

Karina Havlů

**VAŘÍME
V TITANOVÉM
NÁDOBÍ**

161 receptů

© Karina Havlů, 2009

ISBN 978-80-7021-991-1

Obsah

Úvod	9	Předkrmy, pohoštění	
CO JE TITANOVÉ NÁDOBÍ?		Lososový předkrm	
<i>Druhy titanového nádobí</i>	11	s pomerančovou omáčkou	25
<i>Desatero výhod titanového nádobí</i>	12	Kuřecí játra s malinami	26
<i>Nevýhody titanového nádobí</i>	13	Masový toast na pivu	26
<i>Před prvním použitím</i>	13	Toast s houbami	27
<i>Co všechno lze v titanovém nádobí</i>			
<i>připravit?</i>	13	Hlavní jídla	
<i>Několik rad při používání</i>		Maso	
<i>titanového nádobí</i>	15	<i>Všeobecné rady</i>	28
<i>Jak je to s používáním tuků?</i>	15	Vepřové maso	
<i>Všeobecné rady</i>	16	Vepřová pečeně ve sladkokyselém	
		omáčce	30
		Vepřový vrabec s kysaným zelím ..	31
		Podzimně laděné kotlety s pórkem	
		a hroznovým vínem	31
		Segedínské vepřové kotlety	32
		Vepřová panenka s jablky	
		a mandlemi	32
		Vepřové křenové závitky	33
		Vepřové medailonky se žampiony	
		a pomeranči	33
		Vepřové kostky z jednoho hrnce ..	34
		Ražniči s vepřovým masem	34
		Strašecké kotlety v těstíčku	35
		Vepřové řízky v exotickém	
		těstíčku	35
		Hovězí maso	
		Hovězí pečeně s hroznovým	
		vínem	36
		Svíčková na smetaně	36
		Irské hovězí kostky	
		na tmavém pivu	37
		Hovězí guláš a jeho obměny	38

Roštěnky na červeném víně	39	Zvěřinové maso	
Hovězí plátky na houbách	39	Srnčí medailonky na smetaně	
Španělské ptáčky	40	s houbami	55
Svíčkové medailonky na víně		Dušené jelení závitky	56
s křenem	40	Kančí medailonky s jablky	
Bifteky s vejci	41	a brusinkami	56
Telecí maso		Daňčí medailonky po staročesku .	57
Telecí roláda s fazolkami	42	Zvěřinové ragú na houbách	57
Telecí závitky s bylinkovým			
krémem ve smetanové omáčce .	42	Drůbež	
Vídeňský řízek	43	<i>Všeobecné rady</i>	58
Pařížský řízek	44	Pečené kuře s mandlovou	
Telecí řízek v sýrovém těstíčku .	44	nádívkou	59
Plněný řízek – Cordon Bleu	44	Kuře na způsob husy plněné jablky	60
Mleté maso		Kuře plněné hroznovým vínem . .	60
<i>Všeobecné rady</i>	45	Podzimně naladěná kuřecí stehna .	61
Karbanátky	46	Pikantní medová kuřecí křídélka .	61
Sekaná pečeně	47	Kuřecí prsa dušená	
Bavorská sekaná	47	s bramborami a jablky	62
Čevapčiči	48	Kuřecí prsa s rajčaty a sýrem	62
Kuličky z mletého masa po řecku .	48	Kuřecí závitky s roketou	63
Švédské masové kuličky	49	Kyjevský kotlet	63
Chilli con carne	49	Kuřecí placičky s jogurtovým	
Vnitřnosti a uzeniny		dresinkem	64
Dršťky na pivu s rajčaty	50	Krůtí řízky dušené	
Chudákova husa	50	s rajčaty a kukuřicí	64
Smažená vepřová játra	51	Krůtí řízky s broskvemi	65
Perkelt z točeného salámu	51	Krůtí řízky s pomerančovou	
Lančmítové lečo	51	omáčkou	65
Kachní játra na pomerančích	52	Krůtí kapsa s nivou a hruškou . . .	66
Uzené maso se zelím	52	Krůtí guláš s paprikami	
Jehněčí a skopové maso		a rozmarýnem	66
Medové jehněčí kotlety		Králík	
s opilými broskvemi	53	<i>Všeobecné rady</i>	67
Jehněčí guláš po arabsku	54	Králík pečený s rajčaty a pestem .	67
Skopové plátky se špenátem	54	Dušený kořeněný králík	68
		Králík na víně	68

