









Gulášová polévka




Gulášová polévka je sytá, kořeněná a zahřeje v každém ročním období.

Ingredience

-  Cibule (1 kg)
-  Brambory (700 g)
-  Hovězí maso (200 g)
-  Masox / hovězí bujón (2–3 ks)
-  Mletá paprika (půlka sáčku)
-  Majoránka (půlka sáčku)
-  Česnek (3 stroužky)
-  Sůl
- • Pepř

 **Tip:** Cibuli krájejte najemno pro lepší chuťový základ.

1. Příprava základu

- **Cibuli nakrájejte najemno a osmahněte v hrnci do zlatova.**  
- **Přidejte na kousky nakrájené hovězí maso, osmahněte s cibulí.** 

2. Přidání koření

- **Zasypte červenou paprikou, krátce promíchejte (nesmažte dlouho, aby nezhořkla).** 

 **Varování:** Papriku opravdu jen zpěňte, jinak bude polévka hořká.

3. Vaření

- **Zalijte vodou - hrnec naplňte trochu víc než do půlky.** 

- Přidejte sůl, pepř, masox, prolisovaný česnek, brambory na kostky a majoránku. 🧂 • 🧄 🥔 🌿
 - Vařte, dokud brambory nezměknou. 🕒
-

4. Servírování

- Podávejte horké, ideálně s čerstvým chlebem. 🍞











TIP

Skvěle chutná s čerstvou petrželkou navrch.

Hovězí vývar

Hovězí vývar je základ české kuchyně, skvělý jako polévka nebo základ omáček.

Ingredience








-  Hovězí kosti (2 ks)
-  Masoxové kostky hovězí (2 ks)
-  Cibule (2 ks)
-  Česnek (3 stroužky)
-  Mrkev
-  Petržel
-  Celer
-  Libeček (čerstvý nebo sušený)
- • Nové koření (5 kuliček)
- • Pepř (8 kuliček)
-  Bobkový list (3 ks)
-  Sůl

1. Příprava kostí

- **Hovězí kosti dejte péct do trouby na 30 minut.**  

 **Tip:** Pečením kostí získá vývar výraznější chuť a barvu.

2. Vaření vývaru

- **Vložte upečené kosti do hrnce s vodou.**
- **Přidejte masoxové kostky.** 
- **Přidejte kořenovou zeleninu:**    
 - Cibule, petržel, celer, mrkev, libeček, česnek
- **Přidejte koření:** •  
 - Bobkový list, nové koření, pepř, sůl

3. Vaření & dochucení


- **Vařte v tlakovém hrnci 5 hodin.** 

|  **Varování:** Sušený libeček přidávejte až po prvním převaření vývaru.

Zelňačka (Zelná polévka)

Zelňačka je tradiční česká polévka, která zahřeje a zasytí. Skvělá s čerstvým chlebem!









Ingredience

-  Máslo
-  Cibule
-  Klobása
-  Brambory
-  Voda nebo vývar
-  Bobkový list
- • Nové koření
- • Pepř celý
-  Kmín
-  Paprika sladká mletá
-  Sůl
-  Cukr
-  Kysané zelí (i trochu láku podle chuti)
-  Smetana ke šlehání
-  Majoránka

1. Restování základu

- **Na másle osmažte cibuli dozlatova.**  
- **Přidejte klobásu nakrájenou na kostičky a orestujte.** 

2. Vaření brambor & koření

- **Přidejte brambory nakrájené na kostičky, zalijte vodou nebo vývarem.**  
- **Ochuťte bobkovým listem, novým kořením, pepřem, kmínem, paprikou, solí a cukrem.**  •    
- **Vařte asi 12-15 minut, dokud brambory téměř nezměknou.** 

 **Tip:** Cukr vyvažuje kyselost zelí, přidejte dle chuti.

3. Přidání zelí & další vaření

- Přidejte pokrájené kysané zelí (můžete přidat i trochu láku podle chuti). 🥬
- Vařte dalších 10 minut. ⌚

⚠️ **Varování:** Zelí přidávejte až po změknutí brambor, aby nebyly tvrdé.

