

# MÁMA JAKO KUCHARKA



## POŽITEK Z CHLEBA

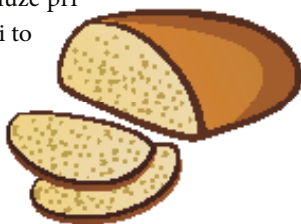
*Potřebujete: mísu,  
polévkovou lžici, odměrku,  
čistou utěrku, formu na pečení*

*Na těsto: 1 kg mouky, 130 ml teplé vody,  
1 kostku čerstvých kvasnic, 1 lžičku soli, 1 lžíci cukru, 2 lžíce oleje,  
slunečnicová semínka, lněná semínka, sezam*



Proč bychom měli nakupovat chleba jenom u pekaře? Upéct ho není vůbec těžké a můžete ho udělat přesně takový, jaký vám chutná nejvíce. Vaše dcera vám může pomáhat a určitě se jí bude líbit, když vlastnoručně upečený chleba položí na stůl. Je-li vaše dítě ještě malé, může při vaření pomáhat s vážením přísad. Větší děti to udělají nejradyji úplně samy.

Na obyčejný chléb si připravte všechny přísady do mísy. Přísady jako slunečnicová semínka můžete vybrat zcela dle vlastní chuti. Vše důkladně promíchejte



a přikryjte čistou utěrkou. Odstavte těsto na hodinu na teplé místo. Během jeho kynutí budete mít akorát tak dost času na vymazání formy nebo nějakou hru nebo knihu. Jakmile uplyne hodina, mísu s těstem zkontrolujte. Není-li těsto o moc větší než předtím, dopřejte mu ještě chvíli klidu. Zdvojnásobila se velikost těsta? Správně! Těsto je připraveno k pečení. Nalijte ho do vymazané formy a vsuňte do trouby, kterou jste mezitím rozpálili na 170 °C. Chléb potřebuje přibližně hodinu. Průběžně ho kontrolujte. Je-li pěkně do hněda a nezůstane-li při zkoušce na špejli žádné těsto, je hotový. Vytáhněte ho z trouby i z formy a nechejte ho vychladnout na okně. Už chcete ochutnat?



## POHÁDKOVÉ JÍDLO

*Potřebujete: knihu pohádek, tužku a papír, recepty na pokrmy popsané v knize*

V mnoha pohádkách hrají pokrmy důležitou roli. Na svatbách se často mohutně hoduje a tak nepravděpodobné předměty denní potřeby, jako například stůl, přinášejí stále nové a chutné pokrmy. Ovoce bývá otráveno, chléb rozdroben a vždy si někdo všimne, že kdosi potají uždibuje z talířku.



Udělejte si radost a vyhledejte takováto jídla ve vašich knihách pohádek. Zkuste poté jídla připravit. V pohádkách většinou recepty chybí. Potřebujete tedy pár kuchařek nebo přístup k internetu. Nebo to jednoduše zkuste. Obstarejte si přísady, uvařte jako v pohádce a pozvěte rodinu, aby se přidala k pohádkovým kulinářským požitkům. Tady máte pár nápadů:

Jeníček s Mařenkou okusují perníkovou chaloupku. Nebylo by pěkné jednu takovou upéct pro předvánoční čas? V pohádce Hrnečku, vař! navaří hrneček spoustu kaše. Jakpak asi chutná? Jakou buchtu měla Červená karkulka ve svém košíčku pro babičku? Co všechno bylo prostrěno na Stolečku, prostří se? Čím vším se cpal Otesánek? Jakpak asi chutnala hruška ze stromu Frňákovníku?

Jakpak chutnala ryba, kterou připravil Jiřík svému králi?