Rumový králík na medu	69
Králičí stehna s rybízem	69
Králičí nudličky s hlívou ústříčnou	70

Ryby a mořské plody

Dušený kapr se žampiony a rajčaty	71
Zapečený kapr s ořechy	72
Rybí filé s růžičkovou kapustou . .	72
Lososové steaky	73
Losos s koprovou smetanou	73
Smažené rybí filety v sýrovém těstíčku	73
Ryba s mandarinkami a mandarinkovým salátem	74
Opečené rybí špízy	74
Ryba smažená v mandlové krustě .	75
Dušené mořské plody	75

Zelenina

Rajčata plněná rýží	77
Kořeněné cukety s bramborami . .	77
Smažené cuketové květy	78
Baklažány po parmsku	78
Růžičková kapusta se smetanou . .	79
Brokolice s bramborami	79
Zapečené kysané zelí s vepřovým masem a bramborami	80
Nákyp se zeleninou a drůbežím masem	80
Velikonoční nádivka s jarními bylinkami	80
Ratatouille (zeleninová směs) – čti ratatuj	81
Zeleninové karbanátky	82
Brokolicové řízečky	82
Smažený baklažán v pивním těstíčku	83

Bramborové pokrmy

Zapečené bylinkové brambory . . .	84
Zapečený bramborový nákyp	85
Zapečené brambory v italské trikolóre	85
Francouzské brambory	86
Bramborová musaka	86
Bramborový guláš na pivu s masem	87
Brambory dušené s houbami	87
Bramborák a jeho obměny	88

Viva Italia (Těstovinové pokrmy v italské kuchyni)

Zapečené těstoviny s kuřecím masem	89
Zapečené těstoviny s kuřecími drůbkami	90
Zapečené těstoviny s brokolicí a salámem	90
Těstovinový nákyp	91
Zapečené lasagne s drůbežím masem	91
Cannelloni se špenátem	92

Těstovinové pokrmy v české kuchyni

Šunkofleky	93
Záhorácké flíčky se zelím	93
Kolínka zapečená s uzeným masem a kysaným zelím	93
Kolínka zapečená s houbami	94
Těstoviny zapečené s vepřovým masem a zeleninou	94