4. Dokončení & dochucení

- Vyjměte bobkový list a kuličky koření. 🍵 •
- Vmíchejte smetanu ke šlehání (můžete ji předem ohřát, aby se nesrazila) a krátce povařte. 🍶

TIP

Smetanu přidávejte pomalu za stálého míchání.

- Dochutěte solí, čerstvě mletým pepřem a přidejte majoránku. 🧂 • 🌿

Gazpacho

Gazpacho je tradiční studená polévka ze Španělska, ideální pro horké letní dny.

Ingredience

- 🍅 Rajčata oválná podlouhlá (3 ks)
- 🍅 Rajčata klasická česká (3 ks)
- 🍅 Rajče masité červené (1 ks)
- 🌶️ Paprika červená masitá (1 ks)
- 🌶️ Paprika zelená/bílá nemasitá (2 ks)
- 🥒 Okurka (1 ks)
- 🍷 Cibule středně velká (1 ks)
- 🧄 Česnek (1 stroužek)
- 🍇 Vinný ocet (2 lžíce)
- 🧂 Sůl (1 malá lžička)

1. Příprava zeleniny

- **Všechnu zeleninu důkladně omyjte.** 💧
- **Nakrájejte na menší kousky.** 🔪

💡 **Tip:** Okurku můžete oloupat pro jemnější chuť.

2. Mixování & dochucení

- **Vložte nakrájenou zeleninu do mixéru.** 🥣
- **Přidejte vinný ocet a sůl.** 🍇 🧂
- **Rozmixujte dohladka.** ⚡

TIP

Pokud je směs příliš hustá, přidejte trochu studené vody.

3. Servírování




- Podávejte vychlazené, ideálně s kostkami ledu. 🧊
- Ozdobte nasekanou zeleninou nebo krutony. 🍞

⚠️ **Varování:** Gazpacho se nesmí vařit, ztratilo by svěžest.





Míša řezy

Míša řezy jsou oblíbený český dezert, který potěší milovníky tvarohu a čokolády.


Ingredience


-  Tvaroh ve vaničce (1 ks)
-  Vysokoprocentní smetana (1 hrnek)
-  Cukr dle chuti

Poleva






-  Čokoláda hořká (1 ks)
-  Čokoláda mléčná (1 ks)
-  Smetana (0,5 hrnku)
-  Máslo (2 lžíce)

Dále






-  Kakaové sušenky

 **Tip:** Cukr přidávejte postupně a ochutnávejte, aby náplň nebyla příliš sladká.

1. Příprava smetany a tvarohu

- **Smetanu vyšlehejte do tuha.**  
 - **V jiné míse vyšlehejte tvaroh s cukrem a spojte se smetanou.**  
 - **Nechte vychladit v lednici.** 
-

2. Příprava polevy

- **Do kastrůlku dejte vodu a přiveďte k varu.**  
- **Na kastrůlek položte misku, do které rozlámejte čokoládu.** 
- **Přidejte smetanu a máslo, zahřívejte do rozpuštění.**  

 **Varování:** Polevu zahřívejte pozvolna, aby se čokoláda nesrazila.

3. Dokončení

- Do misek dejte na dno rozdrobené kakaové sušenky. 🍪
- Přidejte tvarohovou náplň a polevu. 🥄🍫
- Nechte vychladit v lednici. ❄️

📌 **TIP**

Míša řezy jsou nejlepší dobře vychlazené, chutě se krásně propojí.

Buřtguláš je klasika české kuchyně, ideální na chalupu nebo rychlou večeři.