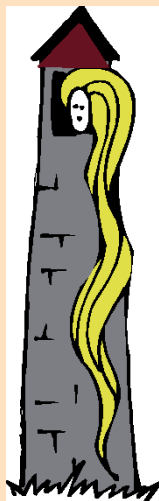
*Pro 2 osoby potřebujete: kozlíček polníček, 4 malá rajčata, 2 plátky kozího sýru, vlašské ořechy, med, 2 lžíce olivového oleje, 1 lžička vinného octa – balsamika, trochu sójové omáčky, pepř, sůl*

Znáte pohádku bratří Grimmů Rapunzel (česky Locika)? Když matka čekala svou první dceru, nechutnalo jí nic tak lahodně jako locikový salát ze zahrady zlé čarodějnice. Výměnou za něj dostala čarodějnice dítě a pojmenovala ho Rapunzel.

Jestli vám locika neboli kozlíček polní také tak chutná, připravte ho někdy jako předkrm s kozím sýrem. Na jednu porci vezměte plátek kozího sýru, na který kápnete kapku medu. Pečte sýr při 180 °C v předehřáté troubě. Podívejte se občas do trouby, protože sýr se nepotřebuje péct příliš dlouho a neměl by se roztéct. Mezitím umyjte listy salátu pořádně pod tekoucí vodou. Z olivového oleje, vinného octu, medu a sójové omáčky vytvořte dresink, který ochutíte solí a pepřem. Vše dobře promíchejte se salátem. Rajčata rozčtvrtíte, vlašské ořechy nasekejte na hrubo a vhodte je do mísy. Poté rozdělte vše na talíř. Mezitím bude hotový i sýr. Opatrně ho vyjměte z trouby a položte ho na salát. Nespalte si při tom prsty, bude velmi horký!

A teď už rychle ke stolu!

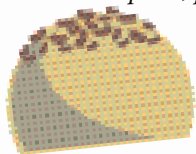
Hmmm... to je ale dobré!





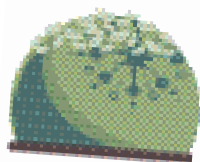
## KŘUPAVÉ PRALINKY

*Potřebujete: 200 g čokolády, 100 g cornflakes, větší a menší hrnec, vařečku, vidličku, prkýnko, nůž, plech, papír na pečení*

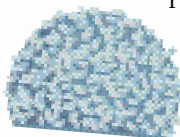


Většina dětí jsou mlsní jazýčkové.

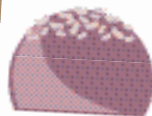
Milují všechno sladké, obzvláště dychtí po čokoládě. Pokud vaše dcera není výjimkou, udělá jí určitě velkou radost, když nějakou sladkost vytvoříte. Křupavé pralinky jsou nejen dobré, ale také rychle hotové. Vždy se podaří a mimo to jsou vhodnou pozorností pro každou příležitost.



Nejdříve rozkouskujte čokoládu. Tak se ve vodní lázni rychleji rozpustí. Do velkého hrnce nalijte vodu a přiveďte ji k varu. Na hrubo nasekanou čokoládu dejte do menšího hrnce, který bude zavěšen do většího. Nejlépe bude, když si to předtím vyzkoušíte, abyste věděli, jestli do sebe hrnce dobře sedí. Do rozpuštěné čokolády se nesmí dostat žádná voda, protože se jinak velmi rychle vytvoří hrudky. Důkladně čokoládou ve vodní lázni míchejte, dokud nebude dobře rozpuštěná. Pak přisyptejete cornflakes. Vidličkou je opa-

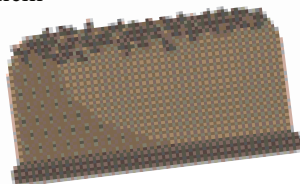
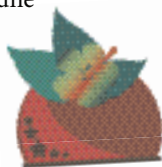


trně obraťte, aby se všechny kousky dobře namočily. Sejměte hrnec z plotny. Vybírejte vidličkou malé hromádky čokoládových cornflakes a pokládejte je na plech vyložený papírem na pečení. Na něm



křupavé pralinky v klidu vychladnou, pokud je ovšem všechny nesmlsáte.

