

MAESTRO

ŠČEPEC NAVDIHA

Knjižica receptov



Vsebina:

**SVINJSKA RIBICA V PREPROSTI
BRUSNIČNI OMAKI**

ENOLONČNICA IZ STROČJEGA FIŽOLA

LAZANJA V PONVI

**PIŠČANČJI PAPRIKAŠ Z DIMLJENO
PAPRIKO**

DUŠEN RIŽ

ŠAMPINJONI, POLNJENI S SIROM

MAESTRO

ZAČINI ŽIVLJENJE Z ZAČIMBAMI

Začimbe so aromatične rastline, ki bodo s svojimi nepozabnimi okusi, vonji in barvami obogatile vsako jed in prispevale k večjemu užitku v hrani. Glede na njihov vpliv na jedi jih delimo na pekoče, dišeče in tiste, ki dodajo barvo, glede na stanje med uporabo pa so lahko sveže ali sušene.

V starih časih so bile začimbe dragocena dobrina, ki ni bila dosegljiva vsem. Danes so na voljo vsem, nekatere pa, kot so začimbe Maestro, lahko najdemo na policah in v omaricah skoraj vsake kuhinje – od Avstralije do Evrope in od Južne Amerike do Azije.

Začimbe pa niso le lepa barva okusne jedi ali prefinjena aroma, lahko so tudi izredno zdravilne. Skoraj vsaka začimba, ki jo poznamo in uporabljamo pri pripravi jedi, ima poleg aromatične vsebnosti tudi zdravilne lastnosti. V ponudbi Maestro npr. lahko najdemo vsem dobro znan timijan, ki se že od nekdaj uporablja pri težavah z dihalni ter pomaga pri tesnobi in nespečnosti. Ker je sodobni človek vedno bolj ozaveščen o zdravem življenjskem slogu in o vplivu prehrane na njegovo zdravje, so začimbe, kot so bazilika, česen, cimet in kumina, vse pomembnejši dodatki pri pripravi dnevnih obrokov in osvežilnih napitkov.



SVINJSKA RIBICA V PREPROSTI BRUSNIČNI OMAKI



MOČ
POLNEGA
OKUSA

400 g čebule
3 žlice olivnega olja
1 brusnična marmelada (440 g)
120 ml rdečega vina
50 ml vinskega kisa
1 žlička gorčice estragon
¼ žličke ingverja Maestro
mleti črni poper Maestro
sol
700 g svinjskega fileja (svinjske ribice)
1 žlička Vegete Natur
pisanji poper Maestro
50 ml suhega belega vina
ščepec timijana Maestro
sol
3 žlice ekstra deviškega olivnega olja
20 g masla



Za omako na segreto olivno olje stresemo na rezine narezano čebulo. Med mešanjem jo popražimo, da postekleni. Dodamo vino in kis ter dušimo, dokler del tekočine ne izhlapi. Vmešamo gorčico, ingver, malo mletega črnega popra, sol in brusnično marmelado. Dušimo na nizkem ognju, da dobimo omako. Omako nato pustimo, da se ohladi in dodatno zgosti. Svinjski file, s katerega smo očistili odvečno maščobo in kožice, narežemo na medaljone, debeline 2 cm. Damo jih v posodo, posujemo z Vegeto Natur, mletim pisanim poprom, timijanom, posolimo ter dodamo vino in olivno olje. Premešamo in pustimo, da se meso 30 minut marinira v hladilniku. V širši ponvi segrejemo maslo in nanj položimo marinirane medaljone. Na zmernem ognju jih pečemo nekaj minut na vsaki strani, dokler ne dobijo zlate barve. Medaljone iz svinjske ribice postrežemo z brusnično omako.

Nasvet:

Preostanek omake damo v kozarec in hranimo v hladilniku do naslednjega serviranja. Poleg različnih vrst mesa jo lahko kombiniramo s sirom, na brusketah, v hamburgerjih, z ocvrtimi jedmi ...

ENOLONČNICA IZ STROČJEGA FIŽOLA



4 PORCIJE



60



ENOSTAVNO

POLNOST
OKUSA

- 3 žlice olivnega olja
- 150 g čebule
- 100 g korenja
- 600 g stročjega fižola
- 150 g krompirja
- 1 žlička sladke paprike Maestro
- 1 žlica Vegete
- ½ žličke grobo mletega česna Maestro
- 100 ml smetane za kuhanje
- 1 žlica zdrobljenega peteršilja Maestro



Na segretem olju popražimo seseklano čebulo, dodamo na kolobarje narezano korenje in vse skupaj na hitro prepražimo. Dodamo očiščen, opran in narezan stročji fižol, olupljen, opran in na kocke narezan krompir, sladko papriko, zalijemo z vodo, potresemo z Vegeto, česnom in pokrito kuhamo na nizkem ognju, dokler se zelenjava ne zmehča.

Na koncu vmešamo smetano za kuhanje. Postrežemo potreseno s peteršiljem.

Nasvet:
Sladko papriko
lahko zamenjamo
z ostro.