Rýžové, kuskusové

a polentové pokrmy

Přílohová vařená rýže

a její obměny 96

Rizoto s kořeněnými

kuřecími prsíčky 97

Houbové rizoto 97

Zapečené rizoto

s vepřovým masem 98

Jehněčí rizoto s ananasem 98

Orientální rýže s mletým masem . 98

Skopový pilaf 99

Kuřecí pilaf 99

Španělská Paella 100

Kuskus s drůbežím masem

a ovocem 101

Jehněčí guláš s kuskusem 101

Petrželkový kuskus

s voňavou mrkvičkou 102

Polenta a její obměny 102

Houbové, vaječné a sýrové pokrmy

Rady 103

Vánoční kuba 104

Hubník 104

Houbová nádivka s kopřivami . . 105

Smetanové houby s bramborami . 105

Houbové lečo 106

Houbový guláš 106

Míchaná vejce se zeleninou . . . 106

Vaječný paprikáš 107

Rajčatová omeleta (1 porce) . . . 107

Švýcarský sýrový nákyp 108

Sýrové mističky 108

Omáčky, ochucená másla

Bešamelová omáčka a její obměny 109

Bylinková omáčka a její obměny 110

Tykvová omáčka 110

Rajčatová omáčka 111

Italská rajčatová omáčka I. 111

Italská rajčatová omáčka II. 111

Boloňské ragú 112

Španělská zeleninová omáčka . . 112

Bazalková omáčka-pesto 113

Česneková omáčka 114

Švestková omáčka 114

Jablečné pyré 114

Pažitkový krém 114

Koprový krém 115

Bylinkové máslo 115

Moučníky a jiné sladké dobroty

Bavorský jablečný koláč 116

Jogurtový koláč s ovocem 117

Nudle zapečené s tvarohem 117

Nudle zapečené s mákem a jablky 118

Žemlovka 118

Zapečený rýžový moučník

s ovocem 119

Hruškovo-čokoládový koláč . . . 119

Bramborová bába nasladko 120

Palačinky 120

VAŘÍME V TITANIUM MANTA

RAY OVEN

Co je to Manta Ray Oven? 121

V čem spočívá dokonalost

Manta Ray? 122

Co všechno Manta Ray dokáže? . 122

Výhody Titanium Manta Ray 123

Mytí a čištění Manta Ray 123

Předkrmy, pohoštění

Sušené švestky obalované

ve slanině 124

Sýrový toast s rajčaty

a hermelínem 124

Masové, drůbeží a rybí pokrmy

Benátské hovězí dušené v červeném víně	125
Hovězí plátky na kaparech	125
Pepřový rostbíf	126
Kasselská vepřová pečeně na pivo	126
Vepřové řízky zapečené se sýrovou čepičkou	127
Zapečené vepřové kotlety se zeleninou a sýrem	127
Medové vepřové kotlety s broskvemi	128
Opilé vepřové medailonky	128
Mleté maso zapečené s bramborovou kaší	129
Kuře pečené na zelí	129
Mleté maso zapečené s těstovinami	130
Kučecí stehna s bylinkami	130
Drůbeží náryp	131
Zapečená ryba se solí	131
Zapečená ryba s pomerančovou šťávou	132
Zapečené mušle s pórkem	132

Zeleninové pokrmy

Cuketová pochoutka	133
Plněné papriky s masem ve smetanové omáčce	133
Zapečená brokolice s bramborami a salámem	134
Zapečené plněné baklažány	134
Zapečená zelenina	135
Zeleninový náryp	135

Moučníky a jiné sladké dobroty

Sachrův dort	136
Cuketové řezy s citronovou polevou	136
Makovec	137
Italský jablečný koláč	137
Rybízový „hrnečkový“ koláč	138
Jogurtová bublanina s ovocem	138

VAŘÍME V GLASGARSYSTEMU (VAŘENÍ V PÁŘE)

<i>Proč vaření v páře?</i>	139
<i>Využití systému Glasgarsystem</i>	140
<i>Rady při použití Glasgarsystemu</i>	140
<i>Výhody Glasgarsystemu</i>	141

Polévky

Bramborovo-pórková polévka se šunkou	142
Zeleninová polévka	142
Jarní polévka se špenátem	143
Smetanová polévka z kořenové zeleniny	143
Slovenská kapustnica (zelňačka)	144
Žemlová polévka	144
Petrželová polévka s uzeným lososem	145

Masové, drůbeží a rybí pokrmy

Vařené hovězí se zeleninou	146
Kořeněné vepřové řízky	147
Kučecí plněná prsa s rýží a míchanou zeleninou	147
Kapustové závitky s drůbežími řízkami	148
Lososový předkrm	148
Losos vařený v páře s kaparovou omáčkou	149

Kapr vařený v páře	150	Rýže a těstoviny vařené v páře	
Ryba na bylinkách	150	Rýže vařená v páře a její obměny	155
Rybí závitky s estragonem	151	Čínské uzlíčky s masem	156
Závitky z čínského zelí s filé	151	Čínské uzlíčky se špenátem	157

Zelenina vařená v páře

Vařená brokolice s bramborami	152
Vařená cuketa	152
Vařené fazolky	153
Vařený špenát	154

