánvi rozpustíme polovinu másla, necháme zpěnit nakrájenou cibulku, přidáme cuketu a kapii, osmahneme na prudkém ohni a dáme vychladnout. Mezitím spaříme v horké vodě rajčata, oloupeme je a nakrájíme na kousky. Směs z pánve, rajčata a šlehačku rozmixujeme. Potom ve vroucí osolené vodě uvaříme těstoviny a scedíme je. Připravíme si pekáček, který vyložíme alobalem, na něj rozložíme těstoviny smíchané s omáčkou a se sýrem, přikryjeme alobalem potřeným zbytkem másla a 25 minut pečeme v troubě.

*C*UKETY S TĚSTOVINAMI II.

2 menší cukety
200 g těstovin
100 g šunky
150 g strouhaného sýra
3 větší žampiony
2 rajčata
2 zelené papriky
1 cibule
3 stroužky česneku
2 vejce
1 dcl smetany
oregano, sůl

Těstoviny uvaříme, nakrájené žampiony podusíme, šunku nakrájíme a vše smícháme s nakrájenou zeleninou, solí, oreganem a utřeným česnekem. Směs dáme do vymazané zapékací misky a zalijeme rozkvedlanými vejci se smetanou. Posypeme strouhaným sýrem a zapečeme ve středně vyhřáté troubě.

*S*PAGETY S CUKETOU

450 g špaget
2–3 středně velké cukety
40 g másla
olivový olej
2–3 stroužky česneku
sůl
pepř
bazalka

Uvaříme špagety dle návodu na obalu. Cukety očistíme a nakrájíme na tenké plátky. Na pánvi rozpálíme olej a opečeme na něm do zlatova česnek nakrájený na tenké plátky. Poté česnek vyjme. Do oleje přidáme cukety se solí a pepřem, restujeme 8 – 10 minut (doměkka). Na talíř dáme špagety, polijeme máslem, přidáme cukety s olejem, osmažený česnek a posypeme bazalkou.

CUKETOVÉ RIZOTO

350 g rýže

50 g másla

4 středně velké cukety

1 velká cibule

1–2 stroužky česneku

1,1 l zeleninového vývaru

2 lžíce zelené petrželky

1 lžíce olivového nebo slunečnicového oleje

strouhaný sýr na posypání

sůl

pepř

Omyté cukety nakrájíme na asi 1 cm silné plátky. Na hluboké pánvi zahřejeme olej a polovinu másla a orestujeme cibuli, přidáme utřený česnek a cukety. Restujeme dozlatova. Na pánev přidáme rýži a mícháme, dokud rýže nezesklovatí. Potom přidáme 2/3 horkého vývaru, pánev přikryjeme poklicí a vaříme na mírném ohni. Postupně přidáváme zbytek vývaru, dokud rýže nezměkne. Do hotového rizota zamícháme zbytek másla a nasekanou petrželku. Osolíme a opeříme dle chuti. Podáváme posypané strouhaným sýrem.

CUKETA S UZENÝM MASEM

*2 menší cukety
200 g uzeného masa
1 dcl šlehačky
1 cibule
1 malý rajský protlak
sladká paprika, šalvěj
trocha cukru, sůl, olej*

Oloupanou a jader zbavenou cuketu nastrouháme na hrubém struhadle a slijeme vodu. Na oleji zpěníme drobně nakrájenou cibuli s uzeným masem nakrájeným na kostičky, zaprášíme paprikou, přidáme cukety s rajským protlakem. Vše osolíme, okořeníme a dusíme. Až je vše měkké, vlijeme smetanu a krátce prohřejeme.

CUKETA SE ŽAMPIONY

*500 g cukety
200 g uzeného masa nebo uzeniny
300 g žampionů
1 větší cibule
1 malý rajský protlak
masox
tymián
pepř, sůl, olej
citronová šťáva*

Očištěné a jader zbavené cukety pokrájíme na malé kousky a popapeme je citronovou šťávou. Na oleji osmažíme drobně nakrájenou cibuli, přidáme k ní kousky masa a žampiony nakrájené na plátky, pokrájenou cuketu, rajský protlak, masox. Vše asi půl hodiny dusíme. Nakonec dochutíme kořením a solí.

*C*UKETY ZAPEČENÉ S MASEM

500 g mletého masa
500 g cuket
200 g nastrouhaného tvrdého sýra
2 cibule
5 větších rajčat
4 zelené papriky
1 balíček špaget
olej, mletý pepř, sůl, oregano

Nakrájenou cibuli zpěníme ve větší pánvi na oleji, na ni dáme orestovat mleté maso, osolíme, okořeníme a podusíme. Občas podléváme vodou. Papriky, rajčata a oloupané, odjadřené cukety nakrájíme na malé kousky a přidáme k masu. Dusíme vše do poloměkka. Zvlášť uvaříme špagety. 2/3 sýru vmícháme do směsi. Pečáček vymažeme tukem a naplníme směsí z dobře okapaných těstovin a směsí z pánve. Povrch posypeme zbylým sýrem a dáme zapéci do středně vyhřáté trouby, dokud sýr nezezlátne.

*M*ASO TŘÍ BAREV S CUKETAMI

300 g cukety
200 g kuřecího masa
200 g roštěnky
200 g vepřové plece
200 g žampionů
1 velká cibule, 1 dcl smetany
olej, bílý pepř, sůl

Maso nakrájené na nudličky opečeme zprudka na oleji, přidáme nakrájenou cibuli, žampiony, cukety, osolíme, opepříme a dusíme doměkka. Nakonec zalijeme smetanou a necháme přejít varem.

*P*ESTRÁ PÁNEV S CUKETOU A KUŘECÍM MASEM

*1 středně velká cuketa
500 g kuřecích prsíček
2 menší červené papriky
4 stroužky česneku
1 cibule
100 g černých oliv
250 ml bílého vína
1 lžíce zakysané smetany
1 lžíce hladké mouky
olej
sůl
bílý pepř
tymián
rozmarnýn*

Na oleji osmahneme cibulku a přidáme na nudličky nakrájené kuřecí maso. Zalijeme 2/3 vína a krátce podusíme. Potom přidáme nakrájenou zeleninu, prolisovaný česnek, koření, olivy a osolíme. Dusíme dalších 20 minut. Směs zahustíme moukou rozmíchanou ve zbylém víně a necháme přejít varem. Nakonec vmícháme zakysanou smetanu.