Ingredience

- 🧈 Máslo (60 g)
- 🥩 Špekáčky, kvalitní (600 g)
- 🍷 Cibule, velké (2 ks)
- 🧄 Česnek (5 stroužků)
- 🌶️ Mletá sladká nebo uzená paprika (2 lžíce)
- 🌿 Drcený kmín (2 lžičky)
- 🍲 Maďarské gulášové koření
- 🌶️ Uzená paprika koření
- 🌾 Hladká mouka (3 lžíce)
- 💧 Vývar nebo voda (2,5–3 l)
- 🥔 Brambory typu B (800 g)
- 🌿 Majoránka, sušená (1 lžíce)
- 🧂 Sůl
- • Čerstvě namletý pepř

1. Opékání špekáčků

- **V kastrolu rozehřejte polovinu másla.** 🧈🔥
- **Špekáčky nakrájejte na čtvrtkolečka a opečte ze všech stran dozlatova.** 🥩
- **Opečené špekáčky dejte stranou.**

💡 **Tip:** Špekáčky opékejte postupně, aby se dobře zatáhly.

2. Restování cibule a česneku

- **Do kastrolu přidejte zbytek másla a cibuli nakrájenou na kostičky.** 🍷🧈
- **Restujte asi 10 minut, až bude cibule zlatavá.**
- **Přidejte nahrubo nasekaný česnek a restujte další 3 minuty.** 🧄

3. Koření a mouka

- **Zasypte kmínem, mletou paprikou a moukou.** 🌿🌶️🌾

- **Krátce zarestujte, jen ať se koření rozvoní.**

⚠ **Varování:** Koření nesmí připálit, paprika by zhořkla!

4. Základ guláše

- **Zalijte vývarem nebo vodou a metličkou rozmíchejte dohladka.** 💧 🍲
- **Můžete promixovat ponorným mixérem pro hladší konzistenci.**

5. Vaření s bramborami a špekáčky

- **Do základu dejte orestované špekáčky a na kostky nakrájené brambory.** 🥓 🥔
- **Osolte, opepřete, přiveďte k varu a vařte na mírném ohni 20 minut, až budou brambory měkké.** 🧂 • ⌚

6. Dochucení a podávání

- **Vmíchejte rozemnutou majoránku, případně dochuťte šplíchancem octa.** 🌿
- **Podávejte s dobrým kváskovým chlebem.** 🍞

📌 **TIP**






Skvěle chutná s čerstvou pažitkou nebo cibulkou navrch.

Rajská omáčka s masovými koulemi

Rajská omáčka s masovými koulemi je tradiční české jídlo, které potěší milovníky sladkokyselých omáček.

Ingredience

Na maso

-  Hovězí mleté maso (500 g)
-  Vejce (1 ks)
-  Strouhanka nebo kukuřičná krupice (2 lžíce, dle hustoty)
-  Koření na mleté maso
- • Čerstvě namletý pepř
-  Sůl (1/2 lžičky)

Na omáčku

-  Máslo nebo ghí (60 g)
-  Hladká mouka (50 g)
-  Cibule (1 ks)
-  Loupaná rajčata (400 g)
-  Hovězí nebo drůbeží vývar (800 ml)
-  Mletá skořice (1/2 lžičky)
-  Bobkový list (1 ks)
- • Nové koření (5 kuliček)
-  Sušený tymián (1/2 lžičky)
-  Rajský protlak (140 g)
- • Pepř celý (5 kuliček)
-  Ocet (na dochucení)
-  Cukr (na dochucení)

 **Tip:** Mleté maso můžete dochutit čerstvými bylinkami pro výraznější chuť.

1. Příprava masových koulí

- Všechny ingredience na maso vložte do mísy a pečlivě promíchejte. 🍖🥚🍴🌿
🧂
- Pokud je směs příliš řídká, přidejte strouhanku nebo krupici. 🍲
- | ⚠️ **Varování:** Směs nesmí být příliš tuhá, koule by byly suché.
- Ze směsi vytvarujte koule o velikosti ping-pongového míčku. 🍷
- Vyskládejte je na táč a vložte do trouby vyhřáté na 200 °C. 🔥
- Pečte dokud nezískají hnědou barvu. 🕒