ÚVOD

Jestli jsem se v poslední době setkala v kuchyni s malým zázrakem, pak to nebyla ani mikrovlnná trouba či nějaký zázračný hrnec, nýbrž neobyčejně kvalitní nádobí. Nádobí vyrobené ze speciální slitiny s příměsí titanu. Na základě vlastních zkušeností musím říct, že v tomto druhu nádobí se vaří doslova jako u pohádkového dědečka. Tedy, kdybych si to sama nevyzkoušela, nevěřila bych vlastním očím či spíše chuťovým buňkám. Bez tuku, aniž by se co připálilo, se dá dnes opravdu vařit, dusit, péct, zapékat a přitom pokrmy zůstávají obdivuhodně chutné a šťavnaté. Tuto skutečnost ocení jistě mnozí, kteří z jakýchkoli důvodů, ať už zdravotních či dodržování diety, neradi používají příliš mnoho oleje, sádla nebo jiných tuků.

Právě v době, kdy je nám vštěpováno na každém kroku, jak máme zdravě jíst, přináší společnost **TOP MORAVIA Q, s. r. o.** na český trh špičkové, kvalitní výrobky, které svými vlastnostmi umožňují zdravé stravování a přitom si pokrmy uchovávají přirozenou chuť a vůni.

Těm, kteří se rozhodli ke koupi titanového nádobí, by měla posloužit tato kuchařská knížka. Nejenže zde najdou tradiční pokrmy, ale budou mít možnost se seznámit i s recepty nevšedními, zajímavými, a hlavně doufám, i chutnými. Jsou zde uvedeny recepty, jak připravit pokrmy v pekáčích, hrncích či pánvích, ale také ve speciální sadě Glagarsystem (pro vaření v páře) a v Titanium Manta Ray, kterým je věnována zvláštní kapitola.

Doufám, že si v této knížce každý najde svůj recept a že si na něm pochutná. Vždyť každé jídlo uvařené s láskou je dobré.

Dobrou chuť vám přeje

Karina Havlů

CO JE TITANOVÉ NÁDOBÍ?

Jedná se o nádobí zhotovené z vysoce kvalitní a zdravotně nezávadné slitiny Siluminu. Extrémně silné dno obráběné speciálními diamantovými nástroji zajišťuje optimální schopnost zahřívání. Všechny hrnce a pánve jsou potaženy nepřilnavou povrchovou keramickou vrstvou s příměsí titanu. Díky této technologii se dosahuje i velké životnosti.

Používaný materiál této firmy je odolný vůči vysokým teplotám, je nepřilnavý, snadno se udržuje a co je důležité, je zdravotně nezávadný!

Druhy titanového nádobí

Společnost Top Moravia má 10 druhů (rozměrů) pánví, hrnců a pekáčů. Jednak má **pánve kulaté** – nízké, střední a vyšší anebo **čtyřhranné** menších i větších průměrů. Pánve jsou většinou vhodné pro smažení nebo přípravu steaků, řízků, závitků nebo různých zeleninových pokrmů, v nízké pánvi můžeme připravovat např. palačinky nebo míchaná vejce. K oběma druhům pánví si můžeme pořídit příslušnou skleněnou pokličku.

Větší **čtyřhranné pekáče** jsou určeny pro přípravu všech pokrmů a rovněž jsou opatřeny pokličkou. Větší čtyřhranný pekáč má rozměr 28 x 28 cm, menší 26 x 26 cm. Oba dva se používají zejména pro pečení nebo dušení většího kusu masa, drůbeže, pro slané či sladké nákypy.

Hrnce s dvěma různými rozměry jsou vhodné zejména pro přípravu polévek, omáček a příloh.

Firma má také speciální nádobí pro vaření pokrmů v páře, tzv. **Glasgarsystem**. Je to ideální vaření bez tuků, šetrné k vitamínům

a vhodné pro pokrmy připravované během 30 minut v jednom hrnci, tzv. „eintopf“. Tomuto způsobu vaření je věnována zvláštní kapitola.

Zvláštní kapitola je také věnována dalšímu způsobu vaření v systému **Titanium Manta Ray**. Jedná se o naprostou novinku firmy, elektrický varný systém – jakousi přenosnou elektrickou troubu.

