



## Štrúdľa s červenou kapustou

### Suroviny

Plnka

1 kg červenej kapusty

1 cibuľa

100 g vlašských orechov

1 petržlen

125 ml červeného vína

250 ml šľahačka

2 žĺtky

Okrem toho potrebujeme

soľ

korenie

rasca

olej

Maslo (rozpustené)

soľ

## **Postup**

Kapustu nakrájame na tenké prúžky a dochutíme soľou, korením a rascou, dobre premiešame a necháme stáť asi 20 minút.

Cibuľu olúpeme a nakrájame na kocky. Orechy nasekáme nahrubo a petržlen na jemno.

Cibuľu opražíme na 2 lyžiciach oleja a podlejeme vínom.

Pridáme kapustu a dusíme asi štvrtť hodinky.

Kapustu zložíme z ohňa a necháme trochu vychladnúť.

Pridáme maslo, orechy a petržlen a necháme celkom vychladnúť.

Predhrejte rúru na 180 ° C Plech vyložíme papierom na pečenie. Štrúdľové cesto naplníme plnkou a pečieme asi 30 minút.

### **Tip od nás:**

**Podávame s brusnicovou omáčkou**

**Zmiešajte 1/4 l kyslej smotany s 2 lyžicami brusníc a dochutíme soľou a korením.**

---



## Minútové Steaky s paradajkami

### Suroviny

4 ks zadného hovädzieho (každý asi 70 g)

1 chilli

150 ml omáčky z čierneho korenia (môže byť aj hubová alebo podľa chuti.)

1 lyžica majoránky

6 cherry paradajky

soľ

korenie

olivový olej

### Postup

Chilli nakrájame na malé kúsky.

Steaky osolíme, okoreníme a opekáme asi 1 minútu na 3 lyžiciach ol.oleja z oboch strán.

Keď máte radi prepečené steaky, potom ich nechajte prepekať



dlhšie ale paradajky vyberte po pol minúte.

V polovici opekania pridáme aj paradajky potom všetko vyberieme z panvice.

V použitom oleji krátko osmažíme chilli pridáme omáčku a privedieme k varu.

Potom pridáme majoránku a premiešame.



## Ryža s cibuľou a orechmi

### **Suroviny**

200 g ryže

20 g masla

400 ml vody

250 g červenej cibule

250 g cibule

2 lyžice lieskových orieškov

3 lyžice repkový olej

8 ks šalvie

soľ

## Postup

Ryžu krátko osmažíme na masle, potom scedíme z masla a varíme vo vode asi 20 minút. Potom solíme.

Cibuľu nakrájame na mesiačky a očistené orechy nasekáme ostrým nožom.

Na panvici zohrejeme 3 lyžice oleja osmažíme na ňom cibuľu a šalviu a vyberieme z pancice.

Orechy smažíme zvlášť.

Nakoniec všetko zmiešame spolu a podávame ozdobené mladou cibuľkou alebo šalviou môžeme ešte na tanieri posypať orieškami.



# Prírodný rezeň s petržlenovou omáčkou

## Suroviny

4 ks. Teľacie kotlety (každý asi 180 g)  
70 ml bieleho vína  
500 ml hovädzí vývar  
1 citrón  
70 ml šľahačky  
1 lyžica kyslej smotany  
1 čajová lyžička múky  
1 lyžica petržlenovej vňate (nasekanej)  
12 ks. kôpru so stonkou  
soľ  
korenie  
múka  
olej

## Postup

Rezne naklepeme osolíme, okoreníme, obalíme v múke a osmažíme do svetlo hnedá asi na 3 lyžiciach oleja.

Podlejeme vínom a chvíľu podusíme. Dolejeme vývar a varíme do mäkka asi 30 minút.

Medzitým očistíme citrón a kôru nakrájame na tenké pásiky. Bielu šupku pod kôrou odstránime.

Vyberieme kotlety z omáčky ale udržiavame ich v teple. Vlejeme šľahačku a povaríme.

Do smotany vmiešame lyžičku múky a tento krem vmiešame do omáčky cez jemné sítko a pridáme petržlen.

