

in.ihned.cz/jidlo



FOTO: JAROSLAV JIRIČKA

VAŘTE S NÁMI

Kedlubny plněné drůbežími játry a žampiony s omáčkou z červeného vína s hlávkovým salátem

- 8 kedluben
- 50 g slaniny
- 1 cibule,
- 0,5 dl červeného vína
- 1 bílý jogurt
- 1 hlávkový salát
- černý pepř
- 300 g drůbežích jater
- 200 g žampionů
- 2 polévkové lžíce olivového oleje
- 1 čajová lžička rajského protlaku
- 70 g nakládaných okurek
- sůl
- čerstvý kopr

Kedlubny oloupeme, odkrojíme vršky, opatrně vydlabeme a asi 5 minut vaříme v páře nebo v osolené vodě a uchováme někde v teple. Játra nakrájíme na menší kousky a žampiony na čtvrtky. Slaninu s cibulí nakrájíme na kostičky a na rozpáleném olivovém oleji osmahneme. Přidáme nakrájená játra, žampiony, protlak a 10 minut restujeme. Potom přilijeme víno, osolíme a okořeníme a krátce zredukujeme. Naplníme játra teplé kedlubny a ihned podáváme. Salát si připravíme z libovolných druhů hlávkových salátů a zalijeme jej bílým jogurtem s nasekanými nakládanými okurkami a čerstvým koprem. Plněné kedlubny také můžete posypat strouhaným sýrem a krátce zapéct v troubě.

Hovězí soté na kari s olivami s pórkovou rýží

- 400 g hovězí svíčkové
- 1 větší cibule
- 10 kusů černých oliv
- pepř
- škrob
- 50 g pórků
- 150 g žampionů
- 3 lžíce olivového oleje
- sůl
- kari koření
- 500 g vařené rýže
- čerstvá pažitka

Z očištěné hovězí svíčkové nakrájíme delší nudličky asi jeden centimetr široké. Osolíme je, opepříme a restujeme je zprudka v pánvi na rozpáleném oleji asi 2 minuty. Maso vyndáme a na tom samém oleji orestujeme nahrubo nakrájenou cibuli a po 5 minutách přidáme nakrájené žampiony. Když se odpaří voda z hub, přidáme jednu rovnou čajovou lžičku kari koření a nakrájené černé olivy. Vratíme do pánve maso, restujeme další 3 minuty a nakonec přidáme trochu nálevu z nakládaných oliv, zahustíme špetkou škrobu rozmíchaného ve studené vodě, provaříme a Basturma je hotová. Rýži uvaříme obvyklým způsobem, promícháme ji se spařeným, nakrájeným pórkem a s čerstvou na drobno nakrájenou pažitkou. Soté můžete udělat také ze zadního hovězího masa, ale maso musíte samozřejmě dusit doměkka a pak teprve smíchat se zeleninou a žampiony. Nemáte-li nálev, můžete použít trochu vývaru.

Candát pečený na červené cibuli s cukrovými lusky a citrónovým dresinkem

- 600 g filátka z candáta
- 2 lžíce olivového oleje
- 600 g cukrových lusků
- 150 g zakysané smetany
- čerstvý kopr a pažitka
- 1 červená cibule
- 1,5 citrónu
- 50 g másla
- sůl a bílý pepř

Filety z candáta osolíme, pokapeme je šťávou z jedné poloviny citrónu a necháme hodinu v lednici macerovat. Červenou cibuli si nakrájíme na silnější kolečka a dáme je do vhodné pečicí nádoby. Candáta osušíme, obalíme v hladké mouce a na rozpáleném olivovém oleji rychle opečeme z každé strany pouze půl minuty. Opečenou rybu položíme na nakrájenou cibuli, přelijeme olejem, na kterém jsme candáta opekli, a dáme vše péct do vyhřáté trouby na 10 minut. Čerstvé cukrové lusky spaříme jednu minutu ve vařící vodě, mražené necháme pouze rozmrazit. Opékáme je na rozpáleném máse asi 2 – 3 minuty. Do zakysané smetany přidáme šťávu z půlky citrónu. Druhou půlku citrónu oloupeme, odstraníme peckičky a ostrým nožem nakrájíme na malé kostičky. Přidáme je do smetany, osolíme a okořeníme bílým pepřem. Pak přimícháme nasekaný čerstvý kopr a pažitku. Dobře promícháme a při podávání nalijeme na rybu. Lehký a vynikající pokrm.