

Zelenina
jako příloha nebo jako hlavní chod

Program ZELENINA – 15 minut

180 g mrkve, 100 g celeru, 100 g brambor, 50 g bataty (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 (1 dcl). 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. Celé kuře naporcujeme na čtvrtiny a vložíme do hrnce. Přiklopíme a vaříme na příslušný program. Nakonec vyjmeme kuře a omáčku dochutíme solí, pepřem a bazalkou.
Příloha: neloupaná rýže nebo kuskus.

Poznámka: Pro urychlení procesu přípravy většího množství jídla lze vyjmout ingredience z nádoby a připravit samostatně v jiné nádobě, tj. restování, vyvaření vody a jiné podobně časově náročné procesy. Posléze vložte připravenou složku jídla zpět do hrnce a pokračujte v přípravě dle receptu.



ELEKTRICKÝ TLAKOVÝ HRNEC 3 v 1

tlakový hrnec, rýžovar, funkce pomalého vaření

- **ÚSPORA ENERGIE A ČASU**
- **BEZPEČNOST**
- **ZDRAVÉ VAŘENÍ**

- Moderní a elegantní design
- Kapacita 5l
- 9 programů vaření – rýže, zelenina, polévka, drůbež, koleno, ryby, luštěniny, ohřev, volba vaření
- Nepřilnavý povrch nádoby
- Nastavení doby vaření
- Funkce udržování teploty / Funkce pečení
- Funkce odložení startu
- Mechanické a elektronické bezpečnostní pojistky
- Podsvícený display
- Jednoduché ovládání – české menu



900 W Příkon
3 v 1 Tlakový hrnec, pomalý hrnec, rýžovar
Digitální technologie
10 Programy vaření
Nastavitelný čas vaření
5 l Kapacita

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



kuchyně

Nevařte jídlo, vytvořte si umělecké dílo



ELEKTRICKÝ TLAKOVÝ HRNEC 3 v 1

tlakový hrnec, rýžovar, funkce pomalého vaření

eta
tady je doma



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 9cm dlouhé. Osolíme a vložíme do hrnce. Cibuli a česnek neloupeme, pouze očistíme a cibuli v půlce rozkrojíme. Do vývaru přidáme půl lžíce pepře, libeček, zalijeme vodou a zvolíme program. Vše opatrně vyndáme. Cibuli, česnek a libeček vyhodíme. Vše přecedíme přes utěrku. Brambory podélně nakrájíme a uvaříme. Do hlubokého talíře naskládáme zeleninu a na ní položíme kusy masa. Zalijeme vývarem, 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.





Hovězí na červeném víně

Program VOLBA VAŘENÍ – 90 minut
(v případě, že maso bude po dokončení cyklu tuhé, lze pomocí programu prodloužit čas přípravy)

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

Pokrájíme očištěnou zeleninu na 1cm kostičky a cibuli nakrájíme na hrubo. Zvolíme program a nalijeme 2–3 dcl olivového oleje. Orestujeme mrkev do tmavých okrajů a přidáme cibuli restujeme do hněda. Poté zasypeme cukrem a počkáme 5 min. 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.



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 omáčku Sweet Chilly. Zvolíme příslušný program. Po uvaření odklopíme a zapneme pečení. Zalijeme smetanou, přidáme majoránku a necháme zhoustnout. Osolíme a podáváme s chlebem.

