

# Podzim

Přátelé,  
je tu podzim.

Nádherné období, které  
nám přináší do života spoustu  
barev. Příroda je nejnadanější malíř  
a svou paletou barev nám dělá život  
krásnější. Avšak nejen barvami, ale  
i chutěmi a vůněmi nás zásobuje. Stačí  
se jen rozhlédnout a mnohdy natáhnout  
ruku. Přijměte mé pozvání na podzimní  
mlsání, nabízím vám několik receptů,  
jež má rodina a naši hosté milují.

Mnohdy jsou to recepty zcela  
jednoduché, ale právě v jed-  
noduchosti se skrývá  
největší síla.



# BROKOLICOVÁ POLÉVKA

- 500 g brokolice
- 2 l vody
- 3 brambory
- sůl
- pepř
- 150 ml smetany ke šlehání
- 1 stroužek česneku
- muškátový oříšek
- 150 g pórku
- 50 g másla

Na kolečka nakrájíme  $\frac{2}{3}$  pórku. Oloupaný česnek rozdrtíme a společně krátce osmahneme na máse. Zalijeme vodou, přidáme omytou a na růžičky rozdělenou brokolici. Oloupeme brambory, rozkrájíme na osminky a přidáme do polévky. Vaříme přibližně 15 minut. Jakmile je zelenina měkká, odstavíme ji z plotny, rozmixujeme ji ponorným mixérem, dochutíme solí, pepřem a nastrouhaným muškátovým oříškem. Při podávání do každé porce nalijeme malé množství smetany a ozdobíme najemno nakrájeným pórkem.





# VAJEČNÁ OMELETA

- 300 g mletého masa
- svazek jarní cibulky
- 2 polévkové lžíce olivového oleje
- 5 žampionů
- 150 g sýru niva
- 3 vejce
- sůl
- pepř
- 1 čajová lžička mleté papriky
- 250 ml vývaru

Na části oleje orestujeme mleté maso, přidáme nakrájenou jarní cibulku a omyté a nakrájené žampiony. Krátce orestujeme a podlijeme vývarem, dusíme přibližně 20 minut. Opeříme, osolíme a přidáme mletou papriku. Jakmile je maso měkké, zmírníme oheň na minimum a větší část tekutiny pomalu vydusíme. Vznikne nám tím hustější výpek. V této chvíli již můžeme do pěny vyšlehat vejce. Na pánvi osolíme a usmažíme omelety. Poté na každou omeletu rozložíme část mletého masa, na každé maso zvlášť přidáme kousky nakrájené nivy a omelety. Srolujeme, překrojíme a můžeme podávat.

**Můj tip:** Plněné omelety můžete podávat s čerstvou zeleninou nebo s bramborovou kaší.



# PATISON V KABÁTKU

- 1 patison
- 300 g brambor
- 3 stroužky česneku
- 2 vejce
- 1 bílý jogurt
- sůl
- majoránka
- mletý kmín
- grilovací koření
- 200 g hladké mouky (nebo rýžové mouky hladké)
- tuk na smažení

Patison rozkrájíme a odstraníme nejen tvrdou slupku, ale i semínka uvnitř. Do misky dáme jogurt, jedno vejce, sůl, grilovací koření a jeden stroužek česneku a vidličkou rozmícháme. Do této směsi rozložíme na kousky nakrájený patison. Necháme v lednici odležet.

Brambory oloupeme, omyjeme a nastrouháme na struhadle, přidáme sůl, majoránku, kmín, druhé vejce a rozdrčené stroužky česneku. Promícháme a přidáme mouku, kterou zahustíme bramborovou směs.

**Závěrem:** Připravený patison vyndáme z lednice a každý kousek obalíme v bramborovém těstě. Následně smažíme na pánvi v horkém tuku nebo v troubě na pečicím papíru. Pokud použijeme dietnější verzi smažení, pak papír potřeme olejem a každý kousek patisonu pokapeme trochou oleje.