**Tip:** Chutnají skvěle také s bílou čokoládou nebo mandlovými lupínky!





## ŠŇŮRY Z GUMOVÝCH MEDVÍDKŮ

*Potřebujete: 130 g želatiny, 400 g cukru, 400 ml sirupu, 20 ml kyseliny vinné nebo 4 lžičce citronové šťávy, vodu, škrob, gumové medvídky, hrnce, mísu, metličku ke šlehání, lžiči, formičky na pralinky nebo plastové formičky*



Nejdříve rozmíchejte želatinu s 200 mililitry vody v malé misce. Směs nechejte 15 minut nabobtnat. Teprve pak ji opatrně zahřejte (ale nevařte) ve vodní lázni.

V druhém hrnci smíchejte 400 gramů cukru se 120 mililitry vody a směs přiveďte k varu. Poté sejměte hrnec z plotýnky, přilijte 400 mililitrů sirupu a vše dobře promíchejte. Do hrnce s cukrovou směsí přilijte rozpuštěnou želatinu a citronovou šťávu, resp. kyselinu vinnou. Důkladně vše promíchejte a asi na deset minut postavte na teplou plotýnku. Hmotu byste měli po určité době ohřívat.

Pokud se silným mícháním vytvoří pěna, odeberte ji. Poté je hmota připravena a může být rozlita do formiček. Jsou k tomu vhodné plastické žlábkové formy z krabičky na pralinky nebo adventního kalendáře. Nemusí-li se vaše pamlsky do detailu vyrovnat pravým medvídkům, rozprostřete silnou vrstvu škrobu na plech. Do něj zatlačte opravdového gumového medvídky. Opatrně ho odlepte tak, aby tvar zůstal zachován. Nyní máte odlitou formu pro vlastní pamlsky. To celé opakujte tak dlouho, dokud nebudete mít tolik formiček, kolik potřebujete.

Jakmile je masa rozdělena do formiček, máte dost času. Trvá totiž hodiny, než želatina opět ztuhne. Medvídky musí zcela ztuhnout, než je budete moct mlsat. Ale vaše trpělivost se vám vyplatí!





## KÁVOVÉ VĚNEČKY

*Potřebujete:  
pozdávky pro  
přítelkyně, různé  
koláče a keksy, kakao  
a limonádu, svátečně  
prostřený stůl*



Chcete-li opět po nějaké době pozvat své přítelkyně, abyste probraly všechny novinky, jsou kávové věnečky přesně tím pravým. Na jejich výrobu nevynaložíte tolik energie jako na narozeninovou oslavu, ale zároveň nebude tato událost tak neformální jako běžná odpolední návštěva.



Obzvláště pěkné bude, když hostům zašlete pozvánky. Na nich můžete vyznačit datum a hodinu setkání a zároveň sdělit, jestli se setkání u kávy bude nést v určitém stylu. Bude určeno pouze pro víly a princezny a existují již pozvánky s textem vhodným pro takovou příležitost? Jak se vám líbí např. toto:

Princezna ... (sem napíšete vaše jméno) vás zve dne ... v ... hodin ke sváteční kakaové tabuli. Vhodná je pokrývka hlavy zvolená přiměřeně této příležitosti. Vznešené pozdravy z císařsko-královské rezidence (sem vepíšete vaše příjmení).

Legrační také bude, když společně se svými přítelkyněmi pozvete jako doprovod jejich medvídky. Na kávové věnečky potřebujete přirozeně různé pamlsky. Malé dortíky jako např. muffiny vytvoří dobrý dojem na každé tabuli, stejně tak alespoň trocha keksů. Předtím než přijdou hosté, prostřete svátečně stůl. Talířky s vhodnými šálky, pár svíček, pěkné ubrousky, čistý ubrus a pár květin ze zahrady k tomu bezpodmínečně patří. Nyní ještě rychle uvařit kakao a připravit pohoštění. Pak už zbývá jen pozdravit vaše hosty ve dveřích hlubokou úklonou.

