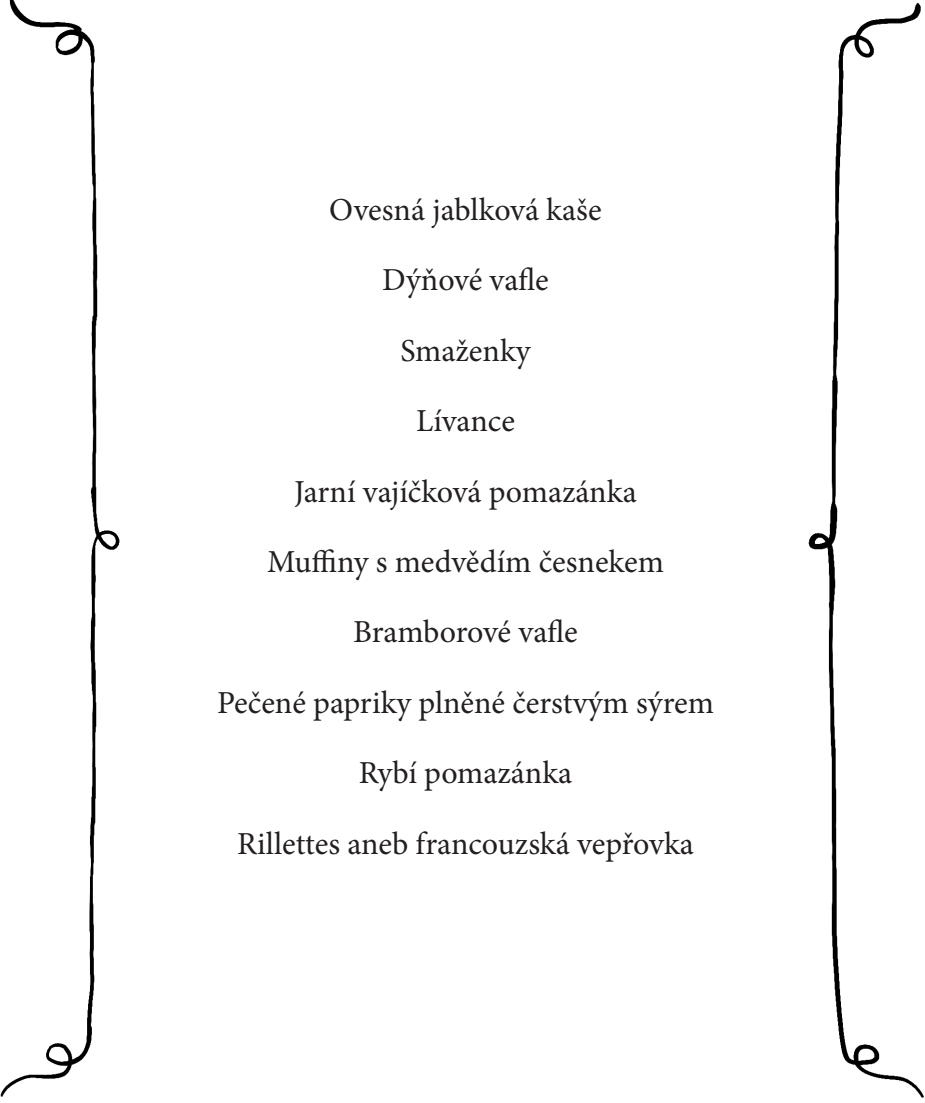




SNÍDANĚ SVAČINY

Jsme snídaňová rodina. A jde to poznat na množství snídaňových receptů, které mám ve své sbírce. Dokážeme snídat i více než hodinu. Užíváme si ten společný čas. Ať je snídane sladká, slaná, teplá nebo studená. Recepty však můžete použít také jako svačínové nebo jako lehkou večeři.





Ovesná jablková kaše
Dýňové vafle
Smaženky
Lívance
Jarní vajíčková pomazánka
Muffiny s medvědí česnekem
Bramborové vafle
Pečené papriky plněné čerstvým sýrem
Rybí pomazánka
Rillettes aneb francouzská vepřovka



OVESNÁ JABLKOVÁ KAŠE

#PODZIM

#SLADKE



4 porce

.....
150 g ovesných vloček (může být
i směs různých druhů vloček)

3 středně velká jablka

1 lžička skořice

750 ml mandlového mléka (může
být i voda nebo kravské mléko)

NA DOCHUCENÍ

.....
javorový sirup nebo med

NA OZDOBENÍ

.....
2 jablka

ořechy

mandlové lupínky
.....

Ovesné kaše jsou levné, chutné, rychlé a zdravé snídaně. Můžete je ozdobit na tisíc způsobů, podávat s ovocem, oříškovým máslem, čokoládou, kokosem, ořechy. Prostě každý den jiná kaše ze stejného základu.

Jablka kaši příjemně dochutí, osladí, dodají šťavnatosti. Na ozdobení jsem tentokrát použila ještě další jablka, ale doma už je výběr surovin na vaši chuti a stavu domácích zásob.