Desatero výhod titanového nádobí

1. Nepřílnavý povrch nádobí umožňuje připravovat potraviny bez použití tuku a oleje! Zvláště dobrá zpráva pro dietáře! A přitom se nám nic nepřipalí! A i bez použití tuku zůstává maso a jiné připravované pokrmy šťavnaté s uchováním náležitě chuti.
2. Vzhledem k rychlému a rovnoměrnému rozdělení tepla až do horních částí stěn nádobí zůstávají pokrmy ještě dlouhou dobu teplé, ba dokonce až horké.
3. Rychlé zahřívání a dlouhodobý ohřev pod mírným „plamenem“ nám šetří elektrickou energii.
4. Nádobí lze používat jak na plynovém hořáku, tak i elektrickém nebo na plotně se sklokeramickou deskou. U plynu se doporučuje použití plotýnky a to z důvodu jednodušší údržby stříbrného dna titanové nádoby.
5. Nenastanou žádné deformace při vysokých teplotách nebo naopak prudkém ochlazení. Dokonce se doporučuje horké nádobí umývat ve dřezu studeným proudem vody.
6. Klenutý tvar skleněné poklice napomáhá při zdravém vaření s malým množstvím vody a zároveň je vzhledem k tomuto tvaru možné vařit a péct pod stálým mírným přetlakem páry.
7. Skleněné poklice jsou odolné vůči vysokým teplotám a lze je použít i při pečení v troubě. Veškeré úchyty, držadla a rukojeti na poklicích a nádobí jsou vyrobené z vysoce kvalitního materiálu a snesou teplotu až do 260 °C. Sama poklice vydrží teplotu do výše 350 °C.
8. Při vaření na sporáku zůstávají rukojeti stále studené. Což ovšem neplatí při pečení v troubě!

9. Vysoké úspory energie a času na vaření.

10. Nepřilnavá vrstva titanového nádobí je materiál, který se snadno čistí a udržuje.

Nevýhody titanového nádobí

V tomto případě existuje snad jediná nevýhoda, která spíš plyne z pohodlnosti dnešní moderní doby. Nedoporučuje se totiž dávat titanové výrobky do myčky, protože čisticí náplně do myček jsou příliš agresivní pro tento typ nádobí. Naopak se doporučuje tzv. „tepelný šok“ neboli ještě rozpálenou pánev opláchnout studenou vodou. Zbytky jídla se uvolní a odplaví.

Při vaření je vhodné používat plastové nebo dřevěné pomůcky, ostré nože mohou v titanovém materiálu zanechat stopy, které ovšem na kvalitu a přípravu jídla nemají žádný vliv. Spíše se jedná o estetickou záležitost.

Před prvním použitím

Nádoby umyjeme horkou vodou, osušíme a potřeme lehce olejem. Mírně zahřejeme a olej opět vytřeme. Při dalším použití nádobu zahřejeme na maximum a vaříme bez dalšího použití oleje nebo jiného tuku.

Co všechno lze v titanovém nádobí připravit?

V titanovém nádobí můžeme nejen péct a zapékat, ale i dusit, smažit, grilovat či připravovat toasty a to bez sebemenší kapky tuku, protože díky nepřilnavému povrchu nádobí se nic nepřichytí.

Pečení. V titanovém nádobí můžeme péct maso, drůbež, ryby, moučníky. Uvedené suroviny pečené i bez tuku přitom zůstávají šťavnaté a vláčné. Pokrmy se nepřesoušejí a jsou velice chutné.

Zapékání. V titanovém nádobí můžeme zapékat maso, drůbež, ryby, zeleninu, brambory, toasty, ale i moučníky. Většinou pokrmy zapékáme s bešamelem nebo jinými omáčkami či rozšlehaným vejcem. Povrch sypeme strouhaným sýrem nebo poklademe plátky sýra. Zapékat můžeme bez použití másla, oleje či jiného tuku a aniž bychom museli vysypávat povrch strouhankou. Pokrm se nám přitom vůbec nepřichytí. Zapékací pekáče mají velice vkusný tvar a pokrm tudíž můžeme podávat před členy rodiny nebo hosty rovnou v nádobě, v níž byl připravován.

