

Avokádo

Kuchařka od Romana Staši

MNOHEM LEPŠÍ MASO A RYBY



Obsah

Maso a ryby

Hovězí chilli s kukuřicí a zázvorem	3
Bůček se zázvorem	4
Guláš z daňka s nakládanou cibulí a šalotkou	5
Daňčí hřbet s glazovanou zeleninou a petrželovou espumou	6
Trhané kuře na paprice s křenovým knedlíkem	7
Pečené kuře s fermentovaným citronem	8
Marinované krůtí prso s estragonem a křenovou majonézou	9
Candát s batátovým pyrém a chlebovou drobenkou	10
Tataráček ze pstruha se spáleným máslem	11
Salát s krevetami a opálenými rajčaty	12

Hovězí chilli s kukuřicí a zázvorem

Suroviny na 4 porce:

- Hovězí kliška – 1 kg
- Zelená paprika – 1 ks
- Jarní cibulka – 4 ks
- Červená cibule – 2 ks
- Česnek – 4 stroužky
- Cayennská chilli paprička – 2 ks
- Konzervovaná krájená rajčata – 800 g
- Slunečnicový olej – 3 lžíce
- Vinný ocet – 2 lžíce
- Třtinový cukr – 2 lžíce
- Hovězí vývar – 300 ml
- Máslo – 30 g
- Vakuovaná kukuřice – 4 ks
- Zázvor – 30 g (nejmno nakrájený)
- Citron – 1 ks
- **Sušená rajčata v oleji s bylinkami Avokádo – 5 ks**

Sušené bylinky a koření Avokádo:

- **Chilli mleté – 1 lžička**
- **Kmín mletý – 2 lžičky**
- **Zázvor mletý – 1 lžička**
- **Citronová kůra sušená – 1 lžička**
- **Rozmarýn – 1 lžička**
- **Tymián – 1 lžička**
- **Skořice mletá – 2 lžičky**
- **Paprika uzená mletá – 1 lžička**
- **Mořská sůl s jodem – 1 lžička**
- **Pepř černý mletý – 1 lžička**

Už podle surovin byste určitě nezaváhali, kdybych se vás zeptal, ve které kuchyni jsem k tomuhle receptu čerpal inspiraci. V mexické.

Přesně tak. A víte proč? To už je těžší otázka, ale je to vlastně moje nejčastější odpověď v různých rozhovorech. Protože mexická kuchyně je moje nejoblíbenější.

Postup:

Ve velkém hrnci na slunečnicovém oleji zprudka orestujte ze všech stran maso nakrájené na zhruba centimetrové kostky. Poté maso dejte stranou a na výpeku zarestujte nejemno nakrájenou cibuli, česnek nakrájený na plátky a na kostky nakrájenou papriku. Následně do hrnce přilijte vinný ocet a nechte zcela odpařit. Poté přisypte cukr a minutu za stálého míchání restujte.

Postupně pak do hrnce přidejte všechny sušené bylinky, koření a sušená rajčata nakrájená nahrubo. Nechte tři minuty rozvonět, přidejte konzervovaná rajčata a také vraťte do hrnce maso. Zalijte vývarem, přikryjte pokličkou a na mírném plameni vařte zvolna tři hodiny, dokud se maso nebude rozpadat. Poté odklopte pokličku, přidejte plamen a obsah hrnce zredukujte na polovinu.

Mezitím si na pánvi s máslem orestujte kukuřici ze všech stran. Přidejte zázvor, nejemno nakrájenou jarní cibulku a vše společně pět minut restujte. Sundejte z plotny, kukuřici podélně seřízněte zrna a vložte je do mísy společně s jarní cibulkou a zázvorem. Vše zakápněte šťávou z citronu, olivovým olejem, osolte, opepřete, přidejte nakrájenou čerstvou chilli papričku a opatrně promíchejte.

Do hlubokého talíře naservírujte naběračku hotové ho chilli a bohatě ozdobte kukuřičným salátem.