Nakoniec do omáčky vložíme teplé kotlety a ešte krátko povaríme.

Podávame ozdobené citrónovou kôrou a kôprom.





## Rezne z keľového listu

### **SUROVINY:**

Keľ

Cesnak  
Ml.čierne korenie  
Soľ  
Šunková saláma  
Postrúhaný syr

## **Na obaľovanie:**

Vajíčka,múka, strúhanka

## **POSTUP:**

Listy kelu opatrne oddelíme a uvaríme v posolenej vode.  
Žilky na listoch naklepeme,aby sa dali listy pekne poskladať.  
Každý list potrieme pretlačeným cesnakom,okoreníme,osolíme  
položíme naň plátok šunky,alebo salámu a pridáme syr toho  
treba viac,  
aby nebol rezeň tenký ako papier a aj chuťovo je to lepšie  
ak dáme viac syru.Potom zabalíme tak,aby sme vytvorili  
rezeň.Keď je kel dobre naklepaný  
netreba špáradlá na uchytenie.Ja osobne ich nedávam veľmi mi  
prekáža,  
keď ich musím počas jedla vyberať.Takže ja obaľujem opatrne  
bez špáratiek.  
Usmažíme ako rezeň na panvici.

---





## Zemiakový šalát s domácou majonézou

### **SUROVINY:**

Zemiaky, mrkva, cibuľa, kyslé uhorky, soľ, čierne mleté korenie, vegeta, žĺtka z vajec, olej

### **POSTUP:**

Uvarené zemiaky očistíme a pretlačíme na kocky.  
Cibuľu, uhorky a uvarenú mrkvu nakrájame tiež na kocky.  
Niektorí pridávajú aj hrášok, ale ja nie. Pridáme vegetu, alebo soľ, ja osobne používam iba vegetu, korenie a poriadne premiešame.

## Majonéza

Žltka z vaječ rozmixujeme v mixéri počet záleží od toho, koľko šalátu robíme.

Ja dávam 4 žltky bielky zvyknem použiť na koláč.

Keď sú žltky vyšľahané do hustej peny, postupne prilievame olej a mixujeme dovtedy,

kým majonéza nezhustne tak, že keď preklopíme misku, nevytečie z nej.



## Ryby na zelenine

### **SUROVINY:**

Rybie filé, mrazená zelenina, olivový olej, maslo, čierne korenie a soľ.

### **POSTUP:**

Zeleninu chvíľku podusíme, pridáme filé, korenie a soľ a keď je hotové pridáme trošku masla na zjemnenie chuti.

---



## Kuracie mäso s mangom



Kombinácia mäsa s mangom

### **SUROVINY:**

Kuracie mäso, mango, bylinky, olej, biele korenie, maslo, soľ.

### **POSTUP:**

Mäso nakrájame, osolíme, okoreníme, posypeme bylinkami, pokvapkáme trochou oleja a necháme asi hodinu odležať.

Potom sprudka opečieme na oleji pridáme maslo, nakrájané mango, a dochutíme.

---





## Banánové kuracie rezne

### **SUROVINY:**

4 rezne, 2 banány, 1/2 dl rumu a 4 plátky šunky.

### **POSTUP:**

Banány rozpolíme a necháme ich namočené chvíľku v rume.

Potom ich zabalíme do šunky a následne do rezňov. Rolky potom obalíme v strúhanke a usmažíme.



## Zapekané zemiaky so syrom

## **SUROVINY:**

8 zemiakov, 200 g syra eidam, 1 dl smotany , žltok

## **POSTUP:**

Zemiaky uvarené v šupke očistíme,  
z jednej strany nakrojíme a pomocou lyžice vyberieme vnútro.  
Vybraté kúsky zemiakov roztlačíme vidličkou,  
pridáme postrúhaný syr, smotanu a žltok a pomiešame.  
Touto hmotou naplníme otvory zemiakov,  
poukladáme ich na vymastený pekáč  
a v dobre vyhriatej rúre ich zapekáme 10-15 minút.

Na hotové môžeme ešte postrúhať syr.