Dušení. Dusit můžeme maso, směsi masa, drůbež či zeleninu. Pokrmy dusíme buď ve vlastní šťávě, nebo přidáváním malého množství tekutiny tak, aby se potravina nevařila, nýbrž dusila. Většinou používáme k podlévání vývar. Jelikož se v titanovém nádobí rozšiřuje teplo stejnoměrně až do horních částí stěn, dusí se jídlo stejnoměrně a nevysušuje se.

Smažení. Smažení je pro náš organismus z hlediska zdravotního nejméně vhodným postupem přípravy pokrmů. Smažení v titanovém nádobí má ale oproti běžnému smažení obrovskou výhodu. Nemusíme totiž používat tolik tuku jako při smažení na běžné pánvi, byť je opatřena teflonovým povrchem. Titanovou pánev stačí pouze vymazat olejem či jiným tukem (asi 2 lžice) nebo obalovaný řízek potřeeme olejem pomocí mašlovačky. A přesto bude usmažený obal křehký a maso šťavnaté. V tomto případě je použití trošky tuku nutné, strouhanka by nám v pánvi totiž zčernala.

Grilování. Během grilování v troubě pokrm nepodléváme vodou, nýbrž potíráme pouze pomocí mašlovačky olejem, který ochutíme grilovacím kořením, česnekem, mletou sladkou paprikou apod. Pokrm grilujeme, dokud nedocílíme křupavé kůrčičky.

VAŘÍME V TITANOVÝCH HRNCÍCH, PÁNVÍCH A PEKÁČÍCH

Polévky

Polévka je grunt a maso špunt. Staré známé pořekadlo, které zejména v dnešní době platí dvojnásob. Polévka nás totiž krásně zasytí a člověk už pak nesní tolik, aby se příliš a nezdravě přejedl. Polévky připravíme buď z vlastního vývaru anebo z vody s rozdrobenou bujonovou kostkou nebo sypkým bujonem. Pozor však na glutaman, který je v mnoha kostkách obsažen a někdo ho nemusí dobře snášet.

■ VŠEOBECNÉ RADY ■

Přesolíme-li polévku, vložíme do ní syrovou bramboru a chvíli povaříme. Nebo vložíme do polévky na lžici celou kostku cukru a jakmile se cukr začne rozpouštět, okamžitě ho vyjmeme. Tento postup můžeme opakovat podle potřeby i několikrát.

Polévku zahušťujeme buď hladkou moukou nebo škrobovou moučkou rozmíchanou předem s trošce studené vody. Studená voda zabrání tvoření žmolků.

Hotovou zeleninovou polévku obohatíme o vitaminy, když do ní přidáme trochu jemně nastrouhané syrové kořenové zeleniny nebo vsypeme nasekané čerstvé koření a dál už nevaříme. Mezi čerstvé bylinky, které v letních měsících můžeme pěstovat na zahrádce anebo většinu z nich celoročně v truhlíku, patří např. petrželka, pažitka, řeřicha, libeček, kerblík, majoránka či bazalka.

Chuť polévek zjemníme trochou smetany, lžičkou másla nebo kostičkami taveného sýra, který necháme v polévce rozpustit.

■ Z titanového nádobí při přípravě polévek je nejvhodnější použití kulatého litého hrnce, který se vyrábí ve třech velikostech (K 201, K 241, K 248).

Česká bramborová polévka

1 l vody, 500 g brambor, 2 mrkve, 1 petržel, kousek celeru, 200 g čerstvých hub nebo 20 g sušených, 1 cibule, 1 lžička mletého kmínu, 2 lžičky majoránky, 2 lžíce hladké mouky, 1 lžička másla, sůl

Pokrájenou cibuli a nadrobno nakrájenou a očištěnou mrkev, petržel a celer osmahneme v titanovém hrnci na lžičce másla. Potom zeleninu zalijeme vodou, přidáme na kostky pokrájené brambory, plátky hub, mírně osolíme, okmínujeme a pod pokličkou povaříme na mírném plameni doměkka. Polévku pak zahustíme moukou rozkvedlanou v trošce vody a krátce povaříme. Nakonec vmícháme majoránku a znovu ještě krátce povaříme.

