

Multifunkční tlakový hrnec 3v1 0131

Hovězí vývar

Program maso – 40 minut

500 g hovězí kližky, 200 g mrkve, 100 g celeru, 2x cibule, libeček, 1x hlava česneku, listová petržel, celý pepř, sůl, 200 g brambor, olivový olej extra virgin

Kližku očistíme jen od tvrdého tuku a nakrájíme na velké kusy. Očištěnou kořenovou zeleninu nakrájíme na hranolky přibližně 3cm široké a 9 cm dlouhé. Osolíme a vložíme do hrnce. Cibuli a česnek neloupeme, pouze očistíme a v půlce rozkrojíme. Na cibuli přidáme půl lžíce pepře, libeček a zvolíme program. Vše opatrně vyndejte. Česnek, cibuli a libeček vyhoďte. Vše přeceďte přes starou utěrku. Brambory nakrájíme na hranolky a uvaříme. Do hlubokého talíře naskládáme zeleninu a na ní položíme kusy masa. Vývar zalijeme a posypeme petrželí a pokapeme lehce olejem.

Fazolová polévka

Program polévka – 20 minut

500 g fazole malé červené, 400 g brambor, 200 g uzené krkovice, 3x cibule, 6x stroužek česneku, mletá paprika, protlak, 2 dcl smetany (32 % tuku), 100 g uzeného špeku, 2x snítek čerstvého tymiánu

Fazolky namočíme. Jemně nakrájenou cibuli orestujeme, zaprášíme paprikou a po chvilce přidáme protlak. Chvíli mícháme a poté zalijeme vodou nebo vývarem. Na malé kostičky nakrájený špek a na větší kostky nakrájenou krkovici zapékáme a do toho vložíme cibulku a tymián. Přidáme na větší kousky nakrájené brambory. Fazolky do základu vložíme a zapneme příslušný program. Po ukončení programu vmícháme smetanu a dochutíme česnekem.

Kuřecí játra se smetanovou Chilli a čerstvou majoránkou

Program ryby – 10 minut

1 kg kuřecích jater, 200 g červené cibule, 4 stroužky česneku, 3 lžíce omáčky Sweet Chilly, 3 dcl smetany (32 % tuku), 1 svazek majoránky, 50 g másla

Jemně nakrájenou cibuli a česnek orestujeme na másle, přidáme játra a tři lžíce Sweet Chilly. Zvolíme příslušný program. Po uvaření odklopíme a zapneme pečení. Počkáme, až se odpaří přibližně 80% vody. Zalijeme smetanou, přidáme majoránku a necháme zhoustnout. Osolíme a podáváme s chlebem.

www.eta.cz

Recepty připravil Roman Dolejš, partner Eta, a. s., šéfkuchař restaurace Fregatta.

eta
tady je doma



Multifunkční tlakový hrnec 3v1 0131

Hovězí na červeném víně

Program ovar – 90 minut

1 kg falešné svíčkové nebo válečku, 200 g řapíkatého celeru, 500 g cibule, 500 g mrkve, 300 ml červeného vína, sůl, pepř, voda na dolití, 1x tymián, 50 g másla + mouka na jíšku, 1 dcl balsamikového octa, 100 g cukru

Pokrájíme očistěnou zeleninu na 1cm kostičky a cibuli nakrájíme na hrubo. Zvolíme program pečení a nalijeme 2-3 cl olivového oleje. Orestujeme mrkev do tmavých okrajů a přidáme cibuli a restujeme do hněda. Poté zasypeme cukrem a počkáme 5 min na zkaramelizování a zalijeme balsamikem a červeným vínem. Necháme vyvařit 1/2 tekutiny. Posolené maso poté vložíme a popepříme ze všech stran. Zalijeme vodou do poloviny nádoby a přidáme řapíkatý celer a tymián. Opět zvolíme příslušný program. Maso opatrně vyndáme a zabalíme do alobalu, aby nevychladlo. Z másla a mouky připravíme jíšku a pomalu zahušťujeme metličkou se silikonovou úpravou. Nemixujte. Přes sítko s nejjemnějším vzorem pasírujeme do sucha. Můžeme dochutit stroužkem česneku, solí a cukrem.

Zelenina jako příloha nebo jako hlavní chod

Program zelenina – 15 minut

180 g mrkve, 100 g celeru, 100 g brambor, 50 g batáty (sladká brambora), 50 g Topinamburu, 50 g červené řepy, 1 svazek rozmarýnu, 1 svazek koriandru

Zeleninu nakrájíme na hranolky a cibuli na osminky. Vše dáme do hrnce s jedním svazkem rozmarýnu a podlijeme vývarem (1dcl). Zvolíme příslušný program. Servírujeme osolené, s pokrájeným koriandrem, zakapané olivovým olejem. Servírujeme jako přílohu nebo hlavní chod.

Kuře po Provensálsku

Program: drůbež – 30 minut

1x celé kuře, 3x paprika (červená, zelená, žlutá), 1x svazek tymiánu, 1x hlava česneku, 2x cibule, 1x plechovka loupaných rajčat, 100 g rajčatového protlaku, 2dcl olivového oleje, 0,5 l vody, 1x bazalka

Jemně nakrájenou cibuli orestujeme, přihodíme proužky podélně nakrájené papriky, přidáme česnek, lžíci protlaku a chvíli vše restujeme. Poté zasypeme loupanými rajčaty, dáme tymián a zalijeme vodou. Přiklopíme a vaříme na příslušný program. Nakonec vyjmeme kuřata a omáčku dochutíme solí, pepřem a bazalkou. **Příloha:** neloupaná rýže nebo kuskus.

Multifunkční tlakový hrnec 3 v 1 je možné po vyndání hrnce využít i při vaření elektrickém sporáku.