Jablka nastrouhejte nahrubo, i se slupkou. Ovesné vločky opečte nasucho ve větším hrnci a přidejte k nim nastrouhaná jablka. Zalijte mlékem a ochuťte skořicí. Promíchejte a vařte na mírnou teplotu, asi 10 minut.

Na talíři můžete osladit trochou medu nebo javorového sirupu. Díky jablkům to však často není ani nutné. Dolaďte čerstvým ovocem, ořechy, ořechovým máslem.

Výborné je, když nakrájíte jablko na plátky a lehce podusíte s kapkou javorového sirupu a troškou másla.



DÝŇOVÉ VAFLE

#PODZIM

#SLADKE



4 porce

VAFLE

.....
1 vejce
3 lžice javorového sirupu
200 g dýňového pyré (str. 13)
80 g másla
100 g špaldové celozrnné mouky
1 a ½ lžičky prášku do pečiva
špetka soli

SLANÝ KAMEL

.....
200 g cukru krupice
200 g smetany ke šlehání
100 g másla
1 lžička soli

HRUŠKY

.....
3 velké hrušky
hrudky z připraveného
karamelu nebo 2 lžice hotového
karamelu
50 g másla

Pokud se vám v karamelu udělají hrudky (zřejmě se to stane), vůbec nevádí. Použijete i ty. Připravte si pekáč s víkem. Do něj rozkrájejte hrušky na čtvrtky, zbavené jádřinců. Přidejte k nim karamelové hrudky. Komu se hrudky neudělaly, přilijte do pekáče 2 až 3 lžice karamelu. Přiklopte víkem a pečte na 200 °C, 10 minut.

Karamelové hrudky se rozpustí, hrušky pustí šťávu. Ta se promíchá s karamellem a vznikne úžasná směs na dýňové vafle.

Podávejte všechno společně.

Vafle jsou dalším praktickým jídlem. Když koupíte pořádný vaflovač, aby z něj vafle byly dostatečně silné a křupavé, potom jen měníte recepty. V prvním dílu Božské kuchařky najdete vafle sladké i slané a tady máte další. Podzimní, dýňové. Výborné jsou teplé i studené, takže skvělé i pro děti na svačinu.

Dýňové pyré si můžete připravit těsně před pečením vaflí nebo můžete mít předchystanou zásobu v mrazničce.

Do mísy kuchyňského robota rozklepněte vejce a oslaďte javorovým sirupem. Společně prošlehejte. Nepodaří se vám udělat úplně pěna, ale vznikne hladká směs. Přidejte rozpuštěné vychladlé máslo, dýňové pyré, mouku, prášek do pečiva a špetku soli.

Umíchejte hladké těsto a můžete začít péct vafle.

V průběhu pečení vaflí si na plotně připravte karamel. Do širokého nerezového hrnce dejte cukr. Hrnecem zatřepejte tak, aby se po dně rovnoměrně rozprostřel. Začněte zahřívát na lehce více než střední teplotu. Cukr se začne rozpouštět. Až bude velká část rozpuštěná a cukr začne hnědnout, zamíchejte. Míchejte tak dlouho, dokud cukr nezíská krásně zlatavou barvu. Sundejte z plotny.

Po kouscích do něj přidávejte máslo. Smetanu ohřejte tak, aby byla horká, a i tu po částech přilévejte do hrnce s karamellem. Pořád míchejte, ideálně metličkou.



SMAŽENKY

#CELÝROK

#SLADKE



4 porce

.....

*1 balení krájené večky
500 g plnotučného tvarohu (nebo
ochucený vanilkový tvaroh)
cukr nebo med podle chuti
špetka vanilkových semínek
3 vejce
strouhanka
cukr moučka na posypání
olej na smažení*

.....

Jednoduchý tip na jídlo, které znaly už naše maminky a babičky. Dříve se na smaženky chodilo do mléčných barů, a i dnes na ně občas někde narazíte. U nás jsou oblíbenou svačinou a večerí. Když se nesní teplé, připravím z nich svačiny na druhý den.

Tvaroh ochutíte a důkladně zamíchejte.

Připravte si krájenou večku. Vždy dva kousky k sobě. Každý plátek večky namažte trochou tvarohu a přilepte k sobě. Takto si nachystejte všechny smaženky, až nezůstane žádný tvaroh a žádná večka.

Vejce vyklepněte do misky nebo hlubokého talíře. Rozšlehejte vidličkou. Do vedlejšího talíře vysypejte strouhanku.

Každou splenou večku s tvarohem obalte nejprve ve vajíčku, potom ve strouhance. Z obou stran i z boku.

Smažte ve vyšší vrstvě oleje dozlatova ze všech stran. Odkládejte na papírovou utěrku, která odsaje přebytečný olej.

Ihned podávejte. Nejlépe chutnají čerstvé, ještě horké. Ale výborné jsou i zastudena, takže je můžete nabalit dětem na svačinu do školy.