2. Příprava rajské omáčky

- V hrnci rozpustíte máslo a orestujete nadrobno nasekanou cibuli dozlatova. 🍷
🧄
- Snižte plamen, cibuli zasypejte moukou a minutu opékejte. 🌿
- Přidejte rajčata, promíchejte a zalijte vývarem. 🍅🍲
- Přidejte bobkový list, pepř, nové koření, tymián a skořici. 🌿 • 🍷🌿
- Osolte, přiveďte k varu, přikryjte pokličkou a duste 45 minut na mírném plameni. 🧂🕒

| 💡 **Tip:** Omáčku můžete rozmixovat pro jemnější konzistenci.

3. Dokončení omáčky

- Hotovou omáčku přecedte přes síto. 🍲
- Přidejte rajský protlak a promíchejte metličkou. 🍲
- Dochutíte octem a cukrem - obvykle stačí 1 lžíce octa a 3 lžičky cukru. 🍷🍬

| ⚠️ **Varování:** Cukr a ocet přidávejte postupně, ochutnávejte.

4. Servírování

- **Masové koule podávejte přelité rajskou omáčkou, ideálně s houskovým knedlíkem nebo těstovinami.** 🍅🍷🍞

TIP

Skvěle chutná s čerstvou bazalkou nebo petrželkou navrch.

Šunkofleky jsou tradiční české jídlo, které potěší milovníky jednoduchých a sytých pokrmů.

Ingredience

- 🍝 Těstoviny fleky (300 g)
- 🥩 Uzené vepřové maso (250 g)
- 🧈 Máslo (1 lžička)
- 🍷 Cibule (1 ks)
- 🌱 Mražený hrášek (3 hrsti)
- 🌿 Hladkolistá petržel (1 hrst)
- 🥛 Mléko (300 ml)
- 🥚 Vejce (2 ks)
- 🧀 Gouda, nastrouhaná (100 g)
- 🥒 Kyselé okurky
- 🧂 Sůl
- • Čerstvě namletý pepř

💡 **Tip:** Můžete použít mladou kozí goudu pro jemnější chuť.

1. Příprava základu

- **Přehřejte troubu na 170 °C.** 🔥
- **Cibuli oloupejte a nakrájejte nadrobno.** 🍷🔪
- **Na pánvi rozehejte máslo, přidejte cibuli a restujte dozlatova.** 🧈🍷
- **Uzené maso nakrájejte na kostičky cca 1×1 cm a přidejte k cibuli, krátce opečte.** 🥩

⚠️ **Varování:** Uzené maso nepřepékejte, aby zůstalo šťavnaté.

2. Vaření těstovin

- Do hrnce dejte vodu, osolte ji a přiveďte k varu. 💧 🧂
 - Těstoviny uvařte na skus, scedte a prolijte ledovou vodou. 🍝 ❄️
-

3. Příprava zálivky

- Do mísy odměřte mléko, přidejte vejce, osolte, opepřete a promíchejte vidličkou. 🥛 🥚 🧂 •
-

4. Skládání do pekáčku

- Nastrouhejte goudu najemno, část si nechte na posypání vrchu. 🧀
- Těstoviny dejte do pekáčku, přidejte orestovanou cibuli s uzeným, hrášek a většinu sýra. 🍝 🧅 🍖 🥬 🧀
- Vše promíchejte, zalijte zálivkou z mléka a vajec, znovu promíchejte. 🥛 🥚
- Nakrájejte petrželku, posypte těstoviny a opět promíchejte. 🌿
- Nahoru nasypete zbytek sýra. 🧀

i TIP

Trochu sýra si nechte na posypání těstovin po upečení.

5. Pečení

- Pečte 25-35 minut na 170 °C, dokud povrch nezezlátne. 🕒 🔥
-

6. Servírování








- Podávejte s kyselou okurkou. 🥒

i TIP

Skvěle chutná s čerstvou zeleninou nebo salátem.





