



PASTA & GNOCCHI

BEZLEPKOVÁ SMĚS PRO PŘÍPRAVU TĚSTOVIN, VAŘENÝCH A SMAŽENÝCH POKRMŮ, ODPALOVANÉHO TĚSTA A NA ZAHUŠTĚNÍ POLÉVEK A OMÁČEK

OSVĚDČENÉ RECEPTY NA NOKY, BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY PŘÍLOHOVÉ I PLNĚNÉ, HALUŠKY, LOKŠE, KROKETY, CHLUPATÉ KNEDLÍKY, TVAROHOVÉ KNEDLÍKY, TVAROHOVÉ NOČKY, TVAROHOVÉ TAŠTIČKY, ODPALOVANÉ ŽLOUTKOVÉ VĚNEČKY, KARAMELOVÉ VĚTRNÍKY, VĚTRNÍK DORT, VANILKOVÉ LABUTĚ, PROFITEROLKY, ÉCLAIRS, PROFITEROLKY S CRAQUELINEM, GOUGÉRES, ODPALOVANÉ KNEDLÍKY, ODPALOVANÉ POLÉVKOVÉ NOČKY, CHURROS, VAFLE, PALAČINKY, BRAMBORÁKY, ZELŇÁKY, CUKEŤÁKY, KVĚTÁKOVÉ PLACIČKY, SYRNIKI, NUDLE, ŠPAGETY, RAVIOLY, ZAHUŠTĚNÍ POLÉVEK A OMÁČEK, TĚŠTIČKA NA OBALOVÁNÍ, SMAŽENÉ TAŠTIČKY, PIROŽKY, TRUBIČKY CANOLLI, BOŽÍ MILOSTI

OBSAH

ÚVOD	4	IV. TĚSTOVINY	70
I. RECEPTY S BRAMBOROVÝM TĚSTEM A TVAROHOVÝM TĚSTEM	6	NUDLE A DALŠÍ NEPLNĚNÉ TĚSTOVINY: ŠPAGETY, FETTUCCINE... RAVIOLY A DALŠÍ PLNĚNÉ TĚSTOVINY	72 74
NOKY	8		
BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY PŘÍLOHOVÉ	10		
BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY SE ŠVESTKAMI A MÁKEM	12	V. ZAHUŠTĚNÍ POLÉVEK A OMÁČEK, TĚSTÍČKA NA OBALOVÁNÍ	
CHLUPATÉ KNEDLÍKY	14		
HALUŠKY, STRAPAČKY	16		
LOKŠE, LATY, ŠUMPÁLE, PATENTY, PŘESŇÁKY	18	KUŘECÍ NUGETKY V SÝROVÉM TĚSTÍČKU	80
KROKETY	20	JÍŠKA	82
TVAROHOVÉ JAHODOVÉ KNEDLÍKY	22	BEŠAMEL	84
TVAROHOVO- MANDLOVÉ NOČKY S JAHODOVOU OMÁČKOU	24	ZAVÁŘKA DO POLÉVKY	86
TVAROHOVÉ TAŠTIČKY	26		
		VI. SMAŽENÉ	88
II. ODPALOVANÉ	28		
		BOŽÍ MILOSTI	90
PROFITEROLKY	30	ARGENTINSKÉ „EMPANADAS“ (TAŠTIČKY) S HOVĚZÍM	92
ŽLOUTKOVÉ VĚNEČKY	32	CANNOLI – SMAŽENÉ KAKAOVÉ TRUBIČKY	
VANILKOVÉ LABUTĚ	34	PLNĚNÉ KRÉMEM	94
KARAMELOVÉ VĚTRNÍKY	36	SMAŽENÉ PIROŽKY S MÁKEM	96
KARAMELOVÝ MAXI VĚTRNÍK – DORT	38	JABLEČNÉ TAŠTIČKY	98
PISTÁCIOVÉ ÉCLAIRS S MALINOVÝM PŘELIVEM	40	SMAŽENÉ KVĚTY S MARMELÁDOU	100
PROFITEROLKY S CRAQUELINEM	42		
GOUGÉRES – ODPALOVANÉ SÝROVÉ BOCHÁNKY	44	NOVÉ RECEPTY 2023	103
ODPALOVANÉ NOČKY DO POLÉVKY	46		
CHURROS – SMAŽENÉ ODPALOVANÉ PROUŽKY	48	KRÁSNE ŽLUTÉ NUDLE DO POLÉVKY	106
ODPALOVANÉ OVOCNÉ KNEDLÍKY	50	DOMÁCÍ TĚSTOVINY	108
III. VAFLE, PALAČINKY, CELESTÝNSKÉ A FRITÁTOVÉ NUDLE, PLACKY A PLACIČKY	52	NOVÉ RECEPTY 2024	111
VAFLE	54	VĚNEČKY PODLE PAVLY NADRCHALOVÉ	112
PALAČINKY	56	DORTÍKY NA ŠPEJLI – BUCHTOVÁ LÍZÁTKA – POP CAKES	114
CELESTÝNSKÉ A FRITÁTOVÉ NUDLE	58		
KVĚTÁKOVÉ PLACIČKY	60		
BRAMBORÁKY	62		
ZELŇÁKY	64		
CUKĚŤÁKY	66		
SYRNIKI – SMAŽENÉ TVAROHOVÉ PLACIČKY	68		



ÚVOD

Naši milí klienti, fanoušci, přátelé, bezlepková směs **PASTA & GNOCCHI** tzv. **ČERVENÁ** je v pořadí pátá univerzální směs **ADVENI**.

Je určena **pro přípravu**

- **vařených a smažených pokrmů z bramborového a tvarohového těsta**
- **moučníků z odpalovaného těsta**
- **vaflí, palačinek, placek všeho druhu**
- **těstovin**

a výborná je též na

- **zahuštění polévek a omáček**
- **těstíčka na obalování.**

S touto směsí budeme tedy **především VAŘIT a SMAŽIT**, na rozdíl od předchozích, se kterými hlavně **PEČEME**. Ale i na **PEČENÍ** se dostane, s **ČERVENOU** zmizí veškeré obavy z **odpalovaných moučníků** jako mávnutím kouzelného proutku.

V **první kapitole** připravíme **dokonalé bezlepkové bramborové těsto na knedlíky přílohové i ovocné, na knedlíky chlupaté, na noky, halušky, lokše**

a **krokety**. Jaký je rozdíl mezi knedlíkem a noky; a jaký mezi haluškami a strapačkami? Lokše, laty, šumpále, patenty, nebo přesnáky, tolik názvů pro jeden pokrm? Jak vznikl název krokety a jaké jsou ty typicky české? To všechno se dozvíme. Ale pěkně popořádku a od začátku. Zjistíme, jaký varný typ brambor je pro těsto na tyto pokrmy nejvhodnější. A poradíme si, i když ho zrovna doma mít nebudete. Upřesníme si, zda brambory zpracovávat teplé, nebo studené; vařené, nebo syrové; strouhat je, či lisovat? **Z tvarohového těsta si v této kapitole UVAŘÍME tvarohové knedlíky, nočky a taštičky.** (Pokud však chcete připravit tvarohové těsto na pečení, použijte naše ostatní univerzální směsi. Fialovou na lité a třeňé, Zelenou na bílé kynuté, Žlutou na křehké a jemné, Modrou na chlebové.)

V **druhé kapitole** se budeme věnovat **odpalovanému těstu**. Považovali jste nadýchané **žloutkové věnečky** a **karamelové větrníky** za výsadu mistrů cukrářů? Přestože **odpalované banánky, labuť** nebo **větrník dort** mohou působit jako „osmitisícovky“ cukrařiny, opak je pravdou! Opět se potvrzuje, že geniální „vychytávky“ jsou ve své pod-



statě jednoduché. A o to větší je efekt odpalovaných dezertů. Určité úsilí a píli budeme muset vyvinout, abychom těsto dobře odpálili, ale s Červenou směsí, naším postupem a recepty už nikdy nebudete trnout, zda z trouby vytáhnete nadýchaného bohatýra nebo splasklý horkovzdušný balón. **Profiterole, éclairs, craquelin, gougères, churros** brzy obohatí nejen váš slovník, ale také rejstřík vašich cukrářských dovedností.

Květákové placičky, bramboráky, zelňáky, cuketačky, nebo smažené tvarohové syrniky... Červená směs se hodí do placek a placiček všeho druhu. Připravíme s ní i křupavé **vafle**, lahodné **palačinky** a také **celestýnské a fritátové nudle**. Jak se ocitly nudle vedle placek a palačinek? Dozvíte se. To vše **ve třetí kapitole**.

Těstoviny polévkové – nudle; neplněné špagety a fettuccine; a plněné ravioly si připravíme **ve čtvrté kapitole**. Použijeme k tomu **strojek** (pro neplněné těstoviny) a **formu** (pro ravioly), ukážeme si to však **i ručně**. U **raviol** si vyhraje s **náplněmi**.

Směs **PASTA & GNOCCHI** (tzv. **ČERVENÁ**) se výborně osvědčila při přípravě **smažených specialit**. Smažené **plněné taštičky na sladko i na slano, pirožky s mákem**, italské smažené trubičky **cannoli plněné krémem**, lahodné **boží milosti...** to vše najdete v **šesté kapitole**.

Záběr Červené směsi je velmi široký. Zatímco ve druhé kapitole se s ní stanete zdatnými cukráři, **v páté kapitole** ji využijete na základní kuchařské potřeby jako je **zahušťování, obalování** či **zavářka do polévky**.

Všemi kapitolami nás stejně jako ve velmi úspěšné Zelené kuchařce s recepty na bílé kynuté provede Lenka Jurečková. Na její recepty je stoprocentní spolehnutí a lehce a s radostí tak zvládnete další oblasti bezlepkového pečení a vaření. Jsme moc rádi, že u toho můžeme být s Červenou Adveni.

Poděkování za spolupráci patří také Janě Fialkové, Vladce Halatové, La Tetě a Ivě Vašátkové.

Vaše Hana Cetlová



I. RECEPTY S BRAMBOROVÝM TĚSTEM A TVAROHOVÝM TĚSTEM

„Vysvětlím vám rozdíl mezi knedlíky a noky! Je to prosté: knedlík se vaří ve vroucí vodě ve formě podlouhlých válečků a teprve po vyjmutí z lázně se krájí na tenké plátky, a po obrubě těchto plátků může být takový knedlík trochu oslizlý! Naproti tomu typický nok se ve formě kuliček nebo šišek vaří každý kousek oddělený zvlášť, a tudíž je slizký po celém svém povrchu!“ Tak pravila Jindřiška směrem k osazenstvu stolu, především však navzdory vznětlivému tatínkovi Krausovi ve slavné to scéně českého filmu Pelišky, která se zapsala do dějin české kinematografie. Toto vysvětlení si jistě zaslouží zvěčnit i v kuchařských knihách! A tak je tady – v první kapitole Červené kuchařky. Začneme totiž noky a přílohovými bramborovými knedlíky.

Nejdříve se však zaměříme na 3 hlavní ingredience bramborového těsta. Brambory, vejce a mouku. Mouka je v našem případě jasně červená ☺. Tedy chci říct – jasná a sice Červená Adveni, vyvinutá pro tento účel. Pojďme tedy na brambory a vejce.

Alfa a Omega dobrého bramborového těsta jsou správné brambory. Jaké to jsou? Brambory se nejčastěji dělí do tří skupin podle tzv. varného typu: varný typ A, varný typ B a varný typ C. Tradičně se uvádí, že na bramborové těsto je nejvhodnější varný typ C. Tyto brambory mají drsnější slupku, bílou dužinu a jsou velmi škrobovité. Při vaření tak zvané křehnou a rozpadají se. Právě vysoká škrobovitost tohoto typu je pro bramborové těsto kýženou vlastností. Domů si většinou pořizujeme brambory varného typu B. Ty mají dužinu méně moučnatou, označují se jako tzv. polopevné. Jsou ideální jako přílohové brambory a používáme je i do polévek, gulášů, k restování. Jsou zkrátka univerzální. Pokud máte doma pouze brambory typu B a rádi byste připravili těsto na knedlíky, nezoufejte. Je to možné, jen budete muset „Béčka“ povařit o trochu déle. Obecně se má za to, že zcela nevhodné by byly brambory varného typu A. Ty jsou po uvaření tuhé a pevné, nerozvaří se, ani když je necháme na plotně déle. Jsou vhodné především do salátů. Přesto, některé moderní kuchařky a foodbloggerky si je do bramborových těst oblíbily. My se však přidržíme „klasiky“. Teoreticky existuje i značení AB nebo BC, i když na pultech se s ním setkáme zřídka, vlastnosti takových brambor odpovídají rozmezí dvou varných typů. Pro úplnost zmiňme i varný typ D. Ten však na talíř nepatří, je určen pro průmyslové zpracování.

Podle našich babiček se na bramborové těsto hodí nejlépe brambory uvařené den předem. Můžeme ho však připravit také z brambor čerstvě uvařených. V našich receptech pracujeme s bramborami vařenými ve slupce. Ty ještě horké oloupeme a necháme vychladnout. Brambory prolisujeme nebo nastroujeme, až když jsou zcela vychladlé. Při přípravě bramborových knedlíků někteří šéfkuchaři upřednostňují strouhání brambor na hrubo, aby pak v těstě brambory vynikly. V bezpečovém bramborovém těstě jednoznačně upřednostňujeme brambory nastrované na jemno, nebo prolisované.

Zcela jiná je situace při přípravě halušek, tam pracujeme se syrovými bramborami.

A aby to nebylo tak jednoduché, na přípravu těsta na chlupaté knedlíky použijeme brambory syrové spolu s bramborami uvařenými.

Zde si to shrneme:

- Optimální je **varný typ C**. (Můžeme použít i **varný typ B**, ten však musíme trochu déle povařit.)
- Brambory uvaříme ve slupce.
- Ještě **horké uvařené brambory oloupeme**. Necháme vychladnout.
- **Oloupané brambory strouháme** nebo prolisujeme, **až když jsou vychladlé**.
- Brambory **strouháme na jemno**.
- **Halušky** se připravují **ze syrových** brambor.
- Na těsto na **chlupaté knedlíky** použijeme brambory syrové spolu s bramborami uvařenými.

Tolik tedy k bramborám.

Další důležitou ingrediencí těsta na bramborové knedlíky a noky je vejce. A to jedno – doslova. V našich receptech použijeme 1 vejce. Pokud by se vám přesto těsto zdálo příliš tuhé a měli byste opravdu nutkovou potřebu „ještě přidat“, použijte navíc maximálně jeden žloutek. Vejce pojí, proto je v těstě důležité, ale obecně platí, že na 1 kilogram uvařených brambor je třeba 1 vejce. Zcela jistě s ním tedy v těchto receptech vystačíte i vy a vyvarujete se tak nežádoucího řídkého těsta, které nedrží tvar.

Dost však teorie, teprve „trénink dělá mistra“, a tak pojďme na to.

A nejen bramborovým těstem je člověk živ, a tak se v této kapitole můžete těšit i na lahodné těsto tvarohové a vařené pokrmy z něho.



NOKY

Autor: Lenka Jurečková

✔ Bez lepků ✔ Bez sóji ✔ Bez mléka

Noky najdeme v různých obdobích v mnoha světových kuchyních. Většinou slouží jako příloha, ale používají se třeba také do polévek. Noky, německy *Nocken*, maďarsky *nokedli*, italsky *gnocchi*, což se správně vyslovuje [ňoky], avšak mnoho Čechů se uchyluje k chybné výslovnosti [gnoči], asi proto, že jim to tak zní více italsky. Právě Italové jsou, co se týče noků, velmi vynalézaví a připravují je na mnoho způsobů, velmi často zapečené se sýrem. Noky se připravují z bramborového těsta a vaří se ve slané vodě a to každý nok odděleně. To je zásadní rozdíl oproti bramborovým knedlíkům, které jsou ze stejného těsta, avšak vaří se v jedné velké „šišce“, která se krájí až po uvaření. Ostatně rozdíl mezi knedlíkem a nokem se stal předmětem sporu mezi tatínkem Krausem a dcerou Jindřiškou ve známé scéně slavného českého filmu *Pelíšky*. Ta vyvrcholí Jindřiščiným vysvětlením, které připomínáme v úvodu této kapitoly (viz str. 6). Scéna se zapsala do dějin české kinematografie a každý, kdo shlédl mistrovský výkon Jiřího Kodeta, si hlavní rozdíl mezi nokem a knedlíkem zcela jistě zapamatuje navždy.

Ingredience

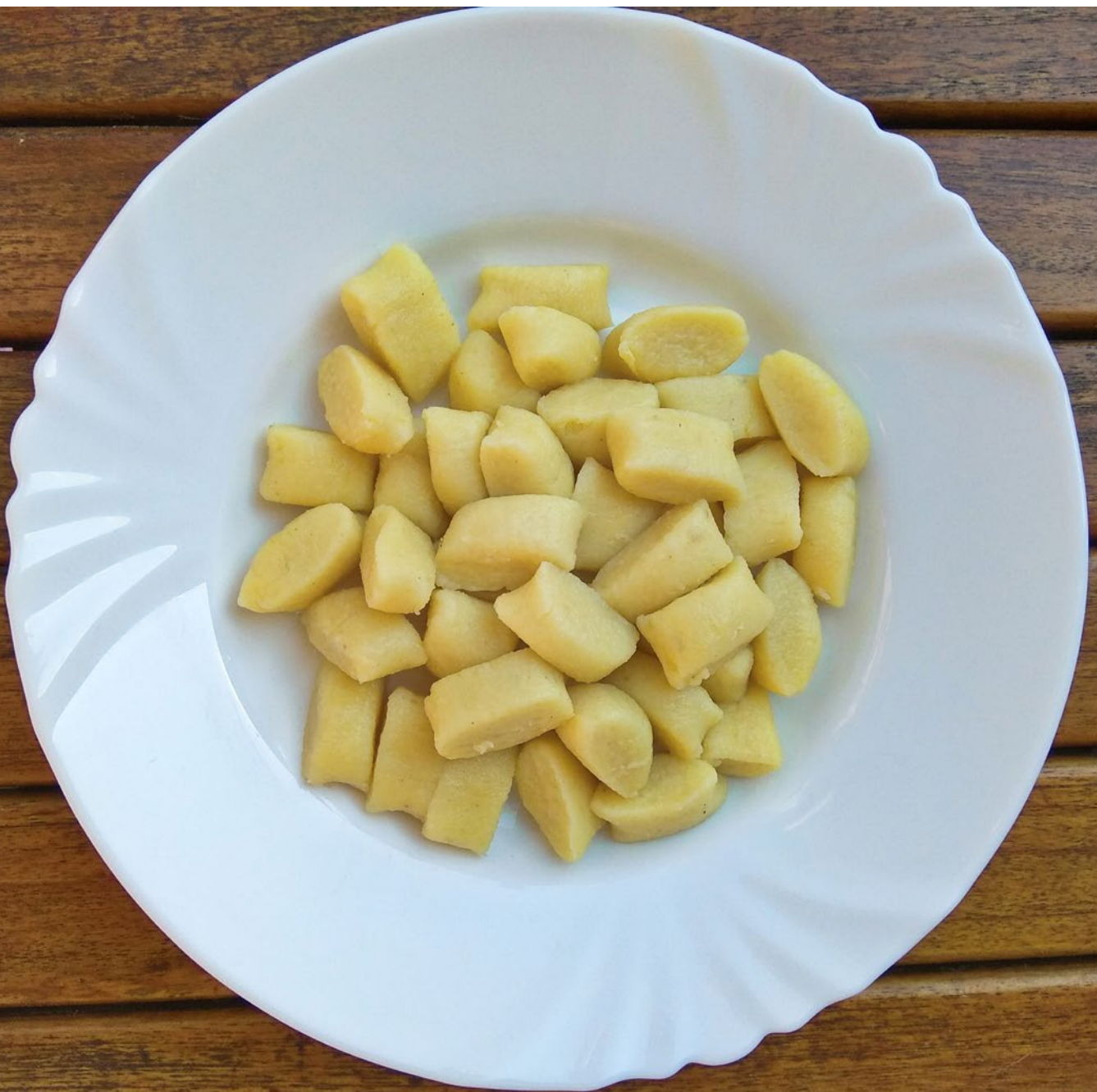
- 150 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 500 g brambor uvařených ve slupce
- 1 střední nebo větší vejce
- 10 g soli

Z výše uvedených surovin připravíme cca 760 g hotových noků.