■ **OBMĚNA:** Do polévky můžeme společně s majoránkou přidat i nasekané lístky libečku a prolisovaný česnek.

Francouzská bramborová polévka

500 ml vody, 500 ml mléka, 1 bujonová kostka, 400 g brambor, 1 cibule, 1 řapíkatý celer, 1 žloutek, 500 ml zeleninového vývaru (i z kostky), 100 ml smetany, 50 g tvrdého strouhaného sýra (parmazán, čedar), špetka strouhaného muškátové oříšku, 4 krajíce bagety, hrst pažitky, 1 lžička másla, sůl, pepř

V titanovém kulatém hrnci zpěníme na másle drobně pokrájenou cibuli a řapíkatý celer. Oloupané brambory pokrájíme na kostičky, přidáme k zelenině, zalijeme vodou, mlékem, přidáme rozdrobenou bujonovou kostku, mírně osolíme, opeříme a vaříme doměkka. Polévku rozmixujeme, dáme zpět do hrnce, vmícháme žloutek rozmíchaný se smetanou, muškátovým oříškem a strouhaným sýrem a krátce prohřejeme. Podáváme s nasekanou pažitkou a s kostičkami nasucho nebo na lžici másla opražené bagety.

Cibulová polévka

1 l vody, 1 bujonová kostka, 100 ml bílého vína, 4 cibule, 4 plátky bílého chleba (nebo bagety či veky), 1 lžíce hladké mouky, 50 g tvrdého strouhaného sýra, 1 malá lžička mletého provensálského koření, 1 lžička oleje, 2 lžíce másla na osmažení pečiva, sůl, bílý mletý pepř, 4 lžíce nasekané petrželky na ozdobu

Na plátky nakrájenou cibuli osmahneme na lžičce oleje v titanovém hrnci dorůžova. Přisypeme provensálské koření, zaprášíme hladkou mouku, krátce orestujeme, podlijeme vínem a necháme zvolna dusit do zhoustnutí. Pak zalijeme za stálého míchání vodou, přidáme rozdrobenou bujonovou kostku, osolíme, opepříme a povaříme asi 20 minut doměkka. Mezitím na másle osmahneme na pánvi po obou stranách plátky chleba a vložíme je do talířů. Zalijeme polévkou, posypeme sýrem a dozdobíme nasekanou petrželkou.

■ **OBMĚNY:** Polévku můžeme také nechat chvíli zapéct v předehřáté troubě nebo pod grilem. Polévku rozlijeme do zapékacích misek, vložíme plátky opečeného chleba, posypeme sýrem a jakmile sýr zezlátne, ihned podáváme;

– do polévky nalijeme 100 ml smetany ke šlehání a pak teprve rozlijeme do misek a zapečeme;

– cibulačku můžeme připravit také krémovou. Hotovou polévku rozmixujeme a zjemníme trochu smetanou. V tomto případě ji podáváme s kostičkami osmažené žemle.

■ **POZNÁMKA:** Plátky chleba je lépe osmahnout na kousku másla. V polévce se pak rychle nerozmačí;

– opečený chleba nebo kostičky žemle a nastrohaný sýr můžeme podávat i zvlášť na talířku. Pečivo zůstane pěkně křupavé a sýr se nebude v polévce „táhnout“.