Steak je ikonické americké jídlo, které vynikne jednoduchou přípravou a kvalitními surovinami.

Ingredience





-  Hovězí steak (ribeye, sirloin, flank, T-bone, dle chuti)
-  Sůl
- • Čerstvě namletý pepř
-  Máslo (na dochucení)
-  Čerstvé bylinky (rozmarýn, tymián)
-  Česnek (volitelně)
-  Olivový olej (na potřetí)
-  Příloha: zelenina, brambory, salát

 **Tip:** Vyberte maso s vyšším podílem tuku pro šťavnatější steak.

1. Příprava masa

- **Maso vyndejte z lednice alespoň 30 minut před přípravou, aby mělo pokojovou teplotu.**  
- **Opláchněte, osušte papírovou utěrkou.**
- **Potřete olivovým olejem, osolte a opepřete z obou stran.**   •

2. Grilování / smažení

- **Rozpalte pánev nebo gril na maximum.** 
- **Steak vložte na rozpálený povrch a nechte bez pohybu 2-3 minuty.**
- **Otočte a opékejte další 2-3 minuty (dle tloušťky a požadovaného stupně propečení).**
- **Přidejte bylinky, česnek a kousek másla ke steaku na poslední minutu.**   

 **Varování:** Steak nepropékejte příliš dlouho, jinak bude tuhý.

3. Odpočinek

- **Steak přendejte na talíř, přikryjte alobalem a nechte 5 minut odpočinout.** 
-

4. Servírování

- **Podávejte nakrájený na plátky, s oblíbenou přílohou.**  

TIP

Skvěle chutná s pečenými bramborami, grilovanou zeleninou nebo čerstvým salátem.

Druhy propečení

Názorná ukázka stupně propečení steaků



BLUE RARE

Opečený zvenku, kompletně rudý uvnitř.



MEDIUM

Propečený tak, že uvnitř zůstane z 25% růžový.



RARE

Opečený zvenku a uvnitř stále ze 75% rudý.



MEDIUM WELL

Uvnitř stále známky růžové barvy.



MEDIUM RARE

Opečený tak, aby byl uvnitř stále z 50% červený.



WELL DONE

Pečeme, dokud steak není kompletně hnědý.

Používejte tuto terminologii při objednávkách ve steakhousech
nebo při připravování steaků Vaším hostům.

Kokosové kuře








Kokosové kuře je exotické jídlo s jemnou chutí kari a krémovou omáčkou z kokosového mléka.

Ingredience

-  Rýže
-  Máslo
-  Cibule (1 ks)
-  Kuřecí prsa (500 g)
-  Mrkev (200 g)
-  Zelená paprika (200 g)
-  Kari koření (2 lžíce)
-  Bílá cibule, najemno (150 g)
-  Drcená loupaná rajčata v plechovce (400 g)
-  Kokosové mléko (400 ml)
-  Sůl
- • Pepř

 **Tip:** Použijte kvalitní kokosové mléko pro krémovější omáčku.

1. Příprava surovin

- **Kuřecí maso očistěte a nakrájejte na nudličky.**  
- **Mrkev očistěte a nakrájejte na tenká kolečka.**  
- **Papriky nakrájejte na větší kostky.**  
- **Cibuli nakrájejte najemno.**  

2. Restování

- **V hlubší pánvi rozpalte máslo na středním plameni.**  

- Přidejte cibuli a restujte ji 3-4 minuty. 🍅
- Přidejte kuřecí maso, papriku, mrkev, kari koření, sůl a pepř. Restujte dalších 4-5 minut. 🍗🥕🌶️🧂•

⚠️ **Varování:** Nepřepékejte maso, aby zůstalo šťavnaté.