Poznámka: Pro přípravu noků existuje speciální destička, kterou lze snadno vytvořit typické rýhování noků. Viz fotografie dále. Rýhování noků nemá jen estetickou funkci, přispívá také k tomu, že se na nich lépe „udrží“ omáčka.

Pracovní postup

1. Brambory uvaříme ve slupce v osolené vodě.
2. Ještě teplé uvařené brambory oloupeme a necháme je vychladnout.
3. Vychladlé brambory na jemno nastroháme do mísy.
4. Přidáme vejce, sůl a směs PASTA & GNOCCHI a vypracujeme pevné, husté těsto.
5. Z těsta kousek odkrojíme a na lehce pomoučeném stole vyválíme váleček o průměru cca 2 cm.
6. Z válečku pak nožem nebo cukrářskou stěrkou odkrajujeme asi 2–3 cm velké kousky. Takto můžou noky zůstat, nebo lze vidličkou lehce stlačit a poválet.
7. Noky ihned vaříme v hrnci s osolenou vodou, po vhození je promícháme. Necháme je vařit tak dlouho, dokud samy nevyplavou na povrch.
8. Uvařené noky vyndáme, scedíme a servírujeme.
9. Takto připravené noky můžeme i zmrazit.



BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY PŘÍLOHOVÉ

Autor: Lenka Jurečková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji ✔ Bez mléka

Těsto na bramborové knedlíky připravíme naprosto stejně jako těsto na noky. Bramborové knedlíky, stejně jako noky, slouží jako příloha. Ale zásadní rozdíl mezi nimi nespočívá pouze ve tvaru. Hlavní odlišnost tkví ve způsobu, jakým se připravují. Noky se vaří ve slané vodě každý jeden nok odděleně. Oproti tomu bramborové knedlíky se vaří v jedné velké „šišce“, která se krájí až po uvaření. A jak vzpomínáme i u receptu na noky, rozdíl mezi knedlíkem a nokem se stal předmětem sporu mezi tatínkem Krausem a dcerou Jindřiškou ve známé scéně slavného českého filmu Pelíšky, která vyvrcholí Jindřiščiným vysvětlením. Scéna se zapsala do dějin české kinematografie a vy si ji můžete připomenout v úvodu této kapitoly na str. 6.

Ingredience

- 150 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 500 g brambor uvařených ve slupce
- 1 střední nebo větší vejce
- 10 g soli

Poznámka: Na krájení knedlíků budeme potřebovat nit, nebo dortovou strunu.

Pracovní postup

1. Brambory uvaříme ve slupce v osolené vodě.
2. Ještě teplé uvařené brambory oloupeme a necháme je vychladnout.
3. Vychladlé brambory na jemno nastrouháme do mísy a smícháme s vajíčkem, solí a směsí PASTA & GNOCCHI. Vypracujeme tužší pevné těsto.
4. Těsto rozdělíme na 2 poloviny a vyválíme do tvaru válečku.
5. Mezitím si dáme vařit vodu, kterou osolíme.
6. Vytvarované válečky ihned vkládáme do vroucí vody a vaříme cca 15–20 minut. Ze začátku je vařečkou sem tam odlepíme ode dna.
7. Uvařené knedlíky necháme chvíli na desce stát a pak je krájíme nejlépe nití a to tak, že ustříhneme delší nit, vložíme pod váleček, nahoře překřížíme a utahujeme, až se nit opět narovná. Při krájení nožem by se nám knedlíky deformovaly. Knedlíky lze také krájet na vyvýšené desce pomocí dortové struny.



BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY SE ŠVESTKAMI A MÁKEM

Autor: Lenka Jurečková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Ovocné knedlíky jsou tradiční jídlo moravské a české kuchyně. Přípravují se buď z těsta kynutého (viz Zelená kuchařka Adveni), nebo z těsta tvarohového (viz str. 22), z těsta odpalovaného (viz str. 50), nebo z těsta bramborového. Pro ovocné knedlíky z bramborového těsta jsou nejtýpější náplní švestky. Navrch se pak švestkové knedlíky z bramborového těsta sypou mákem a cukrem a polévají se rozpuštěným máslem. A přesně tak je miloval i první československý prezident Tomáš Garrigue Masaryk. Bylo to jeho nejoblíbenější jídlo. Recept se za ta dlouhá léta téměř nezměnil. Brambory, mouka, vejce, švestky, mák, cukr, máslo. Jeden zásadní rozdíl však přece jen doba vytvořila. Dříve se švestkové knedlíky servírovaly jako moučník, dnes jsou hlavním chodem. Traduje se, že když se jako moučník podávaly švestkové knedlíky, vzal si TGM nejprve tři, ale nikdy neodolal, a pak si ještě tři přidal. A zatímco jeho dcera Alice si na knedlíky sypala tvaroh, on zásadně jedině mák. Kdo by to byl řekl, že jídlo našeho prvního prezidenta mohlo být tak prosté? Připravte si i vy vpravdě prezidentské menu. Mák na posypání dodržte, ke švestkám se skvěle hodí. Tvaroh si ponechejte na jahodové tvarohové knedlíky dále (viz str. 22).

Ingredience

- 100 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 500 g brambor uvařených ve slupce
- 1 střední nebo větší vejce (cca 50 g)
- 25 g změkklého másla
- 50 g cukru moučka
- ¼ lžičky soli
- 10–12 kusů švestek
- máslo na polití hotových knedlíků
- mletý mák a moučkový cukr na posypání knedlíků

Pracovní postup

1. Brambory uvaříme ve slupce.
2. Ještě teplé uvařené brambory oloupeme a necháme je vychladnout.
3. Pak je na jemno nastrouháme nebo prolisujeme.
4. Nastrouhané brambory smícháme s vajíčkem, solí, máslem, cukrem a směsí PASTA & GNOCCHI. Vypracujeme měkké těsto.
5. Švestky vypeckujeme tak, že je podélně nakrojíme jen do poloviny a pecku vytáhneme, budou se nám lépe balit.
6. Dáme vařit vodu, kterou osolíme.
7. Z těsta oddělujeme kousky, zabalíme do něho švestky a zakulatíme.
8. Knedlíky vložíme do vroucí vody a vaříme cca 8–10 minut dle velikosti.
9. Uvařené knedlíky dáme na talíř, posypeme mletým mákem, moučkovým cukrem a polijeme rozpuštěným máslem.

Z výše uvedených surovin uvaříme 10–12 kusů knedlíků.



Foto: Lenka Jurečková

CHLUPATÉ KNEDLÍKY

Autor: Lenka Jurečková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji ✔ Bez mléka

Bramborové těsto se většinou připravuje z brambor uvařených ve slupce, za tepla oloupaných, nastrouhaných po vychladnutí. Z takového těsta uvaříme například bramborové knedlíky přílohové i ovocné a noky. Na halušky ale připravíme těsto z brambor syrových. A do třetice, z těsta z brambor vařených v kombinaci se syrovými připravíme knedlíky chlupaté. Náš repertoár knedlíků je bohatý tak, jak se na správné Čechy a Moravany sluší a patří: kynuté (viz Zelená kuchařka Adveni), bramborové (viz str. 10 a viz str. 12), chlupaté, tvarohové (viz str. 22), odpalované (viz str. 50). A za co vděčí chlupaté knedlíky svému názvu? Podle jedné teorie je to proto, že syrové brambory, které se do těsta přidávají, z knedlíku lehce vyčuhují a tím vytváří dojem chloupků. Podle jiné úvahy chloupky připomíná vrstvička vysráženého bramborového škrobu na povrchu knedlíků. Chlupaté knedlíky jsou výborné samy o sobě jen pokapané sádlem a posypané orestovanou cibulkou, stejně tak ale výborně chutnají jako příloha k pečenému masu, nebo guláši.

Ingredience

- 100 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 250 g syrových brambor
- 250 g vařených brambor
- 1 vejce
- 10 g soli
- trošku kmínu

Z výše uvedených surovin uvaříme 25 kusů malých chlupatých knedlíků.

Pracovní postup

1. Do mísy si na jemno nastrouháme cca 250 g syrových brambor. Pokud jsou vodnaté, přebytečnou vodu slijeme.
2. Druhou část brambor uvaříme ve slupce, horké oloupeme a necháme vychladnout.
3. Vychladlé brambory prolisujeme nebo nastrouháme na jemno, smícháme se syrovými nastrouhanými bramborami, přidáme vejce, sůl, kmín a směs PASTA & GNOCCHI. Vše zamícháme, vznikne polotuhé těsto.
4. Mezitím dáme vařit vodu, kterou osolíme. Lžící odkrajujeme kousky těsta, druhou lžící je splácneme, zarovnáme a podebereme, vznikne plochý knedlík o tvaru lžice. Neděláme je příliš vysoké, stačí cca 2 cm. Knedlíky hned vložíme do vroucí osolené vody. Pokud se těsto lepí na lžice, po každém knedlíku je namočíme do vroucí vody. Pracujeme rychle, aby se první knedlíky vložené do vody nevařily oproti posledním příliš dlouho, nebo vaříme nadvakrát. Hotové jsou za cca 5–7 minut. Jeden kontrolní knedlík si můžeme vytáhnout, rozpůlit a zkontrolovat, jestli není uvnitř syrový. Po vytáhnutí je necháme ještě chvíli odpočinout a servírujeme.



Foto: Lenka Jurekova

HALUŠKY, STRAPAČKY

Autor: Lenka Jurečková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji ✔ Bez vajec

Halušky jsou slovenské národní jídlo. U nás jsou velmi dobře známé už z dob společného státu a na popularitě nic neztratily ani po rozdělení republik, ba právě naopak. Cela řada restaurací je u nás dnes nabízí jako vyhlášenou slovenskou specialitu. Podle našeho receptu si je můžete snadno připravit i doma a v bezlepkové variantě. Jedná se o pokrm, který je velice nenáročný na suroviny. Velice důležitou roli hraje dochucení halušek. Za nejtradičnější se považují halušky s brynzou posypané vyškvařenou slaninkou. Podávají se sklenicí kyselého mléka. Halušky s kyselým zelím a smaženou slaninkou se označují jako strapačky. Ale existují i halušky na sladko – s mákem, či dokonce s povidly. Ať už budou ty vaše s čímkoliv, želáme vám dobrou chuť!

Ingredience

200 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
500 g oškrábaných syrových brambor
10 g soli

Z výše uvedených surovin uvaříme asi 800 g halušek.

Pracovní postup

1. Surové brambory na jemno nastrouháme na struhadle určeném pro brambory.
2. K nastrouhaným bramborám přidáme sůl a směs PASTA & GNOCCHI. Promícháme a necháme chvíli odpočinout. Vznikne nám těsto husté jako bramborová kaše, při naklonění mísy jen pomalu stéká. (Pozor, pokud by brambory „pustily“ více vody, přidejte směsi o trochu více než uvedených 200 g. Vždy se snažíme dosáhnout toho, aby těsto mělo konzistenci zhruba jako bramborová kaše.)
3. Takto připravené těsto si přendáme do struhadla na halušky, nebo síta k tomu určenému a postupně ho protlačíme do hrnce s vroucí osolenou vodou. Pokud nemáme struhadlo ani cedník, použijeme mísu nebo prkénko, to nakloníme nad vroucí vodu a odkrajujeme menší kousky těsta. Po každém odkrojení nejlépe sjedeme nožem až do vody, těsto se nám tak nebude na nůž lepit. Pracujeme svižně, nebo vaříme po částech. Halušky jsou uvařené velmi rychle, poznáme to tak, že vyplavou.
4. Uvařené halušky scedíme. Do horkých halušek vmícháme brynzou. Podávat můžeme s vyškvařenou slaninou. Nebo můžeme připravit strapačky – halušky podáváme s kyselým zelím a smaženou slaninkou a cibulkou.



LOKŠE, LATY, ŠUMPÁLE, PATENTY, PŘESŇÁKY

Autor: Lenka Jurečková

✔ Bez lepku

✔ Bez sóji

✔ Bez mléka

✔ Bez vajec

Lokše, laty, šumpále, patenty a na jižní Moravě (hlavně na Slovácku) přesňáky. A jak se bramborovým plackám pečeným na rozpálené plotně bez použití tuků říká ve vašem regionu? Tyto velmi tenoučké placky už naše prababičky smažily na kamnech na plotýnce na sucho. Bylo to původně jídlo chudých. Je na ně potřeba pouze brambory, mouka a sůl. Tedy suroviny, které měli lidé běžně doma. Sádlem se mazaly až hotové placky a sypaly se mákem. Na Moravě je dnes oblíbená hlavně sladká varianta, nejčastěji se připravují zavínuté s povidly a mákem. Někde se ještě polévají máslem. Na Slovensku, kde se jim říká lokše, jednoznačně převládá příprava na slano. Hotové lokše se mažou husím sádlem a přikusují se třeba k polévce. Lokše mohou být také plněné kysaným zelím či mletým masem. Proslulou pochoutkou jsou lokše plněné husími jatýrky. Tak jaké budou vaše bramborové placky? Na sladko, či na slano?

Ingredience

- 150 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 500 g brambor uvařených ve slupce
- 6 g soli na slanou verzi
- sůl na sladkou verzi špetka
- 1 větší lžice rozpuštěného sádla nebo másla

Pracovní postup

1. Brambory uvaříme ve slupce, ještě teplé oloupeme a necháme vychladnout.
2. Vychladlé brambory nastrouháme na jemno, přidáme sůl a směs PASTA & GNOCCHI a zpracujeme v těsto.
3. Z těsta oddělujeme kousky, které si na jemně pomoučeném stole vyválíme na tloušťku cca 2 mm. Vykrajujeme pravidelná kolečka, můžeme si pomoci třeba pokličkou.
4. Lokše opékáme na rozpálené suché pánvi (zajisté to bude možné i na litinových plotnách), dokud se na nich nezačnou objevovat hnědé flíčky. Lokše se na pánvi budou nafukovat, pak ale splasknou.
5. Po upečení potřeme rozpuštěným sádlem nebo máslem a skládáme na sebe, aby provlhly.

Z výše uvedených surovin připravíme cca 12 ks lokší o průměru 15 cm.



Foto: Lenka Jurecková

KROKETY

Autor: Lenka Jurečková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji ✔ Bez mléka

Slovo *kroketa* je francouzského původu. Ve francouzštině *croquer* znamená chroupat, křoupat. A co že to chroupeme? Kroketu Wikipedie definuje jako malý kulatý kus jídla, vytvořený z masa, ryb nebo brambor. Tyto výchozí suroviny (maso, ryba nebo brambory) se nejdříve nakrájí nebo rozemelou na malé kousíčky, brambory se rozmixují na kaši. Z takto vzniklé hmoty se pak připravují kuličky, které se obalují ve strouhance a následně se smaží nebo fritují. Krokety mohou být podávány jako příloha i jako hlavní jídlo nebo jako svačina. Ve světě je nabízí i stánky s rychlým občerstvením. Krokety mohou mít nejen různou náplň, ale liší se i tvarem. Kuličky, oválky, kotoučky, válečky. Co kraj, to jiný mrav a jiná kroketa. Věděli jste, že dokonce existuje Mezinárodní den krokety? Slaví se 16. ledna. Nejen Češi, ale například také Němci, Italové a Belgičané mají v oblíbenosti bramborové. Tak pojďme na ně.

Ingredience

- 100 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévky a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 500 g brambor uvařených ve slupce
- 10 g soli
- 2 žloutky

Pracovní postup

1. Brambory uvaříme ve slupce, ještě teplé je oškrábeme a necháme vychladnout.
2. Vychladlé brambory nastrouháme na jemno nebo prolisujeme, přidáme sůl, žloutky, směs PASTA & GNOCCHI, případně dle chuti doplníme kořením, bylinkami, sýrem. Důkladně zamícháme.
3. Lžičkou odkrajujeme kousky, v ruce vytvarujeme kuličky a obalíme v tzv. trojobalu – tj. směs PASTA & GNOCCHI, rozšlehané vejce, bezlepková strouhanka.
4. Smažíme ponořené v oleji cca 3 minuty. Smažíme pomalu, aby krokety nepraskaly a pěkně se propekly.
5. Hotové vyndáme a uložíme na papírovou utěrku, aby okapal přebytečný olej.

Budeme také potřebovat

na ochucení

- sýr
- koření, bylinky, pažitku,
- cibulku, muškátový oříšek,
- troška másla...

na obalení

- směs PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- vejce
- bezlepkovou strouhanku

na smažení

- olej

Z výše uvedených surovin uvaříme asi 30–40 kusů krocket.