Bůček se zázvorem

Suroviny na 4 porce:

- Vepřový bok – 600 g
- Česnek – 10 stroužků (5 nakrájených na tenké plátky a 5 drcených)
- Bílé víno – 200 ml
- Žlutá cibule – 1 ks
- Hladkolistá petržel – hrst
- Máslo – 150 g
- Sójová omáčka – 100 ml
- Jasmínová rýže – 400 g
- Slunečnicový olej – 100 ml
- Čerstvý zázvor – 30 g

Sušené bylinky a koření Avokádo

(na marinádu):

- Zázvor mletý – 2 špetky
- Česnek sušený granulovaný – 2 špetky
- Tymián – 1 špetka
- Kmín drcený – 1 špetka
- Rozmarýn – 1 špetka
- Mořská sůl s jodem v mlýnku
- Pepř černý mletý

Tenhle recept vás na chvilku přenesení do daleké Asie, ale s podobnou přípravou se setkáte také v řadě asijských restaurací v Česku. A jestli jste ještě nevyzkoušeli bůček naladěný do asijských chutí, možná vám tenhle recept ukáže

další pohled na to, jak zajímavě se dá s tímhle druhem masa pracovat.

Postup:

Nejdřív začněte s přípravou marinády tím, že ve velké míse smícháte všechny druhy koření, přidáte 50 ml oleje, špetku soli a pepře a důkladně promícháte. Bůček nakrájete na cca 1,5 cm velké kostky a vložte je do mísy s marinádou. Nechte 30 minut marinovat.

Mezitím na pánvi s 50 g másla vysmažte dozlatova plátky česneku. Osmažené plátky vyndejte z pánve a položte na papírovou utěrku.

Ve velkém hrnci restujte bůček dozlatova na 50 ml rozpáleného oleje zhruba čtyři minuty. Poté jej vyndejte z hrnce a na výpeku s 50 g másla zarestujte drcený česnek, nadrobno nakrájenou cibuli, čerstvý zázvor nakrájený na plátky a nakonec vložte zpět maso. Podlijte vínem, nechte zredukovat na polovinu, přidejte sójovou omáčku, důkladně promíchejte a nechte dusit pod pokličkou zhruba dvě hodiny.

Rýži uvařenou podle návodu zarestujte na pánvi společně s 50 g másla, špetkou sušeného zázvoru a špetkou sušeného česneku.

Bůček servírujte na rýži, vše přelijte výpekem z hrnce a zasypte nahrubo posekanou petrželí a osmaženými plátky česneku.

Guláš z daňka s nakládanou cibulí a šalotkou

Suroviny na 4 porce:

- Daňčí hřbet – 600 g (očištěný a nakrájený na 2cm kousky)
- Cibule – 3 ks (2 ks nakrájené nahrubo, 1 ks na kolečka)
- Šalotka – 2 ks (nakrájené na kolečka)
- Česnek – 2 stroužky (nakrájené najemno)
- Hovězí vývar – 1 l
- Slunečnicový olej – 1 lžice
- Cukr krystal – 2 lžice
- Vinný ocet – 3 lžice
- Čerstvý chléb

Sušené bylinky a koření Avokádo:

- Jalovec – 3 kuličky
- Paprika sladká – 1 lžička
- Bobkový list – 6 ks
- Tymián – špetka
- Nové koření celé – 6 kuliček
- Kmín drcený – špetka
- Alpská sůl s jodem
- Pepř černý hrubě mletý

Guláš. Přesně to jídlo, které se v každé rodině dělá tak trochu jinak a recepty se často předávají z generace na generaci. Já jsem dlouhé roky nebyl moc velký fanoušek hovězího guláše (asi jsem si nesl jako hodně dalších lidí trauma z guláše ve školní jídelně), ale postupně jsem si

k němu díky výborným provedením v různých restauracích našel cestu. Ale když přede mě postavíte i teď talíř hovězího a zvěřinového guláše, určitě sáhnnu po tom zvěřinovém, protože v něm bývá přece jen víc zajímavých chutí.