3. Dušení

- Ztlumte plamen na mírný stupeň.
- Přilijte rajčata a kokosové mléko, pánev přiklopte pokličkou. 🍅🥥
- Směs vařte 25-27 minut. ⌚

4. Servírování

- Podávejte s rýží. 🍚



















TIP

Skvěle chutná s čerstvým koriandrem nebo limetkou navrch.

Kuřecí na kari s rýží

Kuřecí na kari s rýží je exotické jídlo s jemně sladkou omáčkou, které potěší milovníky indické kuchyně.










Ingredience

-  Rýže (250 g)
-  Máslo
-  Kuřecí prsa (400 g)
-  Cibule (1 ks)
-  Čerstvý zázvor (10 g)
-  Česnek (2 stroužky)
-  Kokosové mléko (400 ml)
-  Mango nebo  Broskev (1 ks)
-  Koriandr
-  Voda
-  Kurkuma
-  Sůl
-  Pepř
-  Sladká paprika (koření)
-  Gulášové koření
-  Kari koření
-  Bazalka (koření)

1. Restování základu

- **Na pánvi rozežhřejte máslo.**  
- **Orestujte nadrobno nakrájenou cibuli, česnek a zázvor.**   

2. Mixování omáčky

- **Orestovanou směs vložte do mixéru.** 
- **Přidejte nakrájené mango/broskev, kokosové mléko a veškeré koření.**        •
- **Rozmixujte dohladka.** 



Tip: Mango dodá omáčce jemnou sladkost, broskev je alternativou.

3. Vaření masa

- Omáčku přelijte zpět na pánev.
- Přidejte na kostičky nakrájené kuřecí maso a trochu vody. 🍗💧
- Vařte přibližně 20 minut, dokud se maso neuvaří. 🕒

⚠️ **Varování:** Maso vařte na mírném plameni, aby zůstalo šťavnaté.

4. Servírování

- Podávejte s uvařenou rýží. 🍚
- Posypte nasekaným koriandrem. 🌿

TIP

Skvěle chutná s naanem nebo pita chlebem.

Kuřecí tikka masala

Kuřecí tikka masala je ikonické indické jídlo, které skvěle chutná s domácím naanem.

Ingredience

Marináda na maso

- 🍗 Kuřecí prsa (500 g)
- 🥛 Bílý jogurt (1 kelímek)
- 🌿 Zázvor, nastrouhaný (1 lžíce)
- 🧄 Česnek, prolisovaný (1 lžíce)
- 🌿 Římský kmín, mletý (1 lžička)
- 🌶️ Tandoori masála (1 lžíce)
- 🧂 Sůl

Omáčka

- 🧈 Máslo
- 🍷 Cibule, velká (1 ks)
- 🍅 Rajčata (2 ks)
- 🌿 Zázvor, nastrouhaný (1 lžíce)
- 🧄 Česnek, prolisovaný (1 lžíce)
- ○ Kurkuma (1 lžička)
- 🌿 Římský kmín, mletý (1 lžička)
- 🍲 Kari koření (1 lžička)
- 🍷 Skořice celá (1 svitek)
- 🍷 Kardamom celý (1 ks)
- ★ Badyán (2 hvězdičky)
- 🌿 Bobkový list (4 ks)
- 🥛 Smetana ke šlehání 33%
- 🍅 Krájená rajčata (1 plechovka)
- 🌿 Čerstvý koriandr (1 hrst)
- 🧂 Sůl
- 🍬 Cukr

Naaan

- 🌾 Hladká mouka (250 g)
- 🥛 Smetana na vaření 12% (100 ml)
- 🥛 Jogurt (100 ml)
- 💧 Voda (50 ml)

- 🧂 Sůl (1/2 lžičky)
 - 🧈 Máslo (1 lžíce)
 - 🥄 Kypřicí prášek
-

1. Marinování masa

- Kuřecí maso nakrájejte na kostky (cca 4 × 4 cm). 🍗🔪
- Smíchejte všechny ingredience na marinádu, maso do ní naložte. 🍲
- Zakryjte fólií a nechte marinovat ideálně přes noc. 🕒

⚠️ **Varování:** Marinujte minimálně 2 hodiny pro lepší chuť.

