

Vaření s šéfkuchařem firmy Lagris - Podravka 24.10.2019

Smetanový dýňový krém s červenou čočkou (10 porcí pro dospělého)

Ingredience: máslo 60g, dýňová dužina 500g, mrkev 100g, petržel 100g, pepř, sůl, smetana 100ml, červená čočka Lagris 100g, zeleninový bujón natura Podravka.

Na másle orestujeme nastrouhanou mrkev a petržel. Dýni oloupeme a vyčistíme od semínek, vydlabanou dýni nakrájíme na kostky a dáme vařit do vody. Asi po 15 minutách varu přidáme orestovanou zeleninu a červenou čočku. Společně vaříme téměř do rozvaření. Pak vše rozmixujeme, dochutíme zeleninovým bujonem a solí. Na závěr polévku zjemníme smetanou. Při výdeji můžeme polévku ozdobit opraženým dýňovým semínkem.

Kuře ze Středomoří (10 porcí pro dospělého)

Ingredience: 10ks kuřecích stehen, 40g hladké mouky, 30ml oleje, 150g cibule, paprika mletá 10g, 60g pršutu nebo 100g anglické slaniny, 400g Podravka loupaných rajčat, 50g hrášku, kořenící směs Podravka Kuře s bylinkami, nasekaná petrželová nať, 15g česneku.

Kuřecí maso omyjeme, okořeníme podravkou bylinkové kuře a mletou paprikou a upečeme. V průběhu pečení podléváme vodou.

Nadrobno nakrájenou cibuli orestujeme v pánvi, přidáme překrájenou slaninu nebo pršut a orestujeme, přidáme česnek, krátce znovu orestujeme a podlijeme trochou vody. Poté přidáme loupaná rajčata překrojená na půl a podusíme. Do omáčky slejeme výpek z kuřat. Omáčku přihustíme zákletkou z mouky, kterou si předem opečeme nasucho. Důkladně provaříme, (přidáme mražený hrášek), oregano a přesekanou petrželku. Ochutíme.



Příloha: nejlépe rýže basmati.

Vaření s šéfkuchařem firmy Lagris - Podravka 24.10.2019

Luštěninový salát s mozzarellou a medvědí česnekem



Salát: tradiční luštěninová směs Lagris 1kg, salátová okurka 300g, ředkvičky 100g, cibule červená 100g, jarní cibulka 100g, mozzarella 400g

Zálivka: olivový olej 50ml, sůl a pepř, šťáva ze 2 citronů, třtinový cukr 50g, 4 lžičky koření garam masála, 6 stroužků česneku

Jogurt: 10 listů medvědího česneku nebo sušený medvědí česnek, bílý jogurt 600 ml, olivový olej 50 ml, sůl a pepř

Luštěninovou směs propláchneme v cedníku a namočíme na 4 hodiny do 3 l vody. Díky tomu, že luštěniny společně nabobtnají, víceméně se srovná jejich doba varu, ačkoliv směs obsahuje různé druhy. Pak už stačí luštěniny uvařit doměkka, bude to trvat cca 20 až 30 minut (raději před koncem větší druhy ochutnáme).

Smícháme si zálivku z oleje, soli a pepře, citronové šťávy, cukru, koření a prolisovaných stroužků česneku. Přebytkovou vodu z luštěnin slijeme a do ještě teplých luštěnin vmícháme zálivku. Necháme vychladnout.

Mezitím si připravíme ostatní ingredience: okurku omyjeme a nakrájíme na malé kostičky. Cibuli a jarní cibulku nasekáme najemno. Ředkvičky nakrájíme na malé kostičky.

Vychladlé luštěniny smícháme s nakrájenou zeleninou. Vmícháme mozzarellu natrhanou na kousky. Vše dáme společně ještě na půl hodiny vychladit.

Mezitím si připravíme ochucený jogurt. Medvědí česnek posekáme na menší kousky a smícháme ho v misce s jogurtem a 1 lžící olivového oleje, solí a pepřem.

Salát rozdělíme na talíře a doprostřed každé porce dáme čepici jogurtu s medvědí česnekem.