Postup:

Začněte přípravou koření do guláše. Abyste na konci vaření nemuseli lovit koření z hrnce nebo na talíři, dejte si do kuchařského plátýnka jalovec, bobkový list a nové koření. Z plátýnka vytvořte „měšec“ a důkladně ho zavažte provázkem.

Ve velkém hrnci na oleji zarestujte najemno nakrájenou šalotku, dvě cibule a česnek. Přidejte tymián a vložte očištěné, na kostky nakrájené maso, osolte, opepřete a důkladně restujte dozlatova zhruba čtyři minuty. Přidejte sušenou papriku. Následně maso zalijte vývarem, přidejte měšec s kořením a duste zhruba půl hodiny. Poté vyndejte měšec s kořením a vše svařte na polovinu.

V malém hrnci svařte cukr, ocet, bobkový list, kmín, nové koření a 200 ml vody. Jakmile vše projde varem, vypněte plotnu a vložte do hrnce zbylou cibulí a šalotku nakrájenou na kolečka.

Guláš podávejte zasypaný nakládanou cibulí a šalotkou a jako přílohu zvolte čerstvý chléb.





Daňčí hřbet s glazovanou zeleninou a petrželovou espumou

Suroviny na 4 porce:

- Daňčí hřbet – 600 g
- Máslo – 100 g
- Mrkev – 5 ks
- Česnek – 3 stroužky
- Kořen petržele – 4 ks
- Slunečnicový olej – 3 lžičky
- Smetana 33% – 250 ml
- **Jablečný křen Avokádo – 1 lžička**

Sušené bylinky a koření Avokádo:

- **Bazalka – 1 lžička**
- **Citronová kůra sušená – 1 špetka**
- **Česnek sušený granulovaný – 1 lžička**
- **Jalovec – 3 kuličky**
- **Česnek medvědí – 1 lžička**
- **Oregano – 1 lžička**
- **Pepř černý celý – 3 kuličky**
- **Alpská sůl s jodem**

Moje první velké setkání se zvěřinou se odehrálo v soutěži MasterChef a asi to bylo setkání opravdu osudové. Práci se zvěřinou jsem si doslova zamiloval a i v rámci privátních vaření se její trochu zašlou slávu snažím šířit a obnovit. Obrovskou výhodou je, že už je maso ze zvěřiny mnohem lépe dostupné než kdysi a začíná se vracet na české stoly. Víím, že největší překážkou je obava lidí, jakou zvolit úpravu, tak vám třeba tento recept zachutná a stane se u vás v rodině oblíbeným.

Postup:

Do hmoždíře vložte jalovec a pepř a pořádně je rozdrťte. Vzniklou kořenicím směs osolte a důkladně ji vmasírujte do očištěného daňčího hřbetu, zakápněte lžící oleje a nechte maso odležet.

Polovinu petržele nakrájejte na kolečka a zarestujte na 50 g másla. Poté přidejte česnek nakrájený na plátky a také zarestujte. Následně přilijte smetanu, přisypte sušenou citronovou kůru a sůl a duste do změknutí. Celou směs dejte do mixéru společně se lžičkou křenu a sušeného česneku, vymixujte dohladka a přecedte přes jemné síto do lahve na espumu, kterou natlakujete dvěma bombičkami, a nechte odležet.

Daňčí hřbet vložte na rozpálenou pánev se dvěma lžicemi oleje a restujte ze všech stran zhruba jednu minutu. Orestovaný hřbet vložte do trouby vyhřáté na 160 °C a pečte zhruba sedm minut. Záleží na velikosti steaku. Po vyndání z trouby nechte maso tři až čtyři minuty odpočinout a poté jej nakrájejte na centimetrové plátky.

Na pánev, kde jste restovali maso, dejte 50 g másla s oreganem, bazalkou a medvědí česnekem. Přidejte mrkev a petržel nakrájenou na nudličky, osolte, opepřete a restujte dozlatova.