## HERMANNOVO TĚSTO NA KOLÁČ



*Potřebujete: 100 g pšeničné mouky, 1 lžíci cukru, půl balíčku sušeného droždí, 150 ml vody, plastovou dózu uzavíratelnou víčkem, plastovou měchačku*



V sousedním Německu se lidé obdarovávají Hermannovým těstem na koláč. Pravidla říkají, že pouze milí lidé bývají obdarováni tímto těstem.

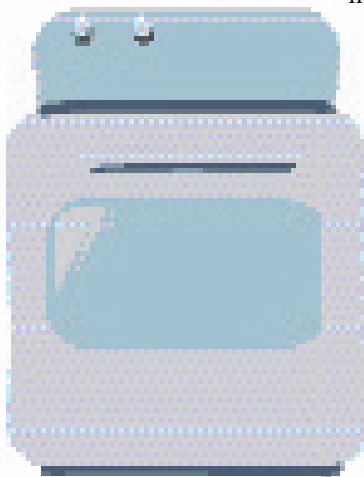
Zároveň s ním dostanou tzv. Hermannův dopis, ve kterém stojí, jak s těstem naložit, tedy jak ho připravit a „krmit“, aby z něj byl výborný koláč.



Neznáte-li nikoho s Hermannovým těstem, připravte si ho sami. Můžete ho později někomu darovat a udělat mu radost. Pro začátek prosejte mouku do plastové mísy. Ta musí být dobře uzavíratelná. Přidejte sušené droždí a cukr. Pořádně přísady promíchejte, předtím než přilijete vlaž-



nou vodu. Smíchejte vše od středu do stran do hladkého těsta. Pak misku uzavřete. Základ těsta nechejte odpočívat dva dny na teplém místě. Mezitím občas těstem zamíchejte. Třetí den poputuje Hermann na 24 hodin do ledničky. Poté je základ těsta hotový a můžete ho dál zpracovat. Tento den se počítá jako první Hermannův den. Těsto můžete buď darovat, nebo ho zpracovat včetně pečení. Jak se to dělá, stojí v dopise.





**Hermannův dopis**

Ušchovejte Hermanna do vysoké, napůl uzavřené, nekovové nádoby do lednice. Hermanna musíte každý den zamíchat, protože chce ven.

Toto je Hermann. Je třeba s ním dělat následující:

1. den: dopřát mu klidu.
2. den: zamíchat.
3. den: zamíchat.
4. den: zamíchat.
5. den: přelit do větší nádoby a nakrmit: 1 šálek mouky, půl šálku cukru, 1 šálek mléka přilít a dobře promíchat.
6. den: zamíchat.
7. den: zamíchat.
8. den: zamíchat.
9. den: zamíchat.
10. den: den pečení. Nakrmte Hermanna znovu šálkem mléka, moukou a cukrem. Vše dobře promíchejte.

**Bratrské dělení**

Rozdělte Hermanna na čtyři stejné díly. Bratrsky znamená, že dva díly jsou určeny k darování, jeden díl k zamrazení do zásoby a jeden díl je pro tebe k pečení Hermannova koláče.

Předej obdarovanému těsto a k tomu tento Hermannův dopis.

**Pečení těsta**

Po rozdělení vlož tvoji část Hermanna do velké mísy a přidej hrnek cukru, špetku soli, tři vejíčka, půl hrnečku oleje a jeden hrnek mléka. Dva hrnečky mouky, balíček prášku do pečení stejně tak jako balíček vanilkového cukru smíchej dohromady a přisypej do směsi. Směsici nalij do vymazané formy. Peč koláč při 180°C 45–55 minut. Hotovo!