Foto: Lenka Jurečková

TVAROHOVÉ JAHODOVÉ KNEDLÍKY

Autor: Lenka Jurečková

✔ **Bez lepku** ✔ **Bez sóji**

Ovocné knedlíky jsou tradiční jídlo moravské a české kuchyně, to je známá věc. Co se týče samotného těsta na ovocné knedlíky, máme my Češi a Moravané nesmírně tvůrčí duši. Umíme je připravit z těsta kynutého (viz Zelená kuchařka Adveni), nebo z těsta bramborového (viz str. 12), z těsta tvarohového, a dokonce z těsta odpalovaného (viz str. 50). Dle těsta pak také často volíme ovocnou náplň a k dané ovocné náplni pak nejvhodnější posyp. Zkrátka – je to takové naše kulinářské umění a srdcová záležitost. Tak například pro ovocné knedlíky z bramborového těsta jsou nejtýpější náplní švestky. Navrch se pak sypou mákem a cukrem a polévají se rozpuštěným máslem. Knedlíky z tvarohového těsta nejčastěji plníme jahodami a sypeme je strouhaným tvarohem a cukrem, poléváme je máslem. A tak si je připravíme i zde.

Ingredience

- 120 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 250 g polotučného tvarohu ve vaničce
- 1 vejce (cca 50 g)
- 20 g moučkového cukru
- 50 g změkklého másla
- špetka soli
- jahody

Budeme také potřebovat

- trochu směsi PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- na podsypání

Z výše uvedených surovin připravíme zhruba 10 knedlíků.

Pracovní postup

1. Všechny suroviny smícháme a vypracujeme lepivější těsto. Mouku přidáváme postupně podle toho, jak mokré máme tvaroh. Těsto by nemělo být tuhé, protože by po uvaření zůstalo moučnaté.
2. Z těsta lžící odkrajujeme kousky a na pomoučeném stole vytvoříme placičky, do kterých zabalíme jahody. Místa, kde se nám setkává těsto, k sobě pěkně přitiskneme, aby se dovnitř při vaření nedostávala voda. Vytvarujeme kuličky.
3. Dáme vařit vodu, kterou lehce osolíme. Když voda začne vařit, vložíme knedlíky, jemně zamícháme, aby se nepřilepily ke dnu, a vaříme cca 8 minut – podle velikosti.
4. Uvařené knedlíky lze i zamrazit. K ohřívání je nejlepší použít „pařáček“, budou pak zase vláčné.



Foto: Lenka Jurešková

TVAROHOVO-MANDLOVÉ NOČKY S JAHODOVOU OMÁČKOU

Autor: Lenka Jurečková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Tento recept bude pro mnohé ztělesňovat to, co si představují pod výrazy *lahodný, delikatesní*. Můžete ho připravit jako pomyslnou třešničku na dort – jako dezert, ale strávníci stejně tak ocení, pokud to bude hlavní chod, který se servíruje v štedřejším množství. Kombinace chuti tvarohu a mandlí podtržená jahodovým přelivem okouzlí a nadchne. Toto je jeden z těch Lenčiných receptů, který nikdy nezevšední a vždy znovu a znovu si nad ním budou chuťové pohárky libovat.

Ingredience

na těsto

- 120 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 250 g polotučného tvarohu ve vaničce
- 1 vejce (cca 50g)
- 40 g cukru moučka
- 50 g změkklého másla
- 60 g jemně mletých mandlí

na omáčku

- cukr krystal dle chuti
- jahody (dle chuti skořice, troška másla)

na dokončení

- mandle nasekané na plátky

Pracovní postup

1. Z tvarohu, vajíčka, cukru, másla, jemně mletých mandlí a směsi PASTA & GNOCCHI vypracujeme těsto. Směs přidáváme postupně, pokud máme sušší tvaroh, bude třeba mouky (směsi) méně. Těsto by mělo mít hustotu zhruba jako hustší bramborová kaše.
2. Z těsta tvarujeme nočky a to tak, že lžící nabere kousek těsta, druhou lžící ho ze strany přiklopíme a podebereme, tím se přesune na druhou lžící, první lžící zase zopakujeme postup. Noček bude tvarem připomínat stříšku.
3. Nočky ze lžice rovnou vkládáme do vroucí vody. Pracujeme rychle, aby se první kousky v hrnci nevařily o moc déle než ostatní. Vaříme zhruba 8–10 minut, záleží na velikosti.
4. Jednoduchou jahodovou omáčku si připravíme takto. Očištěné jahody nakrájíme na menší kousky, dáme do hrnce a přidáme pár lžic vody, zaklopíme pokličkou a povaříme do měkka. Odkryjeme, přisypeme cukr dle chuti, rozmixujeme tyčovým mixérem a za stálého míchání necháme zhoustnout. Omáčku můžeme ochutit kouskem másla a špetkou skořice.
5. Nočky po uvaření scedíme, necháme chvíli odpočinout, servírujeme s omáčkou a na závěr posypeme opraženými plátky mandlí.
6. Abychom měli mleté mandle v těstě voňavější, můžeme je lehce opražit na suché pánvi, avšak jen do jemné zlaté barvy.



Foto: Lenka Jurečková

TVAROHOVÉ TAŠTIČKY

Autor: Vladěna Halatová

✔ **Bez lepku** ✔ **Bez sóji**

Vladka Halatová má perfektní přehled o směsích všech výrobců na trhu, a tak s radostí vyzkoušela i novinku Adveni Červenou. Zde tedy z její díly zase jedna bezvadná pochoutka. Tvarohové taštičky. Jsou výborné na sladko i na slano.

Ingredience

- 250 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 250 g polotučného tvarohu v alobalu
- 1 vejce
- 1 žloutek
- 1 lžice másla
- 1 lžice sádla
- 1 lžička soli

Připravte si ingredience na Vaši oblíbenou náplň, např.

šunka se sýrem, špenát,
povidla, džem

Dále budeme potřebovat

- 1 litr vody na vaření taštiček
- 1 lžici oleje do vody na vaření

Z výše uvedených surovin připravíme zhruba 20 taštiček.

Pracovní postup

1. Všechny suroviny smícháme a na vále z nich vypracujeme jemné a vláčné těsto.
2. Těsto rozválíme na tenký plát, ze kterého hrnkem nebo tvořítkem vykrajujeme kolečka.
3. Kolečka plníme oblíbenou náplní. Uzavíráme tak, že kolečko přeložíme na půl a stlačíme konce, nebo použijeme stlačovátka.
4. Dáme vařit vodu, kterou lehce osolíme. Když voda začne vařit, vložíme taštičky. Vaříme cca 8 minut, během vaření 2x otočíme.
5. Jakmile vyplavou taštičky na povrch, vytáhneme je a položíme na sítko, aby vytekl zbytek vody.
6. Pak vložíme do mísy a polijeme trochou másla.



Foto: Vladěna Hlatová

II. ODPALOVANÉ

Odpalované těsto nebo také pálené těsto se **připravuje z mouky, vajec, tuku a tekutiny**. Jako **tuk** může být použito **máslo, sádlo nebo olej**. My ve většině receptů použijeme máslo, ale v receptech Vladky Halatové se naučíme připravit odpalované těsto ze sádla, v receptech La Tety si to vyzkoušíme s olejem. **Z tekutin se používá voda, mléko, voda a mléko spolu, nebo bílé víno**. Ačkoliv tyto 4 ingredience (mouka, vejce, tuk, tekutina) můžeme považovat v odpalovaném těstě za stěžejní, setkáme se i s recepty, které neobsahují tuk (např. španělské churros viz str. 48), nebo s recepty, které do těsta navíc přidávají sýr (např. francouzské gougères viz str. 44, nebo polévkové nočky viz str. 46).

Hlavní charakteristikou odpalovaného těsta je **dvojí tepelná úprava**. První spočívá v tom, že se přivede **k bodu** varu tekutina s tukem, **přidá se mouka** a tato směs se za stálého míchání zahřívá – neboli **odpaluje**. Tím vznikne v hrnci husté těsto. Jakmile zchladne, postupně se do něho **zašlehají vejce**. **Druhou** tepelnou úpravou pak může být **pečení, smažení nebo vaření**. Pečení je nejčastější.

Při něm **těsto** tzv. **stříkáme** do požadovaných tvarů na plech vyložený pečícím papírem. Těsto dáme do cukrářského sáčku zakončeného **větší – otevřenou kovovou špičkou**. U některých receptů zcela stačí rovná špička s kulatým otvorem, u jiných použijeme špičku zubatou. Důležité však je, aby byla špička **hodně otevřená**, abychom z ní snadno vystříkli dostatečné množství těsta. Mezi jednotlivými kousky těsta necháváme dostatečné rozestupy, protože těsto se výrazně nafoukne. Naskočí sice hlavně do výšky, ale mírně se zvětší i do stran. **Před vložením do trouby těsto** na plechu ještě **postríkáme vodou** z rozprašovače.

Při pečení se **díky vysoké teplotě** na povrchu těsta utvoří jakoby **pevná krusta** a voda obsažená v těstě se přeměňuje na páru, která ale nemůže volně unikat, a tak se v těstě tvoří **dutina**. Tato „dutina“ je velmi žádoucí, posléze se plní nejrůznějšími krémy, pudinky, šlehačkou, zmrzlinou. Krusta pečením dále tvrdne na pevný „obal“ budoucích kousků pečiva. **Troubu** při pečení odpalovaného těsta

neotevíváme, pokles teploty by způsobil, že by se pára srazila – zkapalnila a těsto by „spadlo“. Takto se připravují například profiterolky, věnečky, větrníky, banánky (tzv. éclairs), ...

Co se týče **teploty**, některé pekařky rozpalují troubu na 200 °C a při vložení plechu s těstem do trouby teplotu stáhnou na 190 °C. Jiné začínají na ještě vyšší teplotě (např. 210 °C), po několika (5–7) minutách teplotu stáhnou (většinou na 180°C) a dopékají. Také se nebojí po 15 minutách pečení troubu přiotvřít a nahlédnout do ní. I to je možné, můžete si to vyzkoušet např. v receptu Vladky Halatové. V každém receptu vás povedeme. Vždy ale pečeme jen jeden plech, v prostřední části trouby, následně další. **Program** pečení volíme **horní a dolní ohřev** – neboli vrchní a spodní spirála. Nikdy ne tzv. horko-vzduch.

Upečené tvary necháme vychladnout na mřížce. Krájíme je až po vychladnutí.

Další možností zpracování odpalovaného těsta je smažení. Takto se připravují třeba španělské churros (osmažené „proužky“ odpalovaného těsta, které se namáčí do husté čokolády, viz str. 48), **vařením** pak například ovocné knedlíky (viz str. 50) nebo polévkové nočky (viz str. 46). V této části Červené kuchařky vyzkoušíme všechny **tři možnosti druhé tepelné úpravy** odpalovaného těsta. **Budeme ho péct, smažit i vařit**.

Odpalované pečivo **se dá** bezvadně **zamrazit** a následně zase během 10 minut při teplotě 180 °C **rozpéct**. **Můžete ho tak mít v mrazáku připravené na různé příležitosti dopředu**.

Máme odpáleno, upečeno. To je pouze první část úspěchu dobrého odpalovaného dezertu. Druhou, neméně důležitou, je bezvadně připravená **náplň**.

Existuje celá řada nápaditých receptů na krémy do odpalovaných dezertů. Ty nejmodernější často pracují **s vanilkovým pudinkem**. Ten si připravíme, až budeme plnit **labutě** (viz str. 34). Začneme ale skutečnou „klasikou“ – **základním** žloutkovým krémem – tak, jak ho připravují tradiční cukráři.

Pouze 4 ingredience: žloutky, cukr, mléko a vanilka tvoří tento krém, který se také nazývá základní **cukrářský**. Z něj pak vychází takzvaný krém **mousseline**, což je cukrářský krém obohacený o máslo přidávané ve dvou přesně daných okamžicích. Právě krémem **mousseline** si naplníme **věnečky** (viz str. 32). Jeho variantou je pak např. **mousseline praliné**, kde se přidávají rozmixované opražené lískové oříšky či mandle a karamel. Tzv. **diplomatický krém** je **cukrářský krém obohacený o šlehačku**. Ten bude jedním ze dvou krémů, kterým vyplníme **karamelové větrníky** (viz str. 36), tím druhým bude **karamelová šlehačka** (viz str. 36), kterou si zamiluje každý. **Hustější varianta diplomatického krému** kombinuje šlehačku s **mascar-**

pone. Tyto krémy patří k základům cukrařiny, ale pokud je zvládnete připravit opravdu dobře, setkáte se skutečným nadšením ze strany strávníků. Co se týče náplní, fantazii rozvineme v receptech La Tety (viz str. 40), varianty na výborné nemléčné krémy nabídne recept Vladka Halatové (viz str. 42). A až budete přeslazení, můžete připravit náplně z avokáda, nebo třeba ze sýru Niva (viz str. 30).

Upečeno, naplněno. A do třetice? Přece **poleva!** Tato jednoduchá „záležitost“ může cukrářské úsilí povýšit do nebes, nebo zcela zhatit. Ani zde tedy nic neponecháme náhodě.

Pojďte dál do světa cukrářů.



PROFITEROLKY

Autor: Lenka Jurečková

✓ Bez lepku ✓ Bez sóji.

Zřejmě světově nejznámějším dezertem z odpalovaného těsta jsou profiterole, kuličky o velikosti golfového míčku plněné krémem, šlehačkou nebo zmrzlinou. Pokud se zeptáte na jejich původ Francouzů, dozvíte se, že vznikly na francouzském renesančním dvoře za Jindřicha II. v 1. pol. 16. století. Pokud se zeptáte Italů, poví vám, že na francouzský dvůr je zavedla Jindřichova manželka Kateřina Medicejská, která recept přivezla ze své domoviny – rodného Toskánska. Profiterolky se servírují jednotlivě, jsou akorát tak na jedno kousnutí. Ale ve Francii a Itálii při významných událostech jako je svatba, křtiny a první přijímání se podávají také vyskládané do velké pyramidy, spleené karamelovými „nitěmi“ jako tak zvaný „croquenbouche“*. Jednotlivé profiterolky se používají také pro přípravu dortíku St. Honoré, což je dezert k uctění francouzského patrona pekařů a cukrářů Saint Honoré, biskupa z Amiens. Ačkoliv tradiční náplň profiterolek je sladká, připravují se i slané varianty – plněné masem, sýrem, špenátem, . . . ty dříve doprovázely hlavně polévky, dnes se servírují i jako samotné „jednohubky“. V tomto receptu jsme profiterolky naplnili vynikajícím krémem ze šlehačky, mascarpone a tvarohu. Pokud jste zrovna přesyceni sladkým, tak výborným tipem na jednoduchou a efektní slanou náplň je sýr Niva v kombinaci s máslem – kolik Nivy, tolik másla. Také můžete rozmixovat avokádo se sýrem Lučina, ochutit citronem, solí a pepřem. Fantazii se meze nekladou.

Ingredience

na těsto

- 80 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 125 g vody
- 50 g másla
- 3 vejce
- špetka soli

na náplň

- 250 g mascarpone
- 250 g 30% smetany na šlehání
- 250 g polotučného tvarohu
- 2 lžíce moučkového cukru

Z výše uvedených surovin připravíme cca 25 profiterolek.

Pracovní postup

1. Do hrnce nalijeme vodu, přidáme na kostičky nakrájené máslo a pomalu přivedeme k varu.
2. Když začne voda vařit, odstavíme hrnec z plotny a sůl a veškerou směs PASTA & GNOCCHI do něj vsypeme naráz v jedné dávce a důkladně rozmícháme vařečkou.
3. Pak hrnec vrátíme zpět na plotnu, kde jsme nastavili střední teplotu. Pomalu vaříme a mícháme, až se těsto začne odlepovat od stěn hrnce. Ještě chvilinku odpalujeme, dokud se na dně hrnce nezačne těsto přichytávat a nevytvoří na něm tenkou vrstvu. (Odpalování těsta nebude trvat ani 2 minuty.)
4. Odpálené těsto vyklopíme do jiné nádoby, nejlépe do mísy robota, a necháme chvilku promíchávat. Těsto necháme promíchávat, dokud nebude pouze lehce teplé (zhruba 40 °C). Za stálého míchání pak postupně zašleháme jedno vejce po druhém a to tak, že robot nastavíme na střední rychlost. Pokud by robot šlehal příliš rychle, těsto by pouze vyhazoval na stěny mísy, pokud je rychlost míchání zase příliš pomalá, metla před sebou pouze tlačí kousky těsta, které se s vejci špatně spojí. V obou případech vznikají hrudky. Při správné rychlosti se kousky těsta s vajíčkem spojí a těsto se táhne za metlou. Než se vše spojí, trvá to asi 4–5 minut. Těsto pak bude mít konzistenci zhruba jako tvaroh. Pokud se přeci jen v těstě vytvoří jemné hrudky, můžeme ho projet tyčovým mixérem.
5. Těsto dáme do cukrářského sáčku zakončeného větší – hodně otevřenou kovovou špičkou. Zcela stačí rovná špička s kulatým otvorem. Na plech vyložený pečicím papírem stříkáme malé kuličky. Pokud se na nich vytvoří špička, lehce ji „splácneme“ mokrým prstem. Mezi jednotlivými kuličkami necháváme dostatečné rozestupy. Před vložením do trouby je na plechu ještě postříkáme vodou z rozprašovače.
6. Troubu rozpálíme na 200 °C, program horní a dolní ohřev (klasicky spodní a vrchní spirálu). Plech vložíme do střední části trouby. Po vložení plechu do trouby teplotu stáhneme na 190 °C. Pečeme cca 30 minut. Po několika minutách se těsto zvedne a „zrůžoví“. Troubu po celou dobu pečení neotevíráme. Pečeme jen jeden plech, následně druhý.
7. Hotové „kuličky“ přendáme na mřížku, otočíme spodní částí nahoru a propíchneme špejlí, aby unikla přebytečná pára (viz foto níže). Než vychladnou, připravíme krém.
8. Vychlazenou smetanu vyšleháme do pevné šlehačky, pak snížíme rychlost (otáčky) šlehání a po částech přimícháme mascarpone a tvaroh. Nakonec vmícháme moučkový cukr, zhruba 2 lžíce, nebo podle chuti.
9. Vychladlé kuličky rozřízneme horizontálně na půl. Krémem naplníme cukrářský sáček, použijme nejlépe kovovou zubatou špičku. Krémem vyplníme větší dutiny do rovna, to budou horní části. Spodní části plníme krémem bohatěji – viz foto níže.

