DALŠÍ SADA RECEPTŮ, KTERÉ SE NÁM OSVĚDČILY

TVAROHOVÁ  POMAZÁNKA SE ŠUNKOU
 25 dkg měkkého tvarohu
 15 dkg jemně namleté šunky
 2 vejce vařená a nastrouhaná
 1 cibule jemně nakrájená
 1 kyselá okurka nastrouhaná

 Vše dáme do misky, vyšleháme do pěny a lehce dochutíme solí.

 KŘENOVÁ POMAZÁNKA
20 dkg Ramy
 2 vejce vařená a nastrouhaná

10 dkg smetanového sýru
 1 cibule jemně nakrájená
 15 dkg jemně namleté šunky

Křen jemně nastrouhaný – dle chuti

 Vše dáme do misky, vyšleháme do pěny a lehce dochutíme solí.

CELEROVÉ TOPINKY
 1 chlebíčková veka
20 dkg másla
15 dkg tvrdého nastrouhaného sýru
10 dkg nastrouhaného celeru

 pažitka

Plátky veky potřeme máslem a namazanou stranou omočíme v sýru smíchaném se celerem a pažitkou. Plátky složíme na vymaštěný plech a v troubě lehce zapečeme.

 POLÉVKA CUKETOVÁ S TĚSTOVINOU
 1 cuketa nastrouhaná
 10 dkg másla
 10 dkg hladké mouky
 10 dkg těstovinové zavářky dle vlastního výběru
 10 dkg taveného sýra
 petrželka nebo pažitka

 Z másla a mouky připravíme světlou jíšku. Zalijeme ji horkou vodou a prošleháme. K ochucení použijeme solčankou bez glutamátů nebo sůl.

V jednom hrnci uvaříme ve vodě cuketu, přidáme tavený sýr,rozšleháme nebo rozmixujeme a vlijeme do polévky. Ve druhém hrnci uvaříme v osolené vodě těstoviny. Vařené je přidáme do hotové polévky a ochutíme nakrájenou petrželkou nebo pažitkou.

  KUSKUSOVÉ RIZOTO S MASEM A SÝREM

   800 ml zeleninovéo vývaru
   40 dkg kuskusu
   50dkg hrubě umletého krůtího masa
   200ml oleje
   20dkg mrkve
   20dkg cukety
   20dkg hrášku
   20dkg kukuřice
   20 dkg červené papriky
   20dkg pórku
   30 dkg strouhaného sýru

 Do vroucího zeleninového vývaru nasypeme kuskus a připravíme dle návodu.

 Na polovině oleje orestujeme krůtí mleté maso a ochutíme solčankou(vegetou) bez glutamátů.

 Na druhé polovině oleje orestujeme na nudličky nakrájenou mrkev a pórek, na kostičky nakrájenou

 cuketu a červenou papriku, přidáme mražený zelený hrášek a kukuřici. Maso a zeleninovou směs

 vmícháme do kuskusu a dochutíme jemně solí dle potřeby. Společně krátce prohřejeme a

 servírujeme posypané  strouhaným sýrem.

 ČOČKA S ANANASEM

 30 dkg čočky

 1 cibule
 35 dkg brambor
 2,5 dkg oleje
 30 dkg anamasového kompotu
 2,5 lžic pomerančového džusu

 1,25 l zeleninového vývaru

Oloupanou a nakrájenou cibuli orestujeme na oleji do zlatova a přidáme propláchnutou čočku. Oloupané a na malé kostičky nakrájené brambory přidáme k čočce a vaříme do změknutí.

Těsně před koncem varu přidáme nakrájený ananas, vmícháme pomerančový džus, dosolíme  a servírujeme.

Jako vhodnou přílohu doporučujeme celozrnný chléb.