Filírovaný hřbet servírujte na kopečku z glazované zeleniny a talíř dozdobte kopečky petrželové espumy.

Trhané kuře na paprice s křenovým knedlíkem

Suroviny na 4 porce:

- Kuřecí stehna – 3 ks
- Žlutá cibule – 3 ks
- Česnek – 10 stroužků
- Rohlíky – 5 ks
- Vajíčka – 3 ks
- Petržel – vanička (nakrájená nahrubo)
- Hrubá mouka – 1 kg
- Slanina – 200 g
- Kuřecí vývar – 500 ml
- **Strouhaný křen Avokádo – 1 lžice**

Sušené bylinky a koření Avokádo:

- **Paprika sladká – 1 lžice**
- **Paprika pálivá – 1 lžička**
- **Česnek sušený granulovaný – 1 lžička**
- **Bobkový list – 3 lístky**
- **Nové koření celé – 3 kuličky**
- **Petrželová nať – 1 lžice**
- **Citronová kůra sušená – 1 lžička**
- **Alpská sůl s jodem**
- **Pepeř černý mletý**

Tenhle recept snad nepotřebuje ani komentář. Možná snad jediný, a to, že tohle jídlo opravdu polarizuje strávníky. Neznám ve svém okolí nikoho, kdo by k němu měl neutrální vztah. Buď ho lidé milují, nebo ho nemůžou ani cítit. A já se rozhodně už odmala řadím k té první skupině.

Postup:

Z kuchařského plátýnka si připravte měšec, do kterého vložte bobkový list a nové koření. Celý měšec pak pečlivě zabalte a zavažte provázkem.

V tlakovém hrnci zarestujte slaninu nakrájenou na kostičky společně s nahrubo nakrájenou cibulí a plátky česneku. Poté přidejte vykostěná kuřecí stehna bez kůže, sůl, obě sušené papriky, česnek a pepř a zhruba pět minut také restujte dozlatova. Přidejte měšec s kořením, zalijte vývarem, uzavřete tlakový hrnec a vařte 75 minut. Zatím si připravte knedlíky. Rohlíky nakrájejte na kostičky a upečte v troubě dozlatova. Mezitím si vyšlehejte sněž z bílků. Rohlíky, žloutky, sůl, pepř, mouku, nahrubo nasekanou petržel (čerstvou i sušenou), křen a citronovou kůru smíchejte ve velké míse dohromady. Nechte tři minuty odpočinout a opatrně vmíchejte sněž z bílků. Ze směsi vytvoříte podlouhlý knedlík, který zabalte do potravinařské fólie a ve vroucí vodě vařte 25 minut.

Tlakový hrnec opatrně otevřete (nezapomeňte vypustit páru) a tekutinu zredukujte na polovinu. Dejte si na stranu kuřecí maso, které natrhejte.

Mezitím rozmixujte omáčku dohladka, dochuťte solí a vraťte maso zpět do omáčky. A nyní už zbývá jen naservírovat tuhle dobrotu na talíř společně s výborným křenovým knedlíkem. Jestli si ho dáte v kuse, nebo na kolečka, to už záleží jenom a jenom na vás.





Pečené kuře s fermentovaným citronem

Suroviny na 4 porce:

- Kuře celé bez drobbů – 1 ks
- Máslo – 70 g
- Česnek – 3 stroužky
- Slunečnicový olej – 2 lžíce
- Malé brambory – 10 ks
- Žlutá cibule – 1 ks
- Hladkolistá petržel – 70 g
- Tvrdý tučný tvaroh – 50 g

Nakládaný citron:

- Voda – 200 ml
- Třtinový cukr – 140 g
- Tymián – 5 snítek
- Citron – 2 ks

Sušené bylinky a koření Avokádo:

- Tymián – 3 lžíce
- Česnek sušený granulovaný – 1 lžička
- Rozmarýn – 1 lžička
- Citronová kůra sušená – 1 špetka
- Petrželová nať – 1 lžíce
- Mořská sůl s jodem v mlýnku
- Pepř barevný celý v mlýnku