* (z francouzského *croquer* – křupat a *bouche* – ústa)



Foto: Lenka Jurecková



Foto: Lenka Jurecková

ŽLOUTKOVÉ VĚNEČKY

Autor: Lenka Jurečková

✓ Bez lepku ✓ Bez sóji

Francouzi mají profiterole (viz str. 30) a éclairs (viz str. 40). My Češi se můžeme pochlubit žloutkovými věnečky a karamelovými větrníky (viz str. 36). To jsou odpalované vynálezy českých cukrářů a rozhodně na ně můžeme být pyšní. Existuje celá řada nápaditých receptů na krémy do věnečků, ty nejmodernější často pracují s vanilkovým pudinkem (viz str. 34). Zde však začínáme skutečnou „klasikou“ – žloutkovým krémem tak, jak ho připravují tradiční cukráři. Pouze 4 ingredience: žloutky, cukr, mléko a vanilka tvoří krém, který se také nazývá základní cukrářský. Z něj pak vychází různé další krémy, mezi nimi mousseline, což je cukrářský krém obohacený o máslo, které se přidává ve dvou přesně daných okamžicích. A právě krémem mousseline si naplníme naše věnečky. Dokonalý estetický dojem završí lesklý povrch věnečku, tedy i správně připravená poleva hraje důležitou roli. Příprava věnečků vůbec není tak náročná disciplína, jak se mnohým zdá. S tímto receptem vám to půjde jedna báseň. A tak zatímco Francouzi vystaví ze svých profiterolek celý svatební dort croquenbouché, Vy můžete poskládat dort věnečkový.

Ingredience

na těsto

- 160 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 250 ml vody
- 100 g másla
- špetka soli
- 6 vajec

na krém mousseline

- 500 ml mléka
- 1 vanilkový lusk
- 4 žloutky
- 120 g cukru krupice
- 65 g směsi PASTA & GNOCCHI
- 250 g másla

na polevu

- 1 lžice rumu
- 150 g moučkového cukru
- 2 lžice horkého mléka

Z výše uvedených surovin připravíme cca 24 žloutkových věnečků.

Pracovní postup

1. Nejprve si připravíme krém, aby následně mohl chladnout.
2. Vanilkový lusk podélně rozkrojíme a z jeho dužiny nožem vyškrábneme semínka. Do hrnce nalijeme mléko, přidáme semínka i prázdný lusk a za stálého míchání přivedeme k bodu varu. Pak hrnec odstavíme z plotny a vanilkové mléko necháme chvíli odpočívat.
3. Mezitím v míse vyšleháme žloutky s cukrem do světlé pěny. Přidáme směs PASTA & GNOCCHI a důkladně promícháme metlou.
4. Z vanilkového mléka vyjmeme vylouhovaný prázdný lusk a mléko lijeme velmi tenkým pomalým proudem do žloutkové směsi, kterou při tom stále mícháme. (Proud musí být skutečně tenký a pomalý, tak se žloutky nesrazí.)
5. Následně celou směs přelijeme přes sítko zpět do hrnce, ve kterém se vařilo mléko, a na mírném ohni za stálého míchání přivedeme k varu. Směs začne houstnout a probublávat. Vaříme 2 minuty. Odstavíme z plotny. (Právě jsme uvařili základní cukrářský žloutkový krém. Přidáním másla z něj připravíme tzv. krém mousseline.)
6. Do připraveného horkého krému zamícháme polovinu z celkového množství studeného másla (125 g) nakrájeného na malé kousky, důkladně promícháme. Krém přendáme do misky, pokryjeme ho potravinářskou fólií, aby se na něm neутvořil škraloup, a necháme vychladnout na pokojovou teplotu.
7. V míse kuchyňského robotu nyní vyšleháme druhou polovinu másla (125 g). Před šleháním necháme máslo „povolit“ – změkcnout.
8. Do žloutkového krému (pokojové teploty) zašleháme postupně vyšlehané máslo. Stále šleháme, dokud se krém s máslem krásně nespojí. Celkem to může trvat zhruba 5 minut. Pokud má máslo a krém stejnou teplotu, „hladkému“ spojení nic nebrání.
9. Takto připravený krém uložíme do lednice.

Těsto na věnečky připravíme takto.

1. Do hrnce nalijeme vodu, přidáme na kostičky nakrájené máslo a pomalu přivedeme k varu.
2. Když začne voda vařit, odstavíme hrnec z plotny a sůl a veškerou směs PASTA & GNOCCHI do něj vsypeme naráz v jedné dávce a důkladně rozmícháme vařečkou.
3. Pak hrnec vrátíme zpět na plotnu, kde jsme nastavili střední teplotu. Pomalu vaříme a mícháme, až se těsto začne odlepovat od stěn hrnce. Ještě chvilinku odpalujeme, dokud se na dně hrnce nezačne těsto přichytávat a nevytvoří na něm tenkou vrstvu. (Odpalování těsta nebude trvat ani 2 minuty.)
4. Odpálené těsto vyklopíme do jiné nádoby, nejlépe do mísy robota, a necháme chvilku promíchávat. Těsto necháme promíchávat, dokud nebude pouze lehce teplé (zhruba 40 °C). Za stálého míchání pak postupně zašleháme jedno vejce po druhém a to tak, že robota nastavíme na střední rychlost. Pokud by robot šlehal příliš rychle, těsto by pouze vyhazoval na stěny mísy, pokud je rychlost míchání zase příliš pomalá,



metla před sebou pouze tlačí kousky těsta, které se s vejci špatně spojí. V obou případech vznikají hrudky. Při správné rychlosti se kousky těsta s vajíčkem spojí a těsto se táhne za metlou. Než se vše spojí, trvá to asi 4–5 minut. Těsto pak bude mít konzistenci zhruba jako tvaroh. Pokud se přeci jen v těstě vytvoří jemné hrudky, můžeme ho projet tyčovým mixérem.

Věnečky upečeme takto.

1. Do cukrářského sáčku zakončeného nejlépe zubatou (hodně otevřenou) špičkou dáme těsto.
2. Na plech vyložený pečicím papírem stříkáme věnečky – nevyplněná kolečka. Mezi jednotlivými kusy necháváme dostatečné rozestupy. Před vložením do trouby těsto na plechu ještě postříkáme vodou z rozprašovače.

3. Troubu rozpálíme na 200 °C, program horní a dolní ohřev (klasicky spodní a vrchní spirálu). Plech vložíme do prostřední části trouby. Po vložení plechu do trouby teplotu stáhneme na 190 °C. Pečeme cca 30 minut. Po několika minutách se těsto zvedne a „zružoví“. Troubu po celou dobu pečení neotevíráme. Pečeme jen jeden plech, následně druhý.

Přípravu věnečků dokončíme takto.

4. Upečené věnečky otočíme, špejlí propíchneme na několika místech a necháme vychladnout na mřížce.
5. Vychladlé věnečky rozkrojíme, plníme krémem.
6. Polevu připravíme jednoduše. V misce utřeme cukr, rum a horké mléko. Polevou pak žloutkové věnečky přeléváme.

VANILKOVÉ LABUTĚ

Autor: Lenka Jurečková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Cukrářské umění lahodí chuti, ale umí vykouzlit i dokonalý estetický zážitek. Croquenbouche – profiterolky vyskládané do tvaru pyramidy ve Francii a Itálii zdobí takové události jako je svatba, křtiny a první přijímání. I naše žloutkové věnečky lze spojit do efektního dortu. A co svým bohatýrstvím může zastínit poctivé české karamelové větrníky (viz str. 36)? Jedině maxi větrník dort (viz str. 38)! Odpalované těsto umožňuje tvořit umělecká díla, nad kterými přechází zrak. A nejlepší na tom je, že ačkoliv to vypadá, že tyto dezerty jsou dílem skutečným cukrářských mistrů, nejsou vůbec tak složité! Stačí dobrý návod a trocha trpělivosti. Pak stvoříte i půvabné a vznešené labutě. Těžko si představit romantičtější dezert. Obzvláště pokud tato ladná zvířata ztvárníte při páření. Ne, nelekejte se, neocitli jste se v jiném žánru. Stále tvoříme z odpalovaného těsta 😊. Totiž labutě si při páření navzájem zobákem probírají peří, dotýkají se krky a tak vzniká symbolický obrazec ve tvaru srdce. Právě tak je můžete naaranžovat i vy! Pak už jen pozorujte, co pohled na ně vyvolá u vašich hostů. Někdy je to úsměv, jindy úžas, nebo dojetí. No, a kdyby se labutě přece jen nepodařily, pochlubíte se úžasnými dinosaury. 😊 Labutě naplníme moderním jednoduchým pudinkovým krémem. Příprava polevy zde odpadá, budeme pouze posypávat moučkovým cukrem, je bílý právě jako labutí peří.

Ingredience

na těsto

- 80 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 125 g vody
- 50 g másla
- špetka soli
- 3 vejce

na krém

- 400 ml mléka
- 2 ks vanilkového pudinkového prášku bez lepku (např. Amylon)
- 375 g másla
- cukr moučka dle chuti

na posypání

moučkový cukr

Z výše uvedených surovin připravíme 6 labutí.

Pracovní postup

1. Nejdříve si připravíme pudinkový krém.
2. Z celkového množství mléka si odlijeme asi 100 ml, ve kterých dobře rozmícháme oba pudinkové prášky. Zbytek mléka dáme vařit. Jakmile je mléko horké, vlijeme do něho mléko s rozmíchanými pudinkovými prášky. Po zhoustnutí za stálého míchání vaříme zhruba 2 minuty. Uvařený pudink přendáme do vyšší nádoby a položíme na něj potravinovou fólii, aby se na povrchu neutvořil škraloup. Pudink necháme zchladnout na pokojovou teplotu.
3. Máslo vytáhneme z lednice, aby mělo také pokojovou teplotu.
4. Pudink rozšleháme v robotu a postupně, po kouscích, do něj zašleháme máslo.
5. Nakonec vmícháme cukr dle chuti.

Těsto na labutě připravíme takto.

1. Do hrnce nalijeme vodu, přidáme na kostičky nakrájené máslo a pomalu přivedeme k varu.
2. Když začne voda vařit, odstavíme hrnec z plotny a sůl a veškerou směs PASTA & GNOCCHI do něj vsypeme naráz v jedné dávce a důkladně rozmícháme vařečkou.
3. Pak hrnec vrátíme zpět na plotnu, kde jsme nastavili střední teplotu. Pomalu vaříme a mícháme, až se těsto začne odlepovat od stěn hrnce. Ještě chvilinku odpalujeme, dokud se na dně hrnce nezačne těsto přichytávat a nevytvoří na něm tenkou vrstvu. (Odpalování těsta nebude trvat ani 2 minuty.)
4. Odpálené těsto vyklopíme do jiné nádoby, nejlépe do mísy robota, a necháme chvilku promíchávat. Těsto necháme promíchávat, dokud nebude pouze lehce teplé (zhruba 40 °C). Za stálého míchání pak postupně zašleháme jedno vejce po druhém a to tak, že robot nastavíme na střední rychlost. Pokud by robot šlehal příliš rychle, těsto by pouze vyhazoval na stěny mísy, pokud je rychlost míchání zase příliš pomalá, metla před sebou pouze tlačí kousky těsta, které se s vejci špatně spojí. V obou případech vznikají hrudky. Při správné rychlosti se kousky těsta s vajíčkem spojí a těsto se táhne za metlou. Než se vše spojí, trvá to asi 4–5 minut. Těsto pak bude mít konzistenci zhruba jako tvaroh. Pokud se přeci jen v těstě vytvoří jemné hrudky, můžeme ho projet tyčovým mixérem.
5. Labutě vytvoříme takto.
6. Těsto dáme do cukrářského sáčku zakončeného větší – hodně otevřenou kovovou špičkou. Zcela stačí rovná špička s kulatým otvorem. Na plech vyložený pečícím papírem stříkáme plně oválky – budoucí trupy našich labutí. A pak „esíčka“ – či tvary podobné číslici 2, to budou labutí krky.
7. Mezi jednotlivými kousky těsta necháváme dostatečné rozestupy. Před vložením do trouby těsto na plechu ještě postříkáme vodou z rozprašovače.



Pečení a dokončení labutí.

1. Troubu rozpálíme na 200 °C, program horní a dolní ohřev (klasicky spodní a vrchní spirálu). Po vložení do trouby teplotu stáhneme na 190 °C. Pečeme cca 30 minut. Po několika minutách se těsto zvedne a „zrůžoví“. Troubu po celou dobu pečení neotevíráme.
2. Upečené oválky i „esíčka“ necháme vychladnout na mřížce.

3. Vychladlé oválky podélně rozkrojíme a vrchní části ještě podélně rozpůlíme.
4. Na spodní části nanese cukrářským sáčkem připravený pudinkový krém, vmáčkne do něj upečená „esíčka“ jako krky s hlavičkami a pak do krému lehce vmáčkne rozpůlené vršky jako křídélka.
5. Hotové labutě lehce pocukrujeme.

KARAMELOVÉ VĚTRNÍKY

Autor: Lenka Jurečková

✓ Bez lepku ✓ Bez sóji

Vedle žlutkových věnečků, je další českou klasikou z odpalovaného těsta karamelový větrník. Větrníky jsou větší než věnečky a prostorově působí mohutněji i díky množství náplně. Tu tvoří dva krémy navrstvené na sobě. První je tzv. krém diplomatický, který vychází ze základního cukrářského žlutkového krému, avšak je obohacen o pořádnou dávku poctivé šlehačky. Druhým je karamelová šlehačka. Velkolepý vzhled větrníků završuje poleva. Zatímco u věnečků je jemná a lesklá, u větrníků ji tvoří hutná karamelová vrstva. Karamel, jak známo, se vyrábí zahřátím cukru na zhruba 170 °C a má nejen charakteristickou chuť, ale také specifickou tmavě jantarovou barvu. Ostatně karamel se pod kódem E150 běžně používá jako potravinářské barvivo. E150a = jednoduchý karamel, tzv. kulér. Větrník z odpalovaného těsta Windbeutel mají i naši sousedi Rakušané. Ale jen s tím naším se dá hřešit tak nádherně karamelově.

Ingredience

na těsto

- 160 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 250 ml vody
- 100 g másla
- špetka soli
- 6 vajec

na krémy

na diplomatický krém

- 500 ml mléka
- 1 vanilkový lusk
- 4 žloutky
- 120 g cukru krupice
- 50 g směsi PASTA & GNOCCHI
- 500 ml 40% smetany na šlehání*
- *Pokud nemáte 40% smetanu a použijete smetanu 33%, budete muset přidat želatinu, abyste dosáhli pevného krému:
- 6 plátku želatiny (10 g)

na karamelovou šlehačku

na karamel

- 120 g cukru krystal
- 80 ml 40% nebo 33% smetany na šlehání
- špetku soli

na šlehačku

- karamel připravený z ingrediencí v bodu a)
- 500 ml 40% nebo 33% smetany na šlehání

na polevu

- 200 g moučkového cukru
- 3 lžice karamelu (odložíme si stranou při přípravě karamelové šlehačky)

trošku vody nebo mléka

Z výše uvedených surovin připravíme cca 12 karamelových větrníků.

Pracovní postup

1. Nejprve si připravíme krémy, aby se stihly pěkně vychladit.
2. První krém – diplomatický.
3. Vanilkový lusk podélně rozkrojíme a z jeho dužiny nožem vyškrábeme semínka. Do hrnce nalijeme mléko, přidáme semínka i prázdný lusk a za stálého míchání přivedeme k bodu varu. Pak hrnec odstavíme z plotny a vanilkové mléko necháme chvíli odpočívat.
4. Mezitím v míse vyšleháme žloutky s cukrem do světlé pěny. Přidáme směs PASTA & GNOCCHI a důkladně promícháme metlou.
5. Z vanilkového mléka vyjmeme vylouhovaný prázdný lusk a mléko lijeme velmi tenkým pomalým proudem do žlutkové směsi, kterou při tom stále mícháme. (Proud musí být skutečně tenký a pomalý, tak se žloutky nesrazí.)
6. Následně celou směs přelijeme přes sítko zpět do hrnce, ve kterém se vařilo mléko, a na mírném ohni za stálého míchání přivedeme k varu. Směs začne houstnout a probublávat. Vaříme 2 minuty. Odstavíme z plotny.
7. Pokud nemáte 40% smetanu a budete pracovat se smetanou 33%, právě nyní je třeba přidat do horkého krému želatinu, mějte ji tedy připravenou. Plátky želatiny namočte do studené vody, jakmile změkne, vyjměte ji z vody a v dlaních vymačkejte. Připravenou želatinu přidejte do horkého krému a důkladně promíchejte, až se zcela rozpustí. Pokud použijete 40% smetanu, želatinu přidávat nemusíte.
8. Krém přendáme do misky, pokryjeme ho potravinářskou fólií, aby se na něm neutvořil škraloup. Necháme ho vychladnout nejdříve na pokojovou teplotu, potom ho uložíme do lednice. (Právě jsme uvařili základní cukrářský žlutkový krém. Přidáním šlehačky z něj připravíme tzv. diplomatický krém.)
9. Dále pracujeme s vychlazeným žlutkovým krémem.
10. Vychlazený ztuhnutý žlutkový krém rozšleháme do hladka.
11. Ze smetany vytažené z lednice vyšleháme šlehačku a jemnými krouživými pohyby odspodu nahoru ji pomocí stěrky nebo lžice vpravíme do rozšlehaného žlutkového krému. Aby se šlehačka a krém dobře spojily, musí mít stejnou teplotu.
12. Krém dáme vychladit do lednice.

Karamel do šlehačky připravíme takto.

1. Na mírném ohni rozpustíme cukr a necháme zhnědnout – vznikne karamel.
2. V hrnci ohřejeme 80 ml smetany ke šlehání.
3. Karamel zalijeme teplou smetanou (pozor, utvoří se hodně páry) a na mírném ohni za stálého míchání vaříme, až se karamel rozpustí. Na zvýraznění karamelové chuti přidáme špetku soli.
4. Z takto připraveného karamelu si do misky oddělíme 3 lžice, které posléze použijeme na polevu, a zbytek necháme v hrnci.
5. Karamelovou šlehačku připravíme takto.
6. Z 500 ml smetany vyšleháme šlehačku. Na závěr přidáme připravený karamel z hrnce a prošleháme.
7. Karamelovou šlehačku dáme chladit do lednice.

Karamelovou polevu připravíme takto.

1. Do misky s kamelem, který jsme si odložili stranou, přidáme moučkový cukr, trošku vody nebo mléka a rozmícháme. Tak vytvoříme polevu. Tu budeme na závěr lít na vrchní patro větrníků. Zatím ji zakryjeme např. potravinářskou fólií, aby neoschla.



Těsto na větrníky připravíme takto.