Lososový předkrm s pomerančovou omáčkou

200 g plátků uzeného lososa, 100 g šunky, 2 větší rajčata,
2 natvrdo vařená vejce, 1 lžice másla, 1 bílek, hrst kopru,
trochu vody, 4 snítky kopru na ozdobení

Pomerančová omáčka: 2 pomeranče, 1 lžice másla,
1 lžice hladké mouky

Sýrové placičky: 200 g strouhaného parmazánu

Z másla a mouky si připravíme jíšku, kterou zalijeme vymačkou pomerančovou šťávou a mícháme do zhoustnutí. Podle potřeby přilijeme trochu studené vody. Pomerančový bešamel rozdělíme na dno 4 talířků. Šunku nakrájenou nadrobno rozmixujeme s máslem, bílkem, koprem a podle potřeby trochou vody, aby vznikla hustší hmota. Lososové plátky rozdělíme do alobalových malých mističek tak, aby konce plátků přesahovaly přes jejich okraj. Mističky vyplníme šunkovým krémem, konce lososa přehneme do středu mističek a opatrně vyklopíme na jednotlivé talířky s pomerančovou omáčkou. Jemně nastrouhaný parmazán rozdělíme na 8 dílů. Každý díl sýra nasypeme rovnoměrně na dno rozehřáté malé titanové pánve (K 243 cm) a na malém plameni osmahneme z jedné strany sýrovou placičku dozlatova. Z druhé strany by měla během té doby ztuhnout. Plackou ozdobíme připravené lososové předkrmy. Dozdobíme snítky kopru a podáváme.

■ **OBMĚNY:** Jemně nastrouhanou pomerančovou kůru můžeme osmažit v titanové pánvi dozlatova a lososový předkrm dozdobit; – místo sýrových placiček můžeme lososový předkrm podávat s toasty.

Kuřecí játra s malinami

250 g kuřecích jater, 1 cibule, ½ čínské zelí, 2 hrsti malin, 2 pomeranče, několik kapek worcesterské omáčky, sůl

Očištěná játra nakrájíme na plátky a na drobně nakrájené cibuli osmahneme v titanové pánvi dozlatova. Pak je osolíme, vyjmeme a necháme vychladnout. Promícháme je s čínským zelím nakrájeným na nudličky a malinami. Směs zalijeme vymačkanou šťávou z pomerančů, nepatrně osolíme, zakapeme worcesterskou omáčkou a necháme 30 minut uležet v chladničce. Podáváme s bagetami nakrájenými na plátky.

Masový toast na pivo

4 krajíce tmavého chleba, 250 g mletého masa (hovězí, vepřové nebo obojí), 4 třešnicková rajčátka, 1 malá zelená paprika, 1 malá mrkev, 2 konzervované kukuřičky, 100 ml světlého piva, 1 menší pórek (pouze bílá část), 2 stroužky česneku, 1 lžička koření pro mletá masa, 50 g tvrdého strouhaného sýra (podle chuti), sůl, pepř

Mleté maso, drobně nakrájený pórek, na tenká kolečka nakrájenou mrkev a prolisovaný česnek necháme v titanové pánvi za stálého míchání osmahnout. Pak maso podlijeme pivem a dusíme doměkka. Když maso změkne, přidáme na plátky nakrájená rajčata, nudličky papriky, na malé špalíčky pokrájenou konzervovanou kukuřičku, osolíme, opepříme, ochutíme směsí na mletá masa a na nízkém plameni dodusíme zeleninu s masem pod pokličkou doměkka. Podušenou směs rozdělíme na připravené topinky, které mezitím opečeme v topinkovači, a ihned podáváme. Podle chuti je můžeme ještě posypat strouhaným sýrem. Vhodným doplňkem je korbel oroseného piva.

■ **OBMĚNA:** Topinky můžeme před podáním potřít ještě prolisovaným stroužkem česneku.

Karina Havlů

VAŘÍME V TITANOVÉM NÁDOBÍ

Fotografie Top Moravia Q, s. r. o.
Vydalo nakladatelství Vyšehrad, spol. s r. o.,
roku 2009 jako svou 865. publikaci
Vydání první. AA 6,31. Stran 160
Redakčně zpracovala Blanka Koutská
Odpovědná redaktorka Jitka Suchá
Vytiskla tiskárna Ekon, Jihlava
Doporučená cena 148 Kč

Nakladatelství Vyšehrad, spol. s r. o.
Praha 3, Víta Nejedlého 15
e-mail: info@ivysehrad.cz
www.ivysehrad.cz

ISBN 978-80-7021-991-1