Když jsem byl malý, byla u nás v rodině skoro taková tradice, že aspoň jednou za měsíc bylo k nedělnímu obědu pečené kuře. A co si budeme povídat, asi jsme v tomhle nebyli v Česku jako rodina nijak výjimeční. Ale i těch tradičních rodinných receptů se člověk časem přejí, tak jsem si pro vás připravil variantu, jak dát pečenému kuřeti trochu jiný rozměr. A věřte, nebo ne, ale citron dokáže opravdu divy.

Příprava:

Na tento recept musíte začít s přípravou fermentovaného citronu den dopředu. Do velkého hrnce dejte vodu, třtinový cukr a tymián a přiveďte k varu. Mezitím nakrájejte citron na tenké plátky a vložte ho do uzavíratelné sklenice. Jakmile bude nálev vřít, přelijte jím připravený citron. Nechte ho na světlém místě jeden den, poté uzavřete a dejte do lednice (vydrží vám až 3 týdny).

Postup:

Troubu si rozehřejte na 180 °C.

Do mixéru dejte čerstvý i sušený česnek, dva plátky nakládaného citronu včetně kůry, máslo, olej, sušenou citronovou kůru, tymián, rozmarýn, lžičku soli a dvě špetky pepře a vše vymixujte dohladka.

Kuře si připravte do pekáče a důkladně do něj vetřete směs z mixéru. Pečte v rozehřáté troubě zhruba hodinu a čtvrt, až kuře na povrchu krásně zezlátne. Po 20 minutách pečení kuře přelijte výpekem a přidejte do pekáče brambory (výborná je odrůda Grenaille) a na polovinu překrojenou oloupanou cibuli a nechte dále péct.

Zatímco se kuře bude péct, nakrájejte nejmenší plátek fermentovaného citronu, vložte ho do mísy, zasypte sušenou i posekanou čerstvou petrželí, tvarohem, špetkou soli a pepře a lehce promíchejte. Pekač vytáhněte z trouby a kuře nechte pět minut odpočinout. Mezitím vyndejte z pekáče brambory a cibuli a vše překrájejte nahrubo.

Kuře servírujte rozporcované společně s bramborovou přílohou a ochuceným tvarohem.

Marinované krůtí prso s estragonem a křenovou majonézou

Suroviny na 4 porce:

- Krůtí prsa – 4 ks
- Barevné papriky – 6 ks
- Česnek – 4 stroužky
- Čerstvý estragon – vanička
- Vajíčka – 3 ks
- Olivový olej – 6 lžic
- Slunečnicový olej – 450 ml
- Citron – 2 ks
- Nesolené pistácie – 1 hrst

Sušené bylinky a koření Avokádo:

- Majoránka – 1 lžička
- Oregano – 1 lžička
- Křen strouhaný – 1 lžička
- Česnek medvědí – 1 lžička
- Mořská sůl s jodem v mlýnku
- Pepř černý mletý

Moje úplně první setkání s jídlem připravovaným z krůty bylo nezapomenutelné, i když to byl možná krocan. Každopádně proběhlo skrze televizi, když jsem jako malý sledoval příhody Mr. Beana. Po jeho vzoru jsem si tedy nikdy krůtu na hlavu nestrkal, ale každopádně jsem tomuhle masu přišel brzo na chuť a taky hrozně rád z krůty i vařím. A nejen proto, že se říká, že krůta má až devět druhů masa, ale hlavně

proto, že je to skvělá alternativa ke kuřecímu masu, kterého se člověk někdy po čase přejí.

Postup:

Do lednice si dejte vychladit 400 ml slunečnicového oleje.

Ve velké míse smíchejte majoránku, oregano, dva rozdrcené stroužky česneku, jeden lístek estragonu nakrájený najemno, pět lžic olivového oleje, sůl a pepř. Do této směsi naložte krůtí prsa a nechte zhruba hodinu marinovat.