1. Do hrnce nalijeme vodu, přidáme na kostičky nakrájené máslo a pomalu přivedeme k varu.
2. Když začne voda vařit, odstavíme hrnec z plotny a sůl a veškerou směs PASTA & GNOCCHI do něj vsypeme naráz v jedné dávce a důkladně rozmícháme vařečkou.
3. Pak hrnec vrátíme zpět na plotnu, kde jsme nastavili střední teplotu. Pomalu vaříme a mícháme, až se těsto začne odlepovat od stěn hrnce. Ještě chvilinku odpalujeme, dokud se na dně hrnce nezačne těsto přichytávat a nevytvoří na něm tenkou vrstvu. (Odpalování těsta nebude trvat ani 2 minuty.)
4. Odpálené těsto vyklopíme do jiné nádoby, nejlépe do mísy roboty, a necháme chvilku promíchávat. Těsto necháme promíchávat, dokud nebude pouze lehce teplé (zhruba 40 °C). Za stálého míchání pak postupně zašleháme jedno vejce po druhém a to tak, že robota nastavíme na střední rychlost. Pokud by robot šlehal příliš rychle, těsto by pouze vyhazoval na stěny mísy, pokud je rychlost míchání zase příliš pomalá, metla před sebou pouze tlačí kousky těsta, které se s vejci špatně spojí. V obou případech vznikají hrudky. Při správné rychlosti se kousky těsta s vajíčkem spojí a těsto se táhne za metlou. Než se vše spojí, trvá to asi 4–5 minut. Těsto pak bude mít konzistenci zhruba jako tvaroh. Pokud se přeci jen v těstě vytvoří jemné hrudky, můžeme ho projet tyčovým mixérem.

Větrníky upečeme a připravíme takto.

1. Do cukrářského sáčku zakončeného nejlépe zubatou (hodně otevřenou) špičkou dáme těsto.
2. Na plech vyložený pečícím papírem stříkáme větrníky, vyplněná kolečka, jednotlivé vrstvy kolečka můžeme stříkat mírně na/přes sebe. Mezi jednotlivými kusy necháváme dostatečné rozestupy. Před vložením do trouby těsto na plechu ještě postříkáme vodou z rozprašovače.
3. Troubu rozpálíme na 200 °C, program horní a dolní ohřev (klasicky spodní a vrchní spirálu). Plech vložíme do prostřední části trouby. Po vložení plechu do trouby teplotu stáhneme na 190 °C. Pečeme cca 30 minut. Po několika minutách se těsto zvedne a „zrůžoví“. Troubu po celou dobu pečení neotevíráme. Pečeme jen jeden plech, následně druhý.
4. Upečené větrníky otočíme, špejlí propícháme na několika místech a necháme vychladnout na mřížce.
5. Vychladlé větrníky rozkrojíme.
6. Vrchní části přelijeme připravenou polevou a necháme ztuhnout.
7. Na dolní korpusy naneseeme nejdříve bohatou vrstvu diplomatického krému, na něj navršíme karamelovou šlehačku.
8. Jemně přikryjeme vrchní částí se ztuhlou karamelovou polevou.

KARAMELOVÝ MAXI VĚTRNÍK – DORT

Autor: Lenka Jurečková

✓ Bez lepku ✓ Bez sóji

Karamelové větrníky (viz str. 36) působí velkoryse samy o sobě. Štědré množství dvou různých lahodných krémů navrstvených na sobě, poleva ve formě hutné karamelové vrstvy... Radost pohledět, jsou to nadýchání bohatější. Jsou prostorově mohutnější než žloutkové věnečky a máloco je vystavené ve vitrínách cukráren předčí svou rozložitostí. Nebo víte o něčem, co zastíní řadu poctivých karamelových větrníků vyskládaných pěkně za sebou? Aha, něco přece! Jeden větrník olbřímí – ve formě dortu. Tady je! Pokud jste již podle této kuchařky pekli větrníky, návod vám bude povědomý, mnohé se opakuje. My však myslíme i na ty, co nalistovali jako první recept právě tento a začínají zrovna zde.

Ingredience

na těsto

- 160 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 250 ml vody
- 100 g másla
- špetka soli
- 6 vajec

na krémy

na diplomatický krém

- 500 ml mléka
- 1 vanilkový lusk
- 4 žloutky
- 120 g cukru krupice
- 50 g směsi PASTA & GNOCCHI
- 500 ml 40% smetany na šlehání*
- *Pokud nemáte 40% smetanu a použijete smetanu 33%, budete muset přidat želatinu, abyste dosáhli pevného krému:
- 6 plátku želatiny (10 g)

na karamelovou šlehačku

na karamel

- 120 g cukru krystal
- 80 ml 40% nebo 33% smetany na šlehání
- špetku soli

na šlehačku

karamel připravený z ingrediencí v bodu a)

- 500 ml 40% nebo 33% smetany na šlehání

na polevu

- 200 g moučkového cukru
- 3 lžice karamelu (odložíme si stranou při přípravě karamelové šlehačky)
- trošku vody nebo mléka

Z výše uvedených surovin připravíme jeden maxi větrník dort o průměru cca 24 cm a 3 patrech.

Pracovní postup

Nejprve si připravíme krémy, aby se stihly pěkně vychladit.

První krém – diplomatický.

1. Vanilkový lusk podélně rozkrojíme a z jeho dužiny nožem vyškrábáme semínka. Do hrnce nalijeme mléko, přidáme semínka i prázdný lusk a za stálého míchání přivedeme k bodu varu. Pak hrnec odstavíme z plotny a vanilkové mléko necháme chvíli odpočívat.
2. Mezitím v míse vyšleháme žloutky s cukrem do světlé pěny. Přidáme směs PASTA & GNOCCHI a důkladně promícháme metlou.
3. Z vanilkového mléka vyjmeme vylouhovaný prázdný lusk a mléko lijeme velmi tenkým pomalým proudem do žloutkové směsi, kterou při tom stále mícháme. (Proud musí být skutečně tenký a pomalý, tak se žloutky nesrazí.)
4. Následně celou směs přelijeme přes sítko zpět do hrnce, ve kterém se vařilo mléko, a na mírném ohni za stálého míchání přivedeme k varu. Směs začne houstnout a probublávat. Vaříme 2 minuty. Odstavíme z plotny.
5. Pokud nemáte 40% smetanu a budete pracovat se smetanou 33%, právě nyní je třeba přidat do horkého krému želatinu, mějte ji tedy připravenou. Plátky želatiny namočte do studené vody, jakmile změkne, vyjměte ji z vody a v dlaních vymačkejte. Připravenou želatinu přidejte do horkého krému a důkladně promíchejte, až se zcela rozpustí. Pokud použijete 40% smetanu, želatinu přidávat nemusíte.
6. Krém přendáme do misky, pokryjeme ho potravinářskou fólií, aby se na něm neutvořil škráloup. Necháme ho vychladnout nejdříve na pokojovou teplotu, potom ho uložíme do lednice. (Právě jsme uvařili základní cukrářský žloutkový krém. Přidáním šlehačky z něj připravíme tzv. diplomatický krém.)
7. Dále pracujeme s vychlazeným žloutkovým krémem.
8. Vychlazený ztuhnutý žloutkový krém rozšleháme do hladka.
9. Ze smetany vytažené z lednice vyšleháme šlehačku a jemnými krouživými pohyby odspodu nahoru ji pomocí stěrky nebo lžice vpravíme do rozšlehaného žloutkového krému. Aby se šlehačka a krém dobře spojily, musí mít stejnou teplotu.
10. Krém dáme vychladit do lednice.

Karamel do šlehačky připravíme takto.

1. Na mírném ohni rozpustíme cukr a necháme zhnědnout – vznikne karamel.
2. V hrnci ohřejeme 80 ml smetany ke šlehání.
3. Karamel zalijeme teplou smetanou (pozor, utvoří se hodně páry) a na mírném ohni za stálého míchání vaříme, až se karamel rozpustí. Na zvýraznění karamelové chuti přidáme špetku soli.
4. Z takto připraveného karamelu si do misky oddělíme 3 lžice, které posléze použijeme na polevu, a zbytek necháme v hrnci.

Karamelovou šlehačku připravíme takto.

1. Z 500 ml smetany vyšleháme šlehačku. Na závěr přidáme připravený karamel z hrnce a prošleháme.
2. Karamelovou šlehačku dáme chladit do lednice.

Karamelovou polevu připravíme takto.

1. Do misky s karamellem, který jsme si odložili stranou, přidáme moučkový cukr, trošku vody nebo mléka a rozmícháme. Tak vytvoříme polevu. Tu budeme na závěr lít na vrchní patro větrníku. Zatím ji zakryjeme např. potravinářskou fólií, aby neoschla.



Těsto na maxi větrník dort připravíme takto.

1. Do hrnce nalijeme vodu, přidáme na kostičky nakrájené máslo a pomalu přivedeme k varu.
2. Když začne voda vařit, odstavíme hrnec z plotny a sůl a veškerou směs PASTA & GNOCCHI do něj vsypeme naráz v jedné dávce a důkladně rozmícháme vařečkou.
3. Pak hrnec vrátíme zpět na plotnu, kde jsme nastavili střední teplotu. Pomalu vaříme a mícháme, až se těsto začne odlepovat od stěn hrnce. Ještě chvilinku odpalujeme, dokud se na dně hrnce nezačne těsto přichytávat a nevytvoří na něm tenkou vrstvu. (Odpalování těsta nebude trvat ani 2 minuty.)
4. Odpálené těsto vykloupíme do jiné nádoby, nejlépe do mísy robota, a necháme chvilku promíchávat. Těsto necháme promíchávat, dokud nebude pouze lehce teplé (zhruba 40 °C). Za stálého míchání pak postupně zašleháme jedno vejce po druhém a to tak, že robota nastavíme na střední rychlost. Pokud by robot šlehal příliš rychle, těsto by pouze vyhazoval na stěny mísy, pokud je rychlost míchání zase příliš pomalá, metla před sebou pouze tlačí kousky těsta, které se s vejci špatně spojí. V obou případech vznikají hrudky. Při správné rychlosti se kousky těsta s vajíčkem spojí a těsto se táhne za metlou. Než se vše spojí, trvá to asi 4–5 minut. Těsto pak bude mít konzistenci zhruba jako tvaroh. Pokud se přeci jen v těstě vytvoří jemné hrudky, můžeme ho projet tyčovým mixérem.

Maxi větrník dort upečeme a připravíme takto.

1. Budeme postupně péct 3 pláty.
2. Do cukrářského sáčku zakončeného nejlépe rovnou špičkou s kulatým otvorem dáme třetinu těsta (necelých 250 g). Případně stačí rovně ustříhnutý cukrářský sáček.
3. Na plech vyložený pečícím papírem stříkáme maxi větrník – nízké vyplněné kolečko o průměru asi 20 cm. Před vložením do trouby těsto na plechu ještě postříkáme vodou z rozprašovače.
4. Troubu rozpálíme na 200 °C, program horní a dolní ohřev (klasicky spodní a vrchní spirálu). Plech vložíme do prostřední části trouby. Po vložení plechu do trouby teplotu stáhneme na 190 °C. Pečeme cca 45 minut. Po několika minutách se těsto zvedne a „zrůžoví“. Troubu po celou dobu pečení neotevíráme. Pečeme jen jeden plech, následně druhý, pak třetí.
5. Upečený maxi větrník otočíme, špejlí propíchneme na několika místech a necháme vychladnout na mřížce.
6. Poslední plát (na dortu vrchní) můžeme na plech nastříkat zubatou špičkou.
7. Po vychladnutí vrchní část přelijeme připravenou polevou a necháme ztuhnout.
8. Na dolní korpus nanese nejdříve bohatou vrstvu diplomatického krému, na něj položíme další patro, navršíme karamelovou šlehačku a jemně přikryjeme vrchní část se ztuhlou karamelovou polevou.

PISTÁCIOVÉ ÉCLAIRS S MALINOVÝM PŘELIVEM

Autor: La Teta

✓ Bez lepku ✓ Bez sóji

Za francouzskými zákusky éclairs se skrývá opět odpalované těsto, tentokrát ve formě banánků, které jsou plněny nej-různějšími lahodnými krémy – pistáciovým, malinovým, čokoládovým, ... U éclairs hraje důležitou roli zdobení. Překrásně a složitě nazdobené éclairs mohou ve Francii sloužit jako drobná pozornost, kterou návštěva přinese hostiteli. Ve francouzštině éclair znamená doslova záblesk blesku. Podle jedné z teorií byl takto dezert pojmenován kvůli blyštivé polevě, podle jiné za tento název dezert vděčí tomu, že je sněden bleskovou rychlostí. Mohlo to být ale také tím, že jeho krása oslní právě jako tento přírodní úkaz. Původní název byl však zcela jiný a sice pain à la Duchesse – neboli chléb podle vévodkyně a používal se až do roku 1850. Má se za to, že autorem této delikatesy z odpalovaného těsta byl slavný francouzský šéfkuchař Marie-Antoine Carême. Carême byl osobním kuchařem Napoleona Bonaparta a později ruského cara Alexandra a nebyl by to jeho jediný kulinářský vynález. Právě jemu údajně vděčíme za smažené bramborové hranolky, nebo dortík suflé. Pistáciové éclairs s malinovým přelivem z Červené směsi připravila La Teta a zcela jistě by nadchly i mistra Carêma.

Ingredience

na těsto

- 100 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 150 ml vody
- 50 ml oleje
- špetka soli
- 3 vejce

na náplň

- 200 g másla
- 300 ml mléka
- 1 vanilkový pudink
sladidlo dle chuti (stévie, cukr, rýžový cukr)
- 4 lžice pistáciové pasty
(La Teta použila pastu z blanširovaných pistácií ze Světa plodů.)
čerstvé maliny

Poznámka: Pro zintenzivnění chuti je možné přidat pistáciové aroma. Mají např. ve Světě plodů.

na polevu

- šťávu z 2 citronů
- cukr
- malinový prášek

Z výše uvedených surovin připravíme cca 15 éclairs.

Pracovní postup

Nejprve si připravíme těsto a upečeme banánky.

1. Vodu se solí a olejem přivedeme k varu a vmícháme směs PASTA & GNOCCHI. Chvilí za stálého míchání prohříváme, dokud se suroviny nespojí a směs z nich neprohřeje. Pak odstavíme z plotny. Necháme lehce vychladnout a zašleháme vajíčka.
2. Vajíčka můžeme zašlehat postupně po jednom a to ručně, nebo šlehačem. Také můžeme zašlehat všechna vejce naráz tyčovým mixérem (La Teta volí 2. variantu).
3. Na plech vyložený pečicím papírem stříkáme v jedné vyšší vrstvě banánky a pečeme na 230 °C cca 25 minut. Poté teplotu stáhneme na 200 °C a dopékáme dozlatova. Troubu během pečení neotevíráme! Čas je pouze orientační a je třeba se držet zkušeností s vlastní troubou.
4. Po vytažení uděláme do každého banánku z boku nožem zářez, aby vyšla pára.
5. Nyní si připravíme náplň.
6. Svaříme mléko s vanilkovým pudinkem do husté kaše a okamžitě přetáhneme potravinovou fólií, aby se neutvořil škraloup. Necháme zcela vychladnout.
7. Do vychladlého pudinku zašleháme máslo, sladidlo, pistáciovou pastu a případně aroma a vyšleháme do hladkého krému.

Příprava polevy.

1. Citronovou šťávu zahustíme cukrem a dobarvíme malinovým práškem.

Dokončení éclairs.

1. Každý banánek podélně rozřízneme.
2. Vrchní díly namočíme do malinové polevy.
3. Na spodní díly cukrářským sáčkem nastříkáme pistáciový krém, dozdobíme malinami a přiklopíme vrchním dílem s malinovou polevou.



PROFITEROLKY S CRAQUELINEM

Autor: Vlad'ka Halatová

✓ Bez lepku ✓ Bez sóji

Zamilovali jste si profiterolky (viz str. 30) a éclairs (viz str. 40)? Při přípravě náplní a u zdobení éclairs se vyřádí i ti největší kreativci. A teď tu máme ještě jeden tip, jak tyto cukrářské skvosty vyšperkovat! A to craquelin! Malá křupavá sušenka. Těsto na ni se pokládá na odpalované těsto skoro jako klobouček a pečou se spolu. V průběhu pečení se na odpalovaném tvaru (profiterolce, banánku) sušenka „rozpustí“ a vytvoří tak speciální vrstvu a dekoraci. Chuťově je tato kombinace odpalovaného s křehkým úžasná a konzumaci doprovází lahodné křupnutí při zakousnutí. Profiterolky a éclairs s craquelinem pro nás objevila Vlad'ka Halatová. Její recept je navíc zajímavý tím, že pro odpalované těsto použila jako tuk sádlo. Také u náplně Vlad'ka myslela na ty, pro které je mléko zapovězeno a připravila ji v mléčné i nemléčné variantě. Nemléčné varianty nabízí dokonce dvě. Další dezert, kterým skutečně okouzлите, je tu.

Ingredience

na těsto na profiterolky

- 150 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 300 g vody
- 110 g sádla
- špetka soli
- 4 vejce

na těsto na craquelin

- 45 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 45 g kukuřičné hladké mouky
- 90 g cukru krystal (třtinového nebo kokosového)
- 80 g másla (nebo bezmléčného tuku)

na náplň

- 400 ml mléka (mandlového mléka*,...)
- 1 pudinkový prášek bez lepku (vanilkový, karamelový,...)
- 200 g másla (nebo bezmléčného tuku**)
- 120 g cukru moučka (nebo jiného sladidla)
- 100 g mascarpone
- rybízová marmeláda

*Můžeme použít i jiné, ale mandlové je nejvhodnější.

** Např. Alsan.

na 2. variantu nemléčné náplně

Pracovní postup

Takto připravíme profiterolky.

1. Do hrnce nalijeme vodu, přidáme sádlo. Jakmile je sádlo rozpuštěné, přidáme směs PASTA & GNOCCHI se špetkou soli. Za stálého míchání vaříme na mírném ohni. Mícháme, dokud není těsto krásně spojené a hladké. Pak hrnec odstavíme z plotny a necháme vychladnout. Jakmile je těsto vychladlé (nemusí být vychladlé úplně, lze použít i mírně teplé těsto), přimícháme celá vejčka, jedno po druhém. Těsto vložíme do cukrářského sáčku s hladkou trubičkou a na plech vyložený pečicím papírem stříkáme malé bochánky – ideálně jako dvě vrstvy těsta na sebe.

Takto připravíme craquelin.

1. Z másla, cukru, směsi PASTA & GNOCCHI a kukuřičné mouky vypracujeme těsto, které zabalíme do potravinářské fólie a dáme na 10 minut ztuhnout do lednice. Jakmile je těsto ztuhlé, vyválíme ho mezi dvěma archy pečicího papíru na placku o tloušťce cca 2 mm. Těsto i s pečicími papíry dáme opět na 10 minut do lednice. Poté vykrajujeme kolečka o stejném průměru jako je velikost bochánků. Tyto kolečka dáme na hodinu ztuhnout do mrazničky. Uložíme je tak, aby se nám neslepila – můžeme je oddělit pečicím papírem a vložit do krabičky, nebo položit na prkénko a proložit pečicím papírem.