2. Příprava omáčky

- Na másle osmažte najemno nakrájenou cibuli dozlatova (cca 5 min). 🍷🧈
- Přidejte zázvor, česnek, římský kmín, kurkumu, kari a restujte 2 minuty. 🌿🧄🌿🌿🧄🧄
- Přidejte nakrájená rajčata, skořici, kardamom, badyán, bobkový list, plechovku rajčat, smetanu a sůl. 🍅🍅🍅🌿🌿🧄🧄🧄
- Vařte 15 minut, dochuťte cukrem a solí. 🍬🧂
- Vyjměte bobkový list, kardamom, badyán a skořici. 🌿🌿🌿🍅

💡 **Tip:** Omáčku můžete rozmixovat pro jemnější konzistenci.

3. Pečení masa

- Troubu předehřejte na 250 °C. 🔥
 - Marinované maso rozložte na plech s pečicím papírem. 🍗📄
 - Pečte doměkka asi 10 minut, kontrolujte šťavnatost. 🕒
-

4. Spojení masa s omáčkou

- Hotové maso přidejte do omáčky i se šťávou, provařte 2 minuty. 🍲🍗
-

5. Naaan jako příloha

- Do mísy nasypete mouku, kypřicí prášek a sůl. 🌾🥄🧂
- Přilijte smetanu, jogurt a vodu, promíchejte. 🥛🍲💧
- Těsto rozetřete na pečicí papír. 📄
- Pečte v troubě na nejvyšší stupeň asi 3 minuty, dokud se nenafouknou a nezhnědnou. 🔥🕒
- Hotové placky potřete máslem. 🧈














i TIP

Naaan můžete posypat čerstvým koriandrem nebo česnekem.





Tortilly s vepřovo-hovězím masem a salsou

Tortilly s masem a salsou jsou skvělým rychlým jídlem na party i večeři.

Ingredience




-  Malé tortilly (Kaufland)
 -  Mleté vepřové-hovězí maso (Kaufland)
 -  Gyros koření (dle chuti, Coop)
 -  Česnekový prášek
 -  Červená cibule (1 ks, střední)
 -  Keříková rajčata (2 ks, větší)
 -  Limetka (1 ks)
 -  Čerstvý koriandr
 -  Zakysaná smetana
 -  Olivový olej
 -  Sůl
 -  • Pepř
 -  Sýr
-

1. Příprava masa

- **Maso osmahněte v pánvi na másle.** 
- **Přidejte gyros koření a šťávu z limetky.** 
- **Hotové maso dejte na tortillu a zasypte sýrem.** 
- **Tortillu nebalte, pouze ji vložte na pánev a osmahněte spodní stranu.** 

 **Varování:** Tortilla se smaží jen z jedné strany, aby zůstala vláčná.

2. Příprava salsy

- **Rajčata a cibuli nakrájejte na kostičky.** 
- **Smíchejte v misce s limetkovou šťávou, lžící oleje, pepřem, solí, koriandrem a česnekovým práškem.** 
- **Salsu nechte v lednici 30 minut odležet.** 



Tip: Salsa je nejlepší vychlazená, chutě se krásně propojí.









3. Dokončení

- Opečenou tortillu se sýrem doplňte čerstvou salsou. 🌮🍅
- Podávejte se zakysanou smetanou. 🥛


Pastéis de Nata


Pastéis de Nata jsou tradiční portugalské koláčky s krémovou náplní, ideální ke kávě nebo jako dezert.