## VÍLÍ NAROZENINOVÉ MUFFINY



*Pro 12 muffinů potřebujete: 125 g másla, 100 g cukru, 2 lžice vanilkového cukru, 2 vajíčka, vanilkové aroma, 250 g mouky, 2 lžičky prášku do pečiva, 100 ml mléka, červenou potravinářskou barvu, 1 marcipánovou polevu vcelku, bílou čokoládovou polevu, červené cukrové písmo, formičky na muffiny a 12 papírových košíčků*

Na vílí narozeniny nesmí samozřejmě chybět to správné sladké pečivo. Máte chuť na pěkně vyzdobené vílí muffiny? Pak do toho!



Zatímco necháte vyhřát troubu na 180 stupňů, utřete do pěny vajíčka s máslem, cukrem, vanilkovým cukrem a čtyřmi kapkami vanilkového aroma. Mouku zamíchejte s práškem do pečiva a smíchejte ji s mlékem. To půjde nejlépe elektrickým šlehačem. Hladké těsto rozdělte do dvanácti papírových košíčků, kterými předtím vyložíte formičky na muffiny.

Plech dejte asi na 25 minut do trouby. Hotové muffiny pak nechejte dobře vychladnout.

Z rozválené marcipánové polevy vykrojte skleničkou dvanáct kroužků a obložte jimi muffiny. Bílou čokoládovou polevu rozpusťte ve vodní lázni nebo

v mikrovlnce. Poté ji obarvěte potravinářskou barvou na něžnou růžovou a přelijte jí muffiny. Až poleva ztuhne, ozdobte ji červeným cukrovým písmem. Jako tužkou se

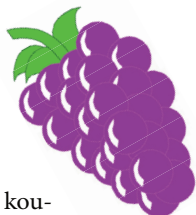
dají malovat srdíčka, vílí křídla nebo prostě jenom červené spirálky na miniaturní dortíčky. Ozdobu nechejte taktéž vychladnout. Poté je už vše připraveno pro hosty. Všechno nejlepší, malé víly, oslava může začít!



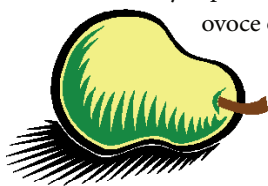


## KANDOVANÉ OVOCE

*Potřebujete: různé druhy ovoce, 1 kg cukru, 1 l ovocné šťávy nebo vody, hrnec, hustý cedník, mísu, rošt*



Kandované ovoce je znamenitá pochoutka, kterou můžete koupit hotovou v každém obchodě. Ale vyrobit takovou sladkost není jen zábavnější, ale také podstatně cenově výhodnější. Protože víte, které přísady použijete, bude vaše sladkost také zdravější a trvalejší. Příprava kandovaných plodů je velmi jednoduchá, avšak trvá několik dnů, dokud ovoce opravdu pěkně nenasaje cukerný roztok.



Na roztok povařte jeden litr vody (nebo šťávy) s cukrem, dokud se cukr plně nerozpustí. Poté nechejte tekutinu trochu vychladnout. Mezitím si připravíte ovoce. Pořádně ho omyjte a nakrájejte na kousky velké akorát tak do pusy. Slupku ovoce, které ji má tvrdou, propíchejte vícekrát vidličkou, aby mohl cukr dovnitř dobře proniknout. Jablka a hrušky musíte před kandováním spařit. Spařte je krátce vařící vodou a okamžitě poté studenou vodou.

Vložte ovoce ke kandování do cedníku, který zavěsíte do žáruvzdorné mísy. Polijte všechny kousky ovoce důkladně cukerným roztokem. Jeden den musíte ovoce ponechat v klidu a přikryté. Následující den přiveďte tekutinu znovu k varu a přelijte ji, trochu zchladlou, znovu přes ovoce. Poté to celé znovu 24 hodin nechejte odstát. Opakujte tento proces ještě dvakrát, poté můžete nechat sladké ovoce uschnout na mřížce. To je ale dobrotá!