2. Nyní spojíme profiterolky s craquelinem a budeme péct.

3. Zmrzlá kolečka pokládáme na bochánky jako kloboučky.

4. Pečeme nejprve při 210 °C cca 15 minut, pak snížíme teplotu na 180 °C a dopékáme. Prvních 15 minut troubu neotevíráme! Že jsou profiterolky upečené, poznáme podle krásné zlatohnědé barvy a podle toho, že jdou snadno „odlepit“ z pečicího papíru. Uvnitř jsou duté.

Příprava a plnění náplní.

1. Vychladlé profiterolky v polovině horizontálně rozkrojíme a vyplníme je. Dáme rybízovou marmeládu – zhruba půl lžičky, zbytek doplníme připraveným krémem.

Mléčný krém připravíme takto.

1. Z celkového množství mléka si odlijeme asi 100 ml, ve kterých dobře rozmícháme pudinkový prášek.

2. Zbytek mléka dáme vařit. Jakmile začne mléko vřít, vlijeme do něho mléko s rozmíchaným pudinkovým práškem a za stálého míchání vaříme 2–3 minuty. Jakmile pudink vychladne, přidáme máslo a sladidlo a vše vyšleháme do jemného krému, do kterého na závěr přimícháme mascarpone.

Nemléčný krém připravíme takto.

Varianta 1

1. Z celkového množství mandlového mléka si odlijeme asi 100 ml, ve kterých dobře rozmícháme pudinkový prášek. Zbytek mandlového mléka dáme vařit. Jakmile



kokosové mléko
vanilkový cukr dle chuti
(nebo jiné sladidlo)

Z výše uvedených surovin připravíme
cca 50 kusů profiterolek s craquelinem.

začne mléko vřít, vlijeme do něho mléko s rozmíchaným pudinkovým práškem a za stálého míchání vaříme 2–3 minuty. Jakmile pudink vychladne, přidáváme postupně bezmléčný tuk a zašleháváme. Osladíme. Vše vyšleháme do jemného krému.

Varianta 2

1. Přes noc necháme vychladit kokosové mléko. Druhý den vyškrábeme ztuhlou kokosovou hmotu, do které vyšleháme vanilkový cukr, příp. jiné sladidlo.

GOUGÈRES – ODPALOVANÉ SÝROVÉ BOCHÁNKY

Autor: Vlad'ka Halatová

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Z odpalovaného těsta je možné vytvořit nejen vynikající dezerty, ale také úžasné efektní slané jednohubky, které ozdobí každou party. O profiterolkách, které mohou mít masovou, houbovou, nebo třeba špenátovou náplň již zde řeč byla (viz str. 30), další slanou odpalovanou delikatesou jsou tzv. gougères. Jedná se o francouzskou specialitu původem z Burgundska. Toto odpalované pečivo je zvláštní tím, že do těsta se navíc strouhá sýr, nejčastěji Comté, Gruyère, nebo Ementál, ale existuje celá řada variant. Gougères mívají nejčastěji tvar malých „kuliček“ o průměru 3–4 cm, ale připravují se i větší o průměru 10–12 cm. Mohou být prázdné, ale i plněné např. houbami, mletým masem apod. Ve své domovině, v Burgundsku, se gougères podávají studené při ochutnávkách vína ve sklepech. Stejně tak je možné servírovat je jako teplý předkrm. Na jakou příležitost je připravíte vy? Můžete zaperlit francouzským názvem této speciality, nebo si je přejmenovat jako my na odpalované sýrové bochánky.

Ingredience

- 150 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 300 g vody
- 110 g sádla
- špetka soli
- 4 vejce
- 130 g na jemno nastrouhaného sýru gruyére (nebo čedaru, Ementálu, nebo jiného sýru ementálského typu)

Pracovní postup

1. Do hrnce nalijeme vodu, přidáme sádlo. Jakmile je sádlo rozpuštěné, přidáme směs PASTA & GNOCCHI se špetkou soli. Za stálého míchání vaříme na mírném ohni. Mícháme, dokud není těsto krásně spojené a hladké. Těsto je hotové, jakmile se začne odlepovat od stěn hrnce. Pokud nám v hrnci zůstane trochu tuku, který se s těstem nespojí, odlijeme ho.
2. Potom do vychladlého těsta přimícháme celá vajíčka, jedno po druhém, a jemně zapracováváme. Jakmile má těsto krásně hladkou a zároveň pevnou konzistenci, šetrně vmícháme na jemno nastrouhaný sýr.
3. Troubu přehřejeme na 200 °C.
4. Na plechu vyloženém pečicím papírem vytváříme bochánky ve velikosti lžice a necháváme mezi nimi rozestupy cca 3,5 cm. Bochánky tvoříme pomocí cukrářského sáčku s hladkou špičkou.
5. Pečeme prvních 15 minut při teplotě 200 °C, potom teplotu snížíme na 180 °C a pečeme dozlatova. Upečené bochánky půjdou snadno „odlepit“ z pečicího papíru. Uvnitř budou duté. Pozor, v průběhu prvních 15 minut pečení neotevíráme troubu.
6. Sýrové bochánky necháme vychladnout na mřížce. Můžeme je podávat jen tak, nebo je naplnit pomazánkou – bylinkovou, sýrovou, masovou, houbovou, či jinou dle chuti.



Foto: Vladěna Halárová

ODPALOVANÉ NOČKY DO POLÉVKY

Autor: Jana Fialková

✔ **Bez lepku** ✔ **Bez sóji**

Vedle slaných profiterolek (viz str. 30), sýrových gougères (viz str. 44) zde představujeme další slanou dobrotu z odpalovaného těsta – polévkové nočky. Druhou tepelnou úpravou „odpalovaného“ není vždy pečení. Odpálené těsto se může také smažit jako třeba španělské churros (osmažené „proužky“ odpalovaného těsta, které se namáčí do husté čokolády), nebo vařit, tak je tomu např. u knedlíků (viz str. 50), nebo těchto výborných polévkových noček.

Ingredience

- 100 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 150 g vody
- 50 g másla
- špetka soli
- 1 vejce
- 2–3 lžičce na jemno nastrouhaného sýru

Pracovní postup

1. Do hrnce nalijeme vodu, přidáme máslo a sůl a dáme vařit.
2. Jakmile voda začne vřít, stáhneme sporák na mírný plamen, vsypeme naráz veškerou směs PASTA & GNOCCHI, intenzivně ji vmícháme vařečkou a pak vaříme a mícháme, dokud se těsto nezačne odlepovat od stěn hrnce (zhruba do 1,5 minuty).
3. Do vychladlého (ještě mírně teplého) těsta zapracujeme šlehačem vajíčko a sýr.
4. Malou lžičkou vykrajujeme nočky a vkládáme je přímo do vařící se polévky. Nočky vaříme zhruba 20 minut. (Jeden nok si můžete ponechat jako zkušební a podle něj určit, zda už jsou noky uvařené). Během vaření výrazně zvětší svůj objem, oproti syrovým budou 3x tak velké – nadýchané.

Z výše uvedených surovin připravíme cca 20 odpalovaných noček do polévky. Do jedné porce polévky použijete 3–4 takovéto nočky.



CHURROS – SMAŽENÉ ODPALOVANÉ PROUŽKY

Autor: Jana Fialková

✔ Bez lepek ✔ Bez mléka ✔ Bez sóji

Pokud název tohoto odpalovaného pokrmu uslyšíte se správnou výslovností poprvé a nejste zrovna španělštinář, možná ve vás vzbudí úsměv. Vyslovuje se totiž „čurros“. Jedná se o do zlatova osmažené proužky odpalovaného těsta, které se namáčí do husté čokolády. Po odpalovaných polévkových nočích tedy další příklad odpalovaného těsta, jehož druhou tepelnou úpravou není pečení, nýbrž smažení. Churros jsou rozšířené hlavně na Pyrenejském poloostrově a v Latinské Americe. Mají mnoho variant i regionálních názvů. Prodávají se nejen v kavárnách, ale dokonce i ve specializovaných stáncích nazývaných churrerías (čti: čurrerías). Najdete je i zamražené v supermarketech, předpřipravené ke snadnému dohotovení doma. Těsto na churros se připravuje pouze z vody, mouky a špetky soli. Neobsahuje tedy vejce a ani tuk tak, jak jsme zvyklí u naprosté většiny odpalovaných dezertů. Churros se smaží v bohatém množství oleje. Tradičně v olivovém oleji, ale posledním trendem je také kombinace olejů olivového a slunečnicového, nebo jen olej slunečnicový. Důvod je jasný – úspora. Churros mají tvar jednoduchých tyčinek případně smyček nebo spirál. Na jejich tvarování – stříkání do horkého tuku existují dokonce speciální pistolký tzv. churreras (čti: čurreras). My vystačíme s cukrářským sáčkem, bude nás to stát trochu fyzického úsilí, ale dá se to zvládnout. Churros se nejčastěji podávají „holé“ a namáčí se do husté čokolády. Moderní verze však mohou být i potažené např. cukrem, čokoládou, cukrářským krémem. Obvykle se jí na snídani, můžete je ale také posvačit.

Ingredience

- 175 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 400 g vody
- 2 lžice cukru
- špetka soli
- 2 žloutky

Dále budeme potřebovat olej na smažení a cukr na dokočení.

Pracovní postup

1. Do hrnce nalijeme vodu, přidáme sůl a cukr, mícháme, aby se sůl a cukr rozpustily a pomalu přivedeme k varu.
2. Jakmile voda začne vřít, stáhneme sporák na mírný plamen, vsypeme naráz veškerou směs PASTA & GNOCCHI, intenzivně ji vmícháme vařečkou a pak vaříme a mícháme, dokud se těsto nezačne odlepovat od stěn hrnce (zhruba do 1,5 minuty).
3. Do vychladlého (ještě mírně teplého) těsta zapracujeme šlehačem žloutky.
4. Těsto dáme do cukrářského sáčku zakončeného hodně otevřenou kovovou špičkou – optimální je tvar velké hvězdy, ta dá churros jejich tradiční podobu.
5. Do fritézy nebo hluboké pánve nalijeme olej do výšky zhruba 5 cm. Olej zahřejeme na teplotu 190 °C. (Že je olej dostatečně zahřátý poznáme i tak, že do něj vložíme kostičku suchého chleba a ta po jedné minutě zhnědne.)
6. Ze sáčku nastříkáme do horkého oleje pět proužků o délce cca 10 cm. (Proužek vždy nožem odkrojíme u trysky.) Pozor, těsto je dost tuhé, budete muset vyvinout dost síly na to, abyste ho vytlačili.
7. Smažíme 3 až 4 minuty do zlato-hněda. Necháme okapat na papírové utěrce a mezitím smažíme další.
8. Hotové churros posypeme cukrem, podáváme teplé. Můžeme doprovodit rozpuštěnou horkou čokoládou, do které se churros tradičně namáčejí.



ODPALOVANÉ OVOCNÉ KNEDLÍKY

Autor: Lenka Jurečková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

My Češi a Moravané jsme skuteční znalci knedlíků. Nebo snad víte o jiném národu, který se může pyšnit tolika recepty a variacemi na knedlíky z kynutého těsta (viz Zelená kuchařka Adveni), bramborového těsta (viz str. 10 a viz str. 12), tvarohového těsta (viz str. 22) a odpalovaného těsta? Odpalované nejsou tak časté, ale ani ty nesmí v našem bezlepkovém knedlíkovém repertoáru chybět! Tady jsou.

Ingredience

- 140 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 250 ml mléka
- 50 g másla
- špetka soli
- 2 vejce
- trocha směsi PASTA & GNOCCHI na podsypání meruňky nebo jiné pevné ovoce

na dokončení

- trochu rozpuštěného másla
- cukr dle chuti
- tvaroh nebo strouhaný perník

Z výše uvedených surovin připravíme cca 12 odpalovaných knedlíků.

Pracovní postup

1. Do hrnce nalijeme vodu, přidáme na kostičky nakrájené máslo a pomalu přivedeme k varu.
2. Když začne voda vařit, odstavíme hrnec z plotny a sůl a veškerou směs PASTA & GNOCCHI do něj vsypeme naráz v jedné dávce a důkladně rozmícháme vařečkou.
3. Pak hrnec vrátíme zpět na plotnu, kde jsme nastavili střední teplotu. Pomalu vaříme a mícháme, až se těsto začne odlepovat od stěn hrnce. Ještě chvilinku odpalujeme, dokud se na dně hrnce nezačne těsto přichytávat a nevytvoří na něm tenkou vrstvu. (Odpalování těsta nebude trvat ani 2 minuty.)
4. Odpálené těsto vyklopíme do jiné nádoby, nejlépe do mísy robota, a necháme chvilku promíchávat. Těsto necháme promíchávat, dokud nebude pouze lehce teplé (zhruba 40 °C). Za stálého míchání pak postupně zašleháme jedno vejce po druhém a to tak, že robot nastavíme na střední rychlost. Pokud by robot šlehal příliš rychle, těsto by pouze vyhazoval na stěny mísy, pokud je rychlost míchání zase příliš pomalá, metla před sebou pouze tlačí kousky těsta, které se s vejci špatně spojí. V obou případech vznikají hrudky. Při správné rychlosti se kousky těsta s vajíčkem spojí a těsto se táhne za metlou. Než se vše spojí, trvá to asi 2–3 minuty. Těsto pak bude mít konzistenci zhruba jako hustší bramborová kaše.
5. Těsto přendáme na podsypaný vál a propracujeme – spojíme. Z těsta utvoříme váleček, ze kterého odkrajujeme kousky. Každý kousek v ruce či na pomoučeném stole rozpláceme a zabalíme do něho kousek ovoce. Dobře uzavřeme a zakulatíme. Pokud máme měkčí, vodnatější či kompotované ovoce, je lepší z těsta udělat placičku, vložit ke středu ovoce, v polovině přeložit. Takto nám vznikne půlkruh, ten opět dobře po krajích uzavřeme.
6. Takto připravené knedlíky dáme vařit do lehce osolené vody na cca 5 minut.
7. Uvařené knedlíky dáme na talíř, posypeme dle chuti cukrem, perníkem nebo tvarohem a přelijeme rozpuštěným máslem.



Foto: Lenka Jurečková

III. VAFLE, PALAČINKY, CELESTÝNSKÉ A FRITÁTOVÉ NUDLE, PLACKY A PLACIČKY

Recepty této kapitoly jsou jednoduché a velmi praktické, můžete je využít při mnoha příležitostech. Jistě se stanou stálou součástí vašeho jídelníčku.

Červená směs je ideální do placek všeho druhu. Bramboráky, zelňáky, cuketačky, květákové placičky, tvarohové syrníky... Pochutná si na nich snad každý člen rodiny.

Připravíme si i lahodné palačinky a také celestýnské a fritátové nudle. Jak se ocitly nudle v této kapitole?

To záhy zjistíte ☺.

A začínáme křupavými vaflemi. Těmi se zavděčíte malým i velkým a budou je chtít zas a znova.



VAFLE

Autor: Lenka Jurečková

✔ **Bez lepku** ✔ **Bez sóji**

Vafle pocházejí z Belgie a francouzských Flander a jejich výroba se datuje už od počátku 14. století. Tento vynikající moučník se v různých podobách rozšířil do mnoha koutů světa, ale Belgie dodnes zůstává vaflovou velmocí, a má více než tucet regionálních variant. Navštívit Belgii a neochutnat tamní vafle, které tam dostanete na každém rohu, by byl hřích. Vafle se pečou mezi dvěma železy s typickým mřížkováním. Podobně jako palačinky se mohou konzumovat polité marmeládou nebo čokoládou a navrch ozdobené šlehačkou. Základní rozdíl oproti palačinkám je ten, že do těsta vaflí se dává máslo a cukr, což jim dodává lahodnou karamelovou příchuť. Věděli jste, že existuje Mezinárodní den vaflí? Slaví se 25. března. Nemusíte čekat na toto datum, z Červené Adveni je podle tohoto receptu připravíte raz dva a celá rodina se bude s chutí oblizovat.

Ingredience

- 120 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 100 g rozpuštěného másla
- 200 ml mléka
- 100 g cukru
- 2 vejce
- 1 malá lžička kypřicího prášku

Na dokončení

dle chuti ovoce, termix,
zakysaná smetana, šlehačka,
marmeláda, Nutella, ...

Budeme také potřebovat trochu oleje na první potřetí vaflovače.

Z výše uvedených surovin připravíme cca 30 vaflí ve tvaru zvířátek.

Pracovní postup

1. Do mísy rozklepneme vajíčka, přidáme cukr, mouku s kypřícím práškem a rozmícháme. Po rozmíchání vznikne husté těsto, k němu přilijeme vlažné mléko a rozpuštěné máslo (ne horké) a opět rozmícháme. Těsto necháme alespoň 5 minut stát, zhoustne.
2. Zapneme vaflovač, před prvním použitím můžeme mřížky lehce potřít olejem. Do rozehřátého vaflovače naléváme husté těsto (menší tvary, např. zvířátka, se dobře nalévají z odměrky se zobáčkem) a smažíme 2–3 minuty do zlatova.
3. Po vyndání jsou vafle měkké, dáme je na mřížku, kde ztuhnou a stanou se křupavými. Na talíři ozdobíme ovocem, marmeládou, Nuttelou, ...



foto: Lenka Jurecková

PALAČINKY

Autor: Lenka Jurečková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Víte, jaká je spojitost mezi palačinkou a plodovým lůžkem placentou? Jazyková. Výraz palačinka pochází z maďarského palacsinta; palacsinta pak z rumunského plăcintă (zákusek, koláč); a rumunská plăcintă z latinského placenta, kde slovo znamenalo jednak plodové lůžko, jednak plochý koláč. Palačinka a palacinka jsou dnes názvy ve většině slovanských jazyků. Výraz Palatschinke má také rakousko-bavorská němčina, převzala ho z češtiny. Ve francouzštině se palačinka nazývá *crêpe* a tento výraz přejaly i ostatní románské jazyky a dokonce také angličtina. Ta má též výraz pancake, který ovšem označuje lívance, nikoliv palačinky. Palačinka je moučník z litého těsta, na rozdíl od lívanců, které mohou být i z těsta kynutého. Základ těsta na palačinky tvoří mouka, mléko, vejce a špetka soli. Na rozdíl od vaflí (viz str. 54) těsto na palačinky neobsahuje máslo a cukr. Palačinky se pečou na pánvi nebo na rozpálené desce (kameni). Tyto velmi tenoučké placky se obvykle podávají plněné ovocem nebo sladkými krémy – tvarohovým, marmeládovým, Nuttelou. Zdobí se šlehačkou a čokoládou. Na oblibě získaly i slané palačinky – plněné např. špenátem, mletým masem, či sýrem. No a z palačinek se připravují také vynikající polévkové nudle! Celestýnské a fritátové (viz str. 58). Věděli jste, že existuje i Mezinárodní den palačinek a lívanců? Slaví se vždy v úterý před Popeleční středou. V roce 2021 (kdy vzniká Červená kuchařka) tento den připadne na 16. 2.