PIŠČANČJI PAPRIKAŠ

Z DELIKATESNO DIMLJENO PAPRIKO

RAZKOŠNA
RDEČA BARVA

3 žlice olivnega olja
100 g čebule
100 g korenja
50 g korena zelene
100 g sveže rdeče paprike

1 lovorov list Maestro

4 bedra

1 žlica Vegete

200 g krompirja

3 stroki česna

1 žlica paradižnikovega koncentrata Podravka

3 žličke dimljene paprike Maestro

150 ml smetane za kuhanje

1 žlica Gussnela Dolcela

1 žlička črnega mletega popra Maestro

2 žlici zdrobljenega peteršilja Maestro



Na segretem olju prepražimo na drobno sesekljano čebulo. Dodamo na kolobarje narezano korenje, na kocke narezano zeleno in papriko, lovor in vse na hitro podušimo. Spodnje dele beder ločimo od zgornjih, vse skupaj operemo, posušimo, natremo z Vegeto in dodamo k zelenjavi.

Na nizkem ognju ob stalnem mešanju dušimo približno 10 minut in na koncu dodamo na kocke narezan krompir, stisnjen česen, potresemo z dimljeno papriko in dušimo še približno 5 minut. Zalijemo s toliko vroče vode, da pokrije meso in zelenjavo ter kuhamo pokrito na nizkem ognju.

Proti koncu vmešamo paradižnikov koncentrat. Smetano zmešamo z Gussnelom in jo med mešanjem dodajamo v obaro. Pustimo, da zavre.

Postrežemo potreseno s poprom in peteršiljem.

Nasvet:

Nikar ne izpustimo dimljene paprike, saj bo prav ona tista, ki bo dala tej obari povsem novo in nekoliko drugačno okusno noto.



DUŠEN RIŽ



OPOJEN
VONT

2 žlici olivnega olja

150 g čebule

300 g riža parboiled Zlato polje

2 žlički Vegete

500 ml vode

½ žličke grobo mletega česna Maestro

1 žlička kurkume Maestro

Na segretem olju na hitro prepražimo seseklano čebulo, dodamo opran in odcejen riž, premešamo in pražimo, dokler riž ne postekleni. Potresemo z Vegeto, zalijemo z vodo, premešamo, potresemo s česnom in kurkumo ter kuhamo na nizkem ognju približno 20 minut, dokler riž ne vpije vse vode. Postrežemo takoj. Dušen riž lahko priložimo k vsem vrstam pečenega mesa, lahko ga postrežemo z omako ali brez nje.

Nasvet:

Čebulo in riž prepražimo, saj riž vpije sladkost čebule in med kuhanjem postane rahel.



V ŠAMPINJONI, POLNJENI S SIROM



3 PORCIJE



45



ENOSTAVNO

INTENZIVEN
VONJ

12 velikih šampinjonov
20 g masla
100 g skute (ali rikote)
1 strok česna
1 žlička peteršilja Maestro
ščepec mletega črnega popra Maestro
sol
80 g naribanega poltrdega sira (čedar)

1 žlica krušnih drobtin
1 žlička peteršilja Maestro
1 žlica naribanega parmezana



Šampinjone očistimo, operemo in osušimo.
Klobuke odstranimo, bete pa na drobno sesekljamo.
V posodo damo sesekljane bete in jih prelijemo z maslom, ki smo ga segreti do vretja.
Pustimo nekaj minut, nato pa dodamo skuto, sesekljan česen, peteršilj, sveže mlet črni poper, sol in nariban sir. Vse dobro premešamo, da dobimo nadev.
Modele za mafine (12) premažemo z oljem.
Pripravimo mešanico iz krušnih drobtin, peteršilja in parmezana.
Klobuke potopimo v mešanico in jih položimo v modele. Nanje naneseemo nadev s sirom (lahko uporabimo tudi slaščičarsko vrečko s širšo odprtino).
Potresemo s preostalo mešanico s krušnimi drobtinami.
Pečemo približno 20 minut v pečici, ogreti na 180 °C.
Postrežemo kot predjed, prilogo ali glavno jed.

Nasvet:
Uporabimo rjave šampinjone
(portobello), ki so večji in
primernejši za polnjenje.

NASVETI



Sladka paprika

S sladko papriko lahko potresete čips, ocvrt krompirček, pa tudi kuhano ali pečeno koruzo (še okusnejša je, če jo prej pokapljate z bučnim oljem).

Dimljena paprika

Z dodatkom dimljene paprike v brezmesne enolončnice boste dobili prijeten okus po suhem mesu ali panceti.



Petersilj

Če peteršilj dodamo tik pred serviranjem, da jedi lepo barvo in svež okus.

Poper

Za največ okusa poper vedno dodajte na koncu kuhanja, saj med daljšim kuhanjem izgubi svoj značilen okus.



Kurkuma

Priljubljena začimba v prahu ima pomembno vlogo v indijski kuhinji, s prijetno aromo daje jedem lepo zlatorumeno barvo.

VEČ NASVETOV POIŠČITE NA:
www.scepec-navdiha.com