

večeře mlsání

Pavlíkův Miša dort

Potřebujete: Na těsto: 4 lžíce špaldové mouky ● 1 lžičku prášku do pečiva ● 4 vejce (zvláště žloutky s cukrem, z bílků ušlehat sníh) ● 4 lžíce moučkového cukru (lze nahradit jiným sladidlem dle chuti) ● 1 lžíci oleje ● 1,5 lžíce holandského kakaa. Na tvarohový krém: 4 tučné tvarohy ● 4 lžíce čekankového sirupu ● 10 g želatiny. Na polevu: 60 g čokolády 74 % kakaa ● 1 lžíci másla ● 1 lžíci mléka nebo smetany.

Postup: Do mísy dáme žloutky, cukr, olej a vše vyšleháme do pěny. Za stálého míchání postupně přisypáváme mouku s práškem do pečiva a kakaem. Vyšleháme si tuhý sníh z bílků a lehce ho zamícháme do těsta. Do kulaté pečicí formy vložíme pečicí papír, zavřeme formu a vlijeme do ní těsto. Pečeme v rozpálené troubě při 180 °C asi 15 minut. Korpus necháme vychladnout, sundáme pečicí papír a vložíme ho zpátky do formy.

Příprava krému: Vyklopíme si do mísy 4 tvarohy a podle chuti osladíme. Místo rozpuštěného másla zvolíme želatinu, abychom ušetřili spoustu tuku. Díky želatině bude tvarohová náplň hezky ztuhlá a máslo nebudeme potřebovat.

Příprava želatiny: Ve varné konvici si uvaříme asi 1 dcl vody. Vodu nalijeme do hrnečku a do horké vody vsypeme půl sáčku želatiny (asi 10 g), pořádně promícháme vodu se želatinou, aby se nevytvořily hrudky. Rozpuštěnou želatinu ihned vlijeme do tvarohů a pořádně vše promícháme. Poté tvarohovou směs hned vlijeme na vychladlý korpus. Dáme do lednice ztuhnout a připravíme si čokoládovou polevu.

Ve vodní lázni rozpustíme nalámanou čokoládu s máslem a nakonec vmícháme lžíci mléka nebo smetany. Nalijeme na dort a uhladíme. Necháme přes noc odležet.



Foto Martina Jandová

Zeleninová směs na topinky

Potřebujete: cibule a česnek (poměrně velké množství, směs se tím hezky ochutí) ● cukety ● lilky ● pórek ● papriky ● rajčata ● řepkový olej (na restování zeleniny) ● olivový olej s chilli. Na dochucení: sůl ● pepř ● cukr ● balzamikový ocet ● koření na grilovanou zeleninu ● sušený česnek.

Postup: Veškerou zeleninu postupně nasekáme v sekáčku. Nejdříve si na velké pánvi orestujeme cibuli, poté česnek, a když je cibule dozlatova, dáme cibuli s česnekem do velkého hrnce a postupně přidáváme další nasekanou zeleninu, kterou dusíme cca jednu hodinu.

Cibuli a česnek restujeme na pánvi, abychom nemuseli použít velké množství oleje. Postupně do hrnce přidáváme další nasekanou zeleninu a občas promícháme (zelenina pustí dostatek tekutiny, takže není potřeba podlévat vodou). Zeleninu dochutíme.

Poté směsí naplníme sklenice a v zavařovacím hrnci na 70 stupňů 20 minut sterilujeme.

Elegantní způsob, jak se zbavíte přebytku domácí zeleniny, kterou nestačíte spotřebovat v čerstvém stavu. Když si směs rozetřete na rozpečenou topinku a posypete sýrem, jeden krajíc nebude stačit.



Borůvkový koláč bez těsta

Potřebujeme na 12 porcí: Borůvky. Na tvarohovou část: 3 tvarohy ● 2 vajíčka ● 1 balení vanilkového pudinku (samotný prášek) ● 4 zralé banány ● šťávu z ½ citrону. Na drobenku: 40 g rozemletých ovesných vloček ● 40 g mandlové mouky ● trochu čekankového sirupu.

Postup: Všechny suroviny na těsto rozmixujeme ponorným mixérem a vlijeme do dortové formy. Nahoru nasypeme borůvky. Vršek posypeme drobenkou a pečeme v předehřáté troubě při 170 stupních cca 50 minut.

Jedná se o skvělý koláč, po kterém rozhodně nepřiberete, naopak v něm najdete spoustu bílkovin.