Ingredience

- 180 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 2 vejce
- 500 ml mléka (nejlépe vlažného)
- špetka soli
- troška oleje na smažení, pokud nemáme nepřilnavou pánev

Na dokončení

- dle chuti marmeláda, Nuttela, termix
- šlehačka, čokoláda
- ovoce

Z výše uvedených surovin připravíme cca 10–12 palačinek o průměru 20 cm.

Pracovní postup

1. Do mísy rozklepneme vejce, přidáme sůl, část směsi PASTA & GNOCCHI, trochu mléka a rozšleháme, potom přidáme zbytek směsi PASTA & GNOCCHI a za stálého šlehání přiléváme zbylé mléko. Pokud těsto rozmícháváme takto postupně, nevznikají hrudky. Necháme odstát alespoň 5 minut, směs zhoustne.
2. Na střední teplotu rozpálíme pánvičku – nejlépe nepřilnavou. Pokud nemáme nepřilnavou pánev, dáme trošku oleje. Těsto nabere naběračkou, nalijeme na pánev a pomalým krouživým pohybem těsto rozlijeme po celé ploše.
3. Pečeme nejprve z jedné strany, až uvidíme, že palačinka na povrchu není syrová a tekutá, otočíme ji plochou obracečkou a dopečeme z druhé strany. To bude trvat o něco kratší dobu.
4. Hotové palačinky potřeme dle chuti marmeládou, nebo Nuttelou, či termixem, zatočíme a ozdobíme šlehačkou a čokoládou. Můžeme je doprovodit ovocem.



Foto: Lenka Jurešková

CELESTÝNSKÉ A FRITÁTOVÉ NUDLE

Autor: Lenka Jurečková

✓ **Bez lepku** ✓ **Bez sóji**

Určitě vás napadá, jak se ocitly nudle v kapitole plné placek. Ne, skutečně zde nejsou omylem. A záměrně jsou zařazeny hned za palačinkami (viz str. 56). Z nich se totiž připravují! Tyto nudle nejsou nic jiného, než na proužky nakrájené palačinky. Na celestýnské nudle se palačinky krájí na zhruba 5 cm dlouhé a půl centimetru široké proužky, které se vkládají do vývarů. Někdy se nazývají také omeletové nudle. Na fritátové nudle se palačinky krájí na 5 cm dlouhé, avšak jen zhruba 3 mm široké proužky a po nakrájení se ještě smaží – fritují na tuku, odtud tedy jejich název. Jakmile vychladnou, jsou příjemně křupavé. Fritátové nudle jsou tedy ve srovnání s celestýnskými zhruba o polovinu tenčí a smažené na tuku.

Ingredience

- 90 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 1 vejce
- 250 ml mléka (nejlépe vlažného)
- špetka soli
- olej na smažení

Z výše uvedených surovin připravíme cca 5 palačinek o průměru 20 cm a z nich pak nakrájíme proužky na celestýnské (5 cm × 0,5 cm), nebo fritátové (5 cm × 0,3 cm) nudle.

Pracovní postup

Nejdříve si připravíme palačinky.

1. Do mísy rozklepneme vejce, přidáme sůl, část směsi PASTA & GNOCCHI, trochu mléka a rozšleháme, potom přidáme zbytek směsi PASTA & GNOCCHI a za stálého šlehání přiléváme zbylé mléko. Pokud těsto rozmícháváme takto postupně, nevznikají hrudky. Necháme odstát alespoň 5 minut, směs zhoustne.
2. Na střední teplotu rozpálíme pánvičku – nejlépe nepřilnavou. Pokud nemáme nepřilnavou pánev, dáme trošku oleje. Těsto nabere naběračkou, nalijeme na pánev a pomalým krouživým pohybem těsto rozlijeme po celé ploše.
3. Pečeme nejprve z jedné strany, až uvidíme, že palačinka na povrchu není syrová a tekutá, otočíme ji plochou obracečkou a dopečeme z druhé strany. To bude trvat o něco kratší dobu.

Celestýnské nudle

4. Hotové palačinky nakrájíme na nudličky 5 cm dlouhé a půl centimetrů široké.

Fritátové nudle

5. Hotové palačinky nakrájíme na nudličky 5 cm dlouhé a 3 milimetry široké.
6. Do pánve nalijeme centimetrovou vrstvu tuku, který rozežhřejeme. Nudle v něm smažíme zhruba půl minuty.

Celestýnské i fritátové nudle vkládáme do polévky těsně před konzumací.



KVĚTÁKOVÉ PLACIČKY

Autor: Jana Fialková

✔ **Bez lepku** ✔ **Bez sóji**

Máte rádi květák? Ale ten smažený se vám zdá pracný? Udělejte tyto výborné květákové placičky. Jsou lehké a přitom příjemně zasytí.

Ingredience

- 100 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 600 g uvařeného kvěťáku
- 2 vejce
- 3 lžíce mléka
- česnek dle chuti
- sůl dle chuti

Pracovní postup

1. Květák uvaříme, okapeme a rozmačkáme.
2. Vajíčka rozdělíme na žloutky a bílky. Z bílků vyšleháme sníh.
3. Česnek utřeme.
4. V míse smícháme rozmačkaný květák, žloutky, mléko, sůl, česnek a směs PASTA & GNOCCHI. Nakonec jemně vmícháme sníh z bílků.
5. Nabereme vrchovatou lžící připravené směsi, uděláme z ní placičku a na tuku smažíme do zlatova.

Z výše uvedených surovin připravíme cca 16 placiček.



BRAMBORÁKY

Autor: Jana Fialková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Těžko najdete pokrm, který by měl více krajových názvů než bramborák. Jen Wikipedie jich z území Čech a Moravy uvádí kolem třiceti! Některé jsou vskutku kuriózní. Uznejte sami: Hňup, Kostrbáč, Kramflek, Křapáč, Pampuch, Prskanec, Vošouch, Kocour, . . . Bramboráky ale nejsou rozšířeny jen v Čechách a na Moravě, je to tradiční pokrm většiny slovanských a germánských národů a Maďarů. Obzvláště rozšířené a dominantní jsou bramboráky v Bělorusku a Lucembursku. Židé tradičně jedí bramboráky-latke během svátku chanuka. Bramboráky se připravují smažením na tuku (u nás nejčastěji na sádle) a těsto na ně obsahuje nastrouhané (na hrubo či na jemno) syrové brambory, mouku, vejce, česnek, sůl a majoránku. Někdy se přidává mléko a další koření jako kmín a pepř. Na Moravě se k bramborám často přidává i strouhaná mrkev a celer a koření se také saturejkou a tymiánem. Jí se teplé, samostatně, ale mohou být i přílohou k masu a omáčce. Kaplická cmunda je pokrm sestávající z bramboráků, zelí a uzeného masa. Havířským nebo slezským řízkem se rozumí vepřové maso obalené bramborákem. Variant na bramboráky je bezpočet. Náš oblíbený recept je tento.

Ingredience

120 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
750 g nastrouhaných brambor
1 vejce
200 ml teplého mléka
sůl dle chuti
česnek dle chuti
majoránka dle chuti
tuk na smažení (My jsme použili sádlo.)

Z výše uvedených surovin připravíme cca 18 malých bramboráčků, nebo cca 5 kusů bramboráků velkých.

Pracovní postup

1. Surové brambory oloupeme a nastrouháme na hrubo. Z nastrouhaných brambor vymačkáme vodu.
2. Těsto na bramboráky připravíme tak, že v míse důkladně smícháme nastrouhané brambory, směs PASTA & GNOCCHI, vejce, mléko, sůl, česnek a majoránku.
3. Tvoříme placky (dle oblíbenosti malé nebo velké) a smažíme na tuku na pánvi do zlatova.



foto: Jana Fialková

ZELŇÁKY

Autor: Jana Fialková

✔ **Bez lepku** ✔ **Bez sóji**

Zelňáky – další výborné placky. I u nich, stejně jako u bramboráků (viz str. 62), existuje celá řada variant, skoro by se dalo říci, že co rodina, to recept. Mnoho z nich například kombinuje zelí s bramborami, jsou to v podstatě takové „bramboráky“, kde je část brambor nahrazena zelím. Náš recept je jiný – když zelňáky, tak „stoprocentní“ 😊. Není bez zajímavosti, že tradičně se do zelných placek používalo zelí dušené. Kysané zelí je poměrně novodobá záležitost. Placky s ním však mají ten správný říz!

Ingredience

80 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
1 kg kysaného zelí
100 g slaniny
1 vejce
200 ml mléka
česnek dle chuti
sůl dle chuti
tuk na smažení (My jsme použili sádlo.)

Pracovní postup

1. Kysané zelí necháme důkladně okapat, nakrájíme ho na drobno.
2. Slaninu nakrájíme na kostičky.
3. Těsto na zelňáky připravíme tak, že v míse smícháme na drobno nakrájené kysané zelí, směs PASTA & GNOCCHI, na kostičky nakrájenou slaninu, vejce, mléko, sůl a česnek.
4. Tvoříme placky a smažíme na tuku na pánvi do zlatova.

Z výše uvedených surovin připravíme cca 12 zelňáků.



CUKEŤÁKY

Autor: Jana Fialková

✔ **Bez lepku** ✔ **Bez sóji**

Máte rádi bramboráky (viz str. 62) a zelňáky (viz str. 64)? Pak rozhodně zařadte do svého repertoáru také cuketáky! Další voňavé křupavé placky, po kterých se jen zapráší! Vrchol sezóny má cuketa v červenci a srpnu. Je to úžasná letní zelenina, její úprava rychlá a snadná. Cuketa sama o sobě má jemnou a nasládlou chuť, zároveň snadno přijímá jiné chutě a vůně, proto je dobré ji silně okořenit vašim oblíbeným kořením. Výborná je v kombinaci s česnekem.

Připravujeme.

SYRNIKI – SMAŽENÉ TVAROHOVÉ PLACIČKY

Autor: Jana Fialková

✔ **Bez lepku** ✔ **Bez sóji**

Syrniki se podobají lívancům a jsou velmi oblíbené na Ukrajině, v Rusku a v Polsku. Základem těsta je tvarohový sýr, nebo měkký tvaroh. Tyto tvarohové placičky se tradičně smaží na másle. Přípravují se na sladko i na slano. Jsou překvapivě lahodné. Sladké syrniki se potírají zakysanou smetanou a chuťově ostřejší marmeládou – např. rybízovou. Slané syrniki můžete doprovodit třeba česnekovou omáčkou. Syrniki můžete podávat jako vynikající zdravou snídani.

Ingredience

- 100 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 250 g měkkého tvarohu
- 1 vejce
- špetka soli
- 1 lžíce mléka
- máslo na smažení (Může být i jiný tuk.)

na sladkou verzi navíc

- 1 lžíce moučkového cukru

na dokončení

- dle chuti zakysaná smetana,
- marmeláda, skořicový cukr...
- u slané verze např. česneková pomazánka

Z výše uvedených surovin připravíme cca 9 syrniků.

Pracovní postup

1. Těsto na syrniki připravíme tak, že v míse smícháme tvaroh, směs PASTA & GNOCCHI, špetku soli, vejce a moučkový cukr (ten v případě slané verze vynecháme). Podle konzistence můžeme do těsta přidat 1 lžíci mléka.
2. Pomoučenýma rukama tvoříme placičky a na másle (případně jiném tuku) na pánvi smažíme do zlatova.
3. Hotové syrniki potřeme dle chuti zakysanou smetanou, marmeládou, můžeme je pocukrovat skořicovým cukrem. Slané syrniki můžeme doprovodit např. česnekovou pomazánkou.



IV. TĚSTOVINY

Těstoviny můžeme v zásadě rozdělit na 3 velké skupiny. Na **polévkové, neplněné a plněné**. V každé této skupině pak existuje bezpočet druhů, podle tvaru a velikosti těstovin a také podle surovin, ze kterých jsou připraveny.

V rámci Evropy je těstovinovou **velmocí Itálie**. Ostatní evropské země přejímají nejen způsob přípravy a konzumace, ale také samotné názvosloví. **I v českém jazyce** používáme mnohé tyto **italianismy** automaticky. Většinou víme, jak daný druh těstovin vypadá, málokdy pak ale víme, co daný italský název znamená, nebo od čeho je odvozen. Tak například název *spaghetti* vychází ze slova *spago* – tenký provázek. *Fettuccine* jsou „stužky“; *farfalle* – „motýli“; *fusilli* – „vrtule“; cappelletti připomínající malé kloboučky jsou odvozeny od slova *capello* – klobouk; polokruhové *mezzelune* – půlměsíce; *tortellini* jsou „malé koláčky“; *ravioli* se odvozují od italského slovesa *riavolgere* – zabalit. Příkladů by bylo mnoho, ale ty další ponechejme jazykozpytům.

V souladu s úvodním dělením si v této kapitole připravíme **polévkové nudle, neplněné těstoviny – špagety, fettuccine a plněné ravioly**.

Těsto na ně připravíme vždy **ze tří základních ingrediencí**. Mouky, v našem případě **Červené směsi PASTA & GNOCCHI**, **vajec** a **špetky soli**. Málokterý druh pokrmu je tak nenáročný na suroviny. Červená směs je na bezlepkové těstoviny perfektní, proto jsme jejich italský název „PASTA“ vtělili i do samotného označení směsi. Co se týče vajec, tady musíme být obezřetní, protože není vejce jako vejce. Pokud budou vejce malá, budeme muset při-



Není vejce jako vejce. Foto Adveni.

dat trochu vody. Pokud budou naopak příliš velká, dosypeme trochu směsi na víc. Zkrátka **je třeba se řídit i konzistencí těsta, které má být tužší plastické**.

V této kapitole se naučíme připravovat **nudle, špagety, fettuccine ve strojku i ručně**. Osvojíme si základní pravidlo, **jak je vařit** – tj. **kolik vody a soli na každých 100 g těstovin**. Řekneme si také, **jak je sušit** a mít připravené **do zásoby**. Na plněné těstoviny **ravioly** použijeme **buď rádlíko, anebo tvořítko od Tescomy** a vyhraje si i s náplněmi.



Forma od Tescomy, Foto: Adveni



A aby vám to šlo hezky od ruky, klikněte na tento odkaz! ☺

https://www.youtube.com/watch?v=dqDu9TU3CCU&ab_channel=thepastafilms



NUDLE A DALŠÍ NEPLNĚNÉ TĚSTOVINY: ŠPAGETY, FETTUCCHINE...

Autor: Lenka Jurečková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji ✔ Bez mléka

Těžko uvěřit, že o nudlích, jejichž příprava je tak nenáročná na ingredience, by bylo možné napsat celou knihu. Je jich totiž bezpočet druhů, dle použité mouky, tvaru, velikosti, přípravy, konzumace. Nudle jsou dodnes hlavním pokrmem v mnoha zemích a v každé kultuře mají svá specifika. Český výraz nudle vznikl v 18. století a to odvozením od německého *Nudel*. V Čechách se těsto na nudle připravuje ze tří ingrediencí: mouky, rozšlehaných vajec a soli. A zatímco v Asii se nudle často smaží na pánvi, nebo noří do rozpáleného oleje, v Česku je vaříme ve vodě. Výjimkou jsou nudle celestýnské a fritátové (viz str. 58). Další zásadní rozdíl spočívá v tom, že zatímco v Asii jsou nudle základem hlavního chodu, u nás je používáme do polévky. A právě takové naše klasické české polévkové nudle si připravíme i podle tohoto receptu. Těsto je však velmi všestranné a výborně poslouží i pro přípravu mnoha dalších těstovin, které jsou základem hlavních chodů a liší se hlavně svým tvarem a omáčkou, se kterou se podávají. Například typické špagety jsou 2 mm tlusté a 30 cm dlouhé v syrovém stavu, ostatně jejich název vychází z italského slova *spago* tenký provázek. Originální italské špagety se jí na způsob *alla carbonara* s vajíčky a *slaninou* nebo s rajčatovou omáčkou, nebo *aglio, olio e peperoncino* s česnekem, olivovým olejem a pálivou paprikou. Těstoviny fettuccine, jejichž doslovný překlad je „stužky“, jsou široké nudle, které se obvykle podávají s ragú. V tomto receptu si popíšeme přípravu těstovin pomocí strojeku i ručně a řekneme si, jak je sušit, abychom je měli připravené v zásobě.

Ingredience na těsto

140 g 2 střední
nebo větší vejce
sůl
trocha vody

Budeme též potřebovat

směs PASTA & GNOCCHI
nebo kukuřičný škrob
na podsypání.

Z výše uvedených surovin připravíme cca 430 g vařených nudlí, nebo špaget či fettuccine.

Pracovní postup

Příprava těsta

1. Vidličkou smícháme směs PASTA & GNOCCHI, sůl a vejce v tužší plastické těsto. Podle potřeby a velikosti vajec dosypeme buď trochu mouky, nebo přidáme maličko vody.
2. Příprava těstovin ve strojeku (nástavec na lasagne, fettuccine, spaghetti)
3. Hotové těsto rozdělíme na 2 části a každou zpracujeme zvlášť. Strojek nastavíme na nejširší mezeru (např. 7). Těsto lehce podsypeme, buď směsí PASTA & GNOCCHI, nebo kukuřičným škrobem a vyválíme přibližně na šířku strojeku a tak, aby bylo jen o něco hrubší než nejširší mezera. Směsí PASTA & GNOCCHI lehce posypeme pruh těsta a protáhneme strojkem. Začátek je dobré si vytáhnout ze spodu a trochu narovnat, lépe se pak vytahuje vyválený pruh. Pokud jsou okraje hodně roztrženy, těsto složíme konci ke středu a přehneme napůl jako knihu, šířka by měla být o něco menší než je šířka strojeku. Těsto otočíme o 90 stupňů, vložíme do strojeku a projedeme na nejširší mezeru. Těsto lehounce podsypeme a opakujeme ještě jednou na nižší stupeň (např. 5). Pokud potřebujeme těstoviny tenčí, snížíme o stupeň mezeru a opakujeme, nezapomeneme vždy lehce podsypávat moukou či škrobem. Pokud je pruh těsta příliš dlouhý, zkrátíme jej, bude se s ním lépe pracovat. Při výrobě polévkových nudlí můžeme vyválený plát rovnou nakrájet na požadovanou délku a poté postupně projet nástavcem na špagety (tenčí nudle), nebo si zvolíme širší nástavec a tvoříme fettuccine (širší ploché nudle).

Příprava těstovin ručně

1. Pro přípravu bez strojeku si těsto lehce podsypeme a rozválíme do požadované tloušťky. Pokud děláme tenké polévkové nudle, těsto nakrájíme na pruhy délky hotových nudlí. Jednotlivé pruhy na sebe navrstvíme a nožem odkrajujeme tenké nudličky.

Vaření

1. Nachystáme si hrnec s vodou, na každých 100 g těstovin by měl přijít 1 litr vody a uvádí se cca 10 g soli (možno i víc). Vodu přivedeme k varu, osolíme a vložíme těstoviny. Ty hned zamícháme a vaříme cca 2–3 minuty podle velikosti. Uvařené těstoviny scedíme a podáváme.
2. Těstoviny lze i sušit. Nakrájené těstoviny necháme na stole oschnout, sem tam otočíme a znovu rozprostřeme. Doba záleží na velikost a tloušťce těstovin, ale i na okolní vlhkosti. Sušit lze také na utěrce či v sušičce. Při sušení musíme pracovat opatrně, bezlepkové těstoviny jsou křehčí. Sušené těstoviny se vaří déle, tenké polévkové cca 8 minut a širší ploché cca 15 minut.



RAVIOLY A DALŠÍ PLNĚNÉ TĚSTOVINY

Autor: Těsto na ravioly – Lenka Jurečková. Náplně a tipy na podávání a omáčky – Tescoma: recipes ravioli & raviolini

Italské těstoviny dělíme na 3 velké skupiny. Na polévkové, neplněné a plněné. Ravioly patří do třetí skupiny stejně jako například *tortellini*, *cappelletti*, *cannelloni*, *mezzelune*. Jejich názvy se odvíjejí od jejich tvarů. A tak *cappelletti* připomínají malé kloboučky (od italského *capello* – klobouk), *mezzelune* jsou polokruhové (*mezzelune* – půlměsíce), *tortellini* mají tvar kroužku – prstýnku, *cannelloni* připomínají dutý váleček. Ravioly (*ravioli*) jsou taštičky ve tvaru čtverečků. Jejich název je odvozen od italského slovesa *riavolgere* zabalit. Co se týče samotné náplně, ta se odvíjí od regionu. V Římě nejčastěji sestává ze syru ricotta, špenátu, muškátového oříšku a černého pepře. Na Sardinii se setkáte s ricottou se strouhanou citrónovou kůrou. Běžná je i náplň masová. Jakou zvolíte vy? Inspirujte se výbornými typy od Tescomy níže. Ostatně i jejich tvořítka (formy) na ravioly a menší ravioliny jsou výborným pomocníkem pro rychlou přípravu tohoto tradičního italského pokrmu. Pokud je ale nemáte, nevadí, vystačíme i s rádýlkem. A pokud vaše ravioly doprovodíte pravým italským vínem, romantická večeře se středomořskou atmosférou může začít. Buon appetito!

Ingredience na těsto

- 210 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, bramborových těst a na zahušťování PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 3 vejce
- sůl

Na těsto na kakaové ravioly / ravioliny plněné ricottou a mascarpone budeme navíc potřebovat

- 2 lžice kakaá.

Z výše uvedených surovin připravíme těsto na cca 20 větších čtvercových raviol, nebo 40 malých čtvercových raviolin.

Ingredience na náplně dle Tescomy*

na 20 ks větších raviol, nebo 40 ks malých raviol

ravioly plněné špenátem a ricottou

- 150 g syru ricotta
- 50 g listového špenátu
- strouhaný parmazán
- 2 lžice másla
- pepř
- sůl

Na dokončení

- olivový olej na pokapání
- strouhaný parmazán
- na posypání

ravioly plněné mletým masem

- 150 g mletého hovězího masa
- 1 cibule
- strouhaný parmazán
- olivový olej
- sušené oregano
- sůl
- pepř

Pracovní postup

Příprava těsta

Vidličkou smícháme směs PASTA & GNOCCHI, sůl a vejce v tužší plastické těsto. Podle potřeby a velikosti vajec dosypeme buď trochu mouky, nebo přidáme malíčko vody. Těsto zabalíme do potravinové fólie a necháme v lednici alespoň hodinu odpočinout. Mezitím si připravíme náplň.

Příprava náplní dle Tescomy*

ravioly plněné špenátem a ricottou

Špenát krátce orestujeme na másle, necháme zvadnout a dáme okapat. Okapaný špenát posekáme na jemno a smícháme jej s ricottou a strouhaným parmazánem.

ravioly plněné mletým masem

Maso orestujeme na oleji s nadrobno nasekanou cibulí, přidáme sušené oregano, strouhaný parmazán, osolíme, opeříme a důkladně promícháme.

ravioly plněné žampionovým pyré

Žampiony s cibulí posekáme nejemno v mixéru, orestujeme na troše olivového oleje dosucha, do pyré přidáme parmazán a promícháme.

ravioly plněné batátovým pyré

Batátu oloupeme, nakrájíme na malé kousky a uvaříme ve vodě nebo ve vývaru se špetkou šalvěje doměkka. Šalvěj vyjmeme, batátu scedíme, rozmixujeme, orestujeme na pánvi, dokud se všechna voda neodpaří a do pyré vmícháme lžici strouhaného parmazánu.

sladké kakaové ravioly plněné ricottou a mascarpone

Smícháme ricottu a mascarpone, přidáme kakao a cukr, vše promícháme a necháme v lednici vychladit.

Příprava raviol

s pomocí tvořítka z Tescomy

Z těsta vyválíme plát silný cca 1 mm a vykrojíme z něj 2 pásy o rozměrech cca 28×12 cm. Jeden pás položíme na pomoučenou formu s nasazenou vykrajovací mřížkou a vytvoříme důlky. Do důlků rozmístíme vychladlou náplň a těsto mezi náplněmi potřeme vodou. Překryjeme druhým pásem těsta a několika tahy válečkem ravioly vykrojíme. Odebereme ořez, zvedneme mřížku a ravioly vyklopíme. Vaříme v osolené vodě ještě 2 minuty poté, co vyplavou na hladinu.

Pokračování na straně 76.



Foto: Adveni

RAVIOLY A DALŠÍ PLNĚNÉ TĚSTOVINY

Dokončení ze strany 74.

Na dokončení

rajčatová omáčka s bazalkou
a česnekem
strouhaný parmazán
na posypání

ravioly plněné žampionovým pyrém

200 g žampionů
1 velká cibule
strouhaný parmazán
olivový olej
sůl
pepř

Na dokončení

smetanová sýrová omáčka
strouhaný parmazán
na posypání

ravioly plněné batátovým pyrém

1 větší batata (cca 200 g)
snítka šalvěje
strouhaný parmazán
citron
sůl
pepř

Na dokončení

přepuštěné máslo
nasekaná šalvěj
citronová šťáva
strouhaný parmazán
na posypání

kakaové ravioly plněné ricottou

a mascarpone

60 g sýra ricotta
60 g sýra mascarpone
20 g cukru moučka
1 lžička kakaa

Na dokončení

čokoládová nebo ovocná
poleva
ovoce

s pomocí rádýlka

Z těsta vyválíme obdélník silný cca 1 mm a na jednu jeho polovinu poklademe náplň v podobě malých kuliček. Druhou půlku těsta přehneme a první půlku s náplní s ní překryjeme. Okraje stlačíme k sobě. Rádýlkem rozřežeme na jednotlivé ravioly. Vaříme v osolené vodě ještě 2 minuty poté, co vyplavou na hladinu.

Tipy na podávání a omáčky dle Tescomy*

ravioly plněné špenátem a ricottou

Pokapeme olivovým olejem a posypeme strouhaným parmazánem.

ravioly plněné mletým masem

Přelijeme rajčatovou omáčkou s bazalkou a česnekem a posypeme strouhaným parmazánem.

ravioly plněné žampionovým pyrém

Přelijeme smetanovo-sýrovou omáčkou s parmazánem.

ravioly plněné batátovým pyrém

Přelijeme přepuštěným máslem s jemně sekanou šalvějí, zakápneme citronovou šťávou a posypeme strouhaným parmazánem.

sladké kakaové ravioly plněné ricottou a mascarpone

Podáváme s čokoládovou nebo ovocnou polevou a krájeným ovocem.

*Zdroj: Tescoma – *recipes ravioli & raviolini*



Photo: Adweni

V. ZAHUŠTĚNÍ POLÉVEK A OMÁČEK, TĚSTÍČKA NA OBALOVÁNÍ

Zahuštění bezlepkové polévky nebo omáčky rozhodně **není banální záležitost**. Špatně zahuštěná omáčka může zkazit celý pokrm, dobré zahuštění naopak může i obyčejnou omáčku povýšit na lahodnou. **Příprava jíšky** není nikterak náročná, ale **její následné zapracování** do polévky či omáčky

má své zákonitosti, které si v této kapitole osvojíme. **Z jíšky pak vychází omáčka bešamel**, jejíž využití je velmi pestré. Dále si připravíme jednoduchou **zavářku do polévky** a **maso si obalíme ve výborném sýrovém těstíčku**. Pojdme na to!



KUŘECÍ NUGETKY V SÝROVÉM TĚSTÍČKU

Autor: Jana Fialková

✔ **Bez lepku** ✔ **Bez sóji**

Tyto nugetky v sýrovém těstíčku sklídí na každé party více slávy než samotný oslavenec. Děti je milují! Jsou sice smažené, ale jednou za čas si je snad dopřát můžeme, obzvláště koná-li se nějaká ta oslava.

Ingredience

na těstíčko

- 120 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 150 g nastrohaného sýra (gouda, eidem, ...)
- 2 lžičce škrobu pro větší křupavost obalu
- 200 ml mléka
- 2 lžičce oleje
- 1 lžičce octu
- 2 vejce
- sůl dle chuti

na nugetky

- 4–5 ks kuřecích prsních řízků

dále budeme potřebovat

- olej na smažení

Z výše uvedených surovin připravíme 4–5 obědových porcí, nebo jednu velkou mísu plnou nugetků.

Pracovní postup

1. V míse důkladně promícháme směs PASTA & GNOCCHI, škrob, sýr, mléko, olej, ocet, vejce a sůl a vytvoříme tak těstíčko.
2. Kuřecí prsa nakrájíme na kousky, obalíme v těstíčku a usmažíme.



Photo: Jane Pethkov

JÍŠKA

Autor: Jana Fialková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Jíška se používá na zahušťování polévek, omáček a šťáv k masům. Připravuje se pouze ze dvou surovin – mouky a tuku a to podle jednoduchého pravidla – kolik mouky, tolik tuku. Co se týče mouky, naše volba je jasná – Červená Adveni. Co se týče tuku, ačkoliv jíšku můžete připravit z rostlinného oleje i sádla, naším jednoznačným doporučením je použít máslo. Samotná příprava jíšky je jednoduchá (viz níže), složitější se jeví otázka, kolik připravené jíšky následně na daný pokrm použít. A tady jsme se uchýlili k perfektní pomůcce Jany Florentíny Zatloukalové, kterou uvádí na svém úžasném blogu *Kuchařka pro dceru** a která se nám velmi osvědčila: 100 g jíšky zahustí 1 l polévky nebo omáčky lehce

125 g jíšky zahustí 1 l polévky nebo omáčky středně

150–170 g jíšky zahustí 1 l polévky omáčky značně*

Víme přitom, že porce polévky = cca 300 ml, porce omáčky = cca 120 ml.

Další otázka, která v souvislosti s jíškou vyvstává, je, jak ji do pokrmu zapracovat. Nejlepší je to přes cedník, abychom se vyvarovali hrudek. Jakmile máme veškerou jíšku v pokrmu, za stálého míchání ještě zhruba 15 minut vaříme, abychom docílili dokonalé spojení a zahuštění.

Ingredience

- 60 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 60 g másla

Z výše uvedených surovin připravíme jíšku, se kterou zahustíme zhruba 1 litr polévky či omáčky.

Pracovní postup

1. Postupně zahřejeme máslo.
2. Do horkého másla vsypeme směs PASTA & GNOCCHI, ponecháme na středně silném plameni a metličkou razantně promícháváme 1 minutu. (Máslo s moukou budou pěnit, to je v pořádku.)
3. Po odstavení z plotny ještě zhruba půl minuty mícháme, aby se nám „nepřichytila“ ke dnu kastrůlku a nepřipálila se.

*<https://www.kucharkaprodceru.cz/jiska-recept-a-pouziti/>



Foto: Jana Pralčková

BEŠAMEL

Autor: Jana Fialková

✔ **Bez lepku** ✔ **Bez sóji**

Podle některých pověstí byl vynálezcem této omáčky správce královského dvora Ludvíka XIV., markýz Louis de Bécha-meil de Nointel (1630 – 1703). Podle jiných recept pochází z italské Florencie a do Francie ho přinesli italští kuchaři Kateřiny Medicejské, když se v roce 1533 provdala za francouzského krále Jindřicha II. Tato omáčka vychází z jíšky (viz str. xx), která se vaří s mlékem a dále dochucuje. Využití této omáčky je nekonečné, podává se k masu i těstovinám a slouží jako základ dalších omáček – např. hořčičné, sýrové (tzv. omáčka Mornay).

Ingredience

60 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)

60 g másla
500 ml mléka
sůl dle chuti
pepř dle chuti

Z výše uvedených surovin připravíme středně hustou bešamelovou omáčku na 1 pekáč (25 x 35 cm) lasagní.

Pracovní postup

1. V kastrůlku rozpustíme máslo, přidáme směs PASTA & GNOCCHI, sůl a pepř rychle a razantně zamícháme vařečkou. (Právě jsme připravili jíšku.)
2. Za stálého míchání přiléváme mléko. Mícháme, dokud není omáčka zcela hladká.
3. Omáčku, kterou ihned nevyužijeme, nalijeme do čisté nádoby, necháme vychladnout a uložíme do ledničky pro další použití.



ZAVÁŘKA DO POLÉVKY

Autor: Jana Fialková

✔ **Bez lepku** ✔ **Bez sóji**

Podle tohoto receptu snadno připravíme bezvadnou zavářku do polévky.

Ingredience

- 50 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 3 lžíce mléka
- 1 vejce
- špetka soli

Pracovní postup

1. Ze směsi PASTA & GNOCCHI, mléka, vejce a špetky soli v hrníčku vidličkou vymícháme hladké řidší těsto.
2. Těsto dáme do cedníku s většími otvory, nebo do speciálního sítka (viz foto níže), pomalu pohybujeme lžící a přes otvory těsto stíráme do vařící se polévky.

Z výše uvedených surovin připravíme zavářku pro 4–5 porcí polévek.



VI. SMAŽENÉ

Směs PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ) se výborně osvědčila i při přípravě smažených pokrmů. Smažené plněné taštičky na sladko i na slano,

pirožky s mákem, italské smažené trubičky cannoli plněné krémem, lahodné boží milosti ... to vše najdete v této kapitole.



BOŽÍ MILOSTI

Autor: Iva Vašátková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Jsou křehounké, sladké, velmi jemně kyselkavé, na jazyku se rozplývající, prostě boží ☺. Boží milosti. Smažené cukroví, které se tradičně připravuje na Velikonoce. O Velikonocích tak můžete upéct jidáše a mazanec z kynutého těsta (a Zelené Adveni směsi), beránka z třeného těsta (a Fialové Adveni), perníčky z křehkého těsta (a Žluté Adveni) a usmažit tyto lahodné Boží milosti z Červené Adveni. Váš Velikonoční repertoár ☺ nenechá nikoho na pochybách, že v kuchyni vládnete velmi jistou rukou.

Ingredience

na těsto

- 280 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 60 g cukru krupice
špetku soli
- 70 g másla
- 2 žloutky
- 3 lžice rumu
- 6 lžic zakysané smetany

na smažení

olej

na dokončení

moučkový cukr s vanilkovým cukrem na obalení
nebo
moučkový cukr se skořicí na obalení

Pracovní postup

1. V míse smícháme směs PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ), špetku soli a cukr krupici.
2. Přidáme žloutky, zakysanou smetanu, máslo a rum a vypracujeme těsto.
3. Těsto přikryjeme potravinářskou fólií a dáme na hodinu odpočinout do lednice.
4. Těsto vyválíme a vykrajujeme různé tvary a smažíme je ve vysoké vrstvě oleje do mírného zhnědnutí. Při smažení se jednotlivé kousky cukroví trochu nafouknou.
5. Hotové kousky pokládáme na papírovou utěrku, která vsákne přebytečný olej, a ještě teplé obalujeme v cukru s vanilkovým cukrem, nebo v cukru se skořicí.



ARGENTINSKÉ „EMPANADAS“ (TAŠTIČKY) S HOVĚZÍM

Autor: Alexandra Brunnerová

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Zatímco pravé ruské pirožky plněné masem (viz Zelená kuchařka str. 22) se nejčastěji pečou z těsta kynutého, tyto argentinské empanadas, taštičky plněné hovězím, jsou z těsta křehkého a smaží se. Ovšem nejsme v Argentině a tak, co se týče náplně, můžeme popustit uzdu fantazii a naplnit je třeba pečenou zeleninou, fazolovou pastou, . . . Ti, kdo upřednostní náplň sladkou, mohou připravit taštičky plněné zkaramelizovanými skořicovými jablíčky (viz str. 98).

Ingredience

na těsto

- 400 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 1 lžičku prášku do pečiva
- 1 lžičku soli
- 2 vejce
- 100 g másla
- 150 ml vody

na náplň

- 1 lžíci sádla nebo oleje
- 1 velkou cibuli nakrájenou na kostičky
- 5 stroužků česneku
- 1 kg mletého hovězího masa
- 1 hrnek hovězího vývaru
- ¼ hrnku nasekaných zelených oliv
- ½ hrnku máčených rozinek
- 2 malé oloupané uvařené na kostičky nakrájené brambory
- 2 vejce uvařená na tvrdo nakrájená na kostičky sůl dle chuti

na smažení

- olej

Pracovní postup

1. V míse smícháme směs PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ) prášek do pečiva a sůl. Přidáme vejce, máslo a vodu. Vypracujeme těsto, které dáme ztuhnout na alespoň 1 hodinu do lednice.
2. Mezitím si připravíme náplň. Na tuku zpěníme na kostičky nakrájenou cibuli. Přidáme mleté hovězí maso a zprudka ho osmažíme, rozdrobíme přitom všechny hrudky spleného masa. Když je maso osmažené do hněda, přidáme česnek, nasekané olivy, rozinky, na kostičky nakrájené uvařené brambory, uvařená a na kostičky nakrájená vejce, sůl dle chuti a zalijeme hovězím vývarem. Dobře povaříme. Náplň necháme úplně vychladnout.
3. Ze ztuhlého těsta oddělíme kousek o hmotnosti zhruba 40–50 g a rozválíme ho na cca 1 mm tenkou placičku. Také můžeme rozválet celou várku těsta a z plátu vykrajovat kolečka.
4. Na kolečko (placičku) z těsta dáme 2 lžičky zcela vychladlé náplně. Těsto překloupíme napůl, okraje zmáčkneme k sobě. Od