Papriky nakrájejte na malé kostky, osolte, opepřete a dejte do rozpálené pánve s jednou lžicí olivového oleje. Důkladně zarestujte. Na závěr přidejte dva stroužky česneku nakrájeného na plátky a restujte zhruba tři minuty. Papriku a česnek dejte do velké mísy a smíchejte s medvědí česnekem, šťávou z půlky citronu, nasekanými pistáciemi, solí a pepřem.

Krůtí prsa dejte na rozpálenou pánev se dvěma lžicemi slunečnicového oleje a restujte podle velikosti prsou zhruba čtyři minuty z každé strany.

Žloutky dejte do mixéru a za stálého mixování pomalu přilévajte vychlazený olej. Vzniklou majonézu dochuťte kůrou z půlky citronu a šťávou z celého, solí, pepřem a křenem. Krůtí prsa podávejte na paprikách a vše lehce přelijte majonézou.





Candát s batátovým pyrém a chlebovou drobenkou

Suroviny na 4 porce:

- Candát – 2 filety
- Batát – 3 ks (nakrájené nahrubo)
- Smetana 33% – 2 ks
- Máslo – 70 g
- Česnek – hlava (nakrájená nahrubo)
- Žlutá cibule – 2 ks (nakrájené nahrubo)
- Chléb – ¼
- Špek – 150 g (nakrájet na kostičky)
- Olej – 2 lžíce

Sušené bylinky a koření Avokádo:

- Citronová kůra sušená – dvě špetky
- Zázvor mletý – špetka
- Kmín drcený – špetka
- Česnek sušený granulovaný – 1 lžička
- Petrželová nať – 1 lžíce
- Oregano – 1 lžíce
- Mořská sůl s jodem v mlýnku
- Pepř barevný celý v mlýnku

Candát byl dlouhé roky na českých stolech opomíjenou sladkovodní rybou, a i když asi pstruha v oblíbenosti těžko někdy dožene, určitě si zaslouží více prostoru. Má totiž fantastickou strukturu masa, ale také je ideální pro lidi, kteří ke konzumaci ryb úplně netíhnou,

protože nemá tolik charakteristickou rybi vůni. Candát perfektně funguje ve všech možných úpravách a dobře se kombinuje s různými přílohami. Já jsem mu jako doprovod tentokrát vybral batátové pyrém, které se výborně hodí nejen k candátovi, ale i k jiným druhům ryb.

Postup:

Ve středně velkém hrnci zarestujte na 50 g másla batáty, cibuli a česnek. Dochuťte solí a oreganem a zalijte smetanou a vše duste do měkka. Následně dochuťte kmínem, citronovou kůrou a zázvorem a vymixujte dohladka. Aby bylo pyrém opravdu hladké, doporučuji ho ještě přecedit přes jemné síto.

Mezitím si na pánvi zarestujte špek. V mixéru rozmixujte čtvrtku chleba, k němu přidejte restovaný špek a znovu mixujte. Celou směs dochuťte sušeným česnekem, petrželí, pepřem a solí.

Filety z candáta osolte, opepřete a na rozpáleném oleji s 20 g másla restujte filety z každé strany zhruba tři minuty. Délku restování samozřejmě přizpůsobte velikosti filetů a stejně jako u všech ryb začnete restovat filet kůží dolů.

Candáta servírujte na batátovém pyrém posypaném chlebovou drobenkou.

Tataráček ze pstruha se spáleným máslem

Suroviny na 4 porce:

- Filet ze pstruha – 4 ks (bez kůže a kostí)
- Šalotka – 1 ks (nahrájená najemno)
- Citron – 2 ks
- Třtinový cukr – 1 lžička
- Olivový olej – 1 lžička
- Máslo – 50 g
- Pistácie – 20 g
- Estragon – 1 lžička

Sušené bylinky a koření Avokádo:

- Citronová kůra sušená – 1 špetka
- Kmín drcený – ½ lžičky
- Česnek sušený granulovaný – 1 špetka
- Himálajská sůl v mlýnku
- Pepř barevný celý v mlýnku

Hovězí nebo lososový tatarák je velmi milovaná klasika, ale proč tuhle oblíbenou úpravu nevyzkoušet i s jiným druhem masa? I když vám možná zní tatarák ze pstruha minimál-

ně hodně podezřele, po prvním soustu si ho určitě stejně jako já zamilujete.

Postup:

Ve velké míse smíchejte najemno nakhájenou šalotku, šťávu z jednoho citronu, citronovou kůru, cukr, sušený česnek, olej, dvě špetky soli a špetku pepře.

Filety ze pstruha důkladně očistěte od kůže a pinzetou vyndejte kosti. Dejte si práci a opravdu zbavte filety všech kostí. Následně je nakhájejte na malé kostičky, které dejte do velké mísy, přidejte šťávu ze druhého citronu, dvě špetky soli a špetku česneku. Nechte marinovat zhruba čtvrt hodiny.

V malém rendlíku si rozpustěte máslo, přidejte kmín a na středně velkém plameni nechte máslo zpěnit. Jakmile máslo začne hnědnout, stáhněte jej z plotýnky a nechte vychladnout.

Tataráček ze pstruha servírujte zasypaný ochucenou šalotkou, nasekanými pistáciemi, estragonem a lehce zakápnutý ochuceným máslem.





Salát s krevetami a opálenými rajčaty

Suroviny na 4 porce:

- Tygří krevety – 12 ks
- Šalotka – 1 ks
- Cherry rajčata – 20 ks
- Slunečnicový olej – 3 lžice
- **Sušená rajčata s bylinkami v oleji Avokádo – 5 ks**

Dresink:

- Zázvor – 20 g (nejmno nakrájený)
- Omáčka Sriracha – 1 lžice
- Olivový olej – 2 lžice
- Šťáva z jednoho citronu
- Třtinový cukr – lžička

Sušené bylinky a koření Avokádo:

- **Bazalka – 1 lžice**
- **Česnek sušený granulovaný – 1 lžička**
- **Zázvor mletý – 2 špetky**
- **Chilli mleté – špetka**
- **Citronová kůra sušená – 1 lžička**
- **Alpská sůl s jodem – 4 špetky**
- **Pepř černý mletý – 2 špetky**

Tenhle salát je podle mě to pravé řešení, když trávíte odpoledne uprostřed horkého léta na zahradě nebo u bazénu a dostanete hlad. Kombinace restovaných rajčat se sušenými

je podle mě fantastická a možná si tenhle dresink zamilujete stejně jako já a budete ho používat i na jiné druhy salátů.

Postup:

Všechny suroviny na dresink smíchejte v míse s mletým zázvorem, chilli a citronovou kůrou a přidejte dvě špetky soli a špetku pepře, důkladně promíchejte a dejte stranou odpočívat, aby se chutě spojily.

Krevety zbavte hlavy a krunýře, podélně je rozřízněte a vyndejte střívko (nebo si kupte už očištěné). Ve velké míse je zakápněte olejem, přidejte sušený česnek, chilli, sůl a pepř. Promíchejte a nechte aspoň deset minut marinovat.

Mezitím do rozpálené pánve s olejem dejte přepůlená čerstvá rajčata rozkrojenou stranou dolů. Restujte dozlatova zhruba pět minut a potom je opatrně přesuňte do malé mísy. Přidejte sušená rajčata, nejmno nakrájenou šalotku, bazalku, sůl, pepř a opatrně promíchejte.

Krevety restujete na dobře rozpálené pánvi se dvěma lžicemi oleje dvě minuty z každé strany tak, aby získaly krásnou barvu, a ihned servírujte na rajčatovém salátu přelité dresinkem.



Domas Star





MNOHEM LEPŠÍ CHUŤ

Více na  avokadocz_official |  Avokádo