Ingredience









-  Listové těsto (500 g)
-  Mléko (100 ml)
-  Smetana na vaření (200 ml)
-  Žloutky (5 ks)
-  Krystalový cukr (3 lžíce)
-  Hladká mouka (2 lžíce)
-  Kůra z 1 citronu
-  Mletá skořice


1. Příprava těsta

- **Listové těsto rozválejte a z delší strany zarolujte.** 
- **Nakrájejte na kousky a z každého vytvarujte dlaní košíček.**




 **Tip:** Košíčky můžete vytvarovat i pomocí formiček na muffiny.

2. Příprava náplně

- **V hrnci smíchejte mléko, smetanu, žloutky, cukr, mouku, citronovou kůru a skořici.**      
- **Zahřívejte za stálého míchání, dokud směs nezhoustne na pudink.**  

 **Varování:** Směs nesmí vřít, jinak se žloutky srazí.

3. Plnění & pečení






- **Košíčky naplňte připravenou směsí.** 
- **Naskládejte je na plech s pečicím papírem.**
- **Pečte při 220 °C asi 15 minut, dokud povrch nezezlátne.**  

i TIP

Pro autentickou chuť můžete povrch lehce zkaramelizovat flambovací pistolí.




Řecká směs je jednoduché a rychlé jídlo, které vyniká výraznou chutí koření a barbecue omáčky.


Ingredience

-  Máslo
-  Kuřecí maso
-  Barbecue omáčka smoky chilly (Lidl)
-  Koření Kotányi paprika uzená sladká
-  Koření Avokádo kuře gril


 **Tip:** Maso nejlépe marinujte v koření den předem pro intenzivnější chuť.

1. Příprava masa

- **Kuřecí maso nakrájejte na nudličky.** 
- **Důkladně obalte v koření.** 
- **Smažte na másle dozlatova.** 

 **Varování:** Pokud maso pustí vodu, ihned ji slijte, aby neztratilo chuť.

2. Dochucení

- **Přidávejte barbecue omáčku smoky chilly po troškách.** 
- **Promíchejte a nechte krátce provařit.**

TIP

Omáčku nepřidávejte vše najednou, lépe se propojí chutě.







3. Dokončení


- **Maso prosmažte až do konce, aby bylo šťavnaté a dobře ochucené.** 🍗🔥

Dip s bylinkami a sladkou paprikou








Tento dip je rychlý, svěží a hodí se na každou party nebo grilování.

Ingredience

-  Zakysaná smetana (půlka velkého kelímku)
-  Červená sladká paprika (koření)
-  Pizza koření
-  Bazalka (nasekaná, koření)
-  Česnek (1 větší stroužek)
-  Sůl
- • Pepř

 **Tip:** Použijte čerstvou bazalku pro výraznější chuť.

1. Příprava dipu

- **Zakysanou smetanu dejte do misky.** 
- **Přidejte sladkou papriku, pizza koření, nasekanou bazalku, prolisovaný česnek, sůl a pepř.**      •
- **Vše důkladně promíchejte.** 

 **Varování:** Česnek přidávejte postupně, aby dip nebyl příliš ostrý.

2. Servírování

- **Podávejte vychlazené, ideálně s čerstvou zeleninou, pečivem nebo chipsy.** 
 




i TIP


Dip je skvělý i jako omáčka k masu z grilu.

Smetanový dip na sladko





Smetanový dip na sladko je rychlý, jemný a vhodný k masu i zelenině.


Ingredience

-  Kečup (2 polévkové lžíce)
-  Smetana (2 polévkové lžíce)
-  Med (1 lžička)

 **Tip:** Můžete použít zakysanou smetanu pro jemnější chuť.

1. Příprava dipu

- **Všechny ingredience dejte do misky.**   
- **Důkladně promíchejte do hladké konzistence.** 

 **Varování:** Med přidávejte postupně, ochutnávejte – dip by neměl být příliš sladký.

2. Servírování

- **Podávejte vychlazené, ideálně k tortille s kuřecím masem, grilovanému kuřecímu nebo hranolkům.**   

TIP

Skvěle chutná i jako sladká omáčka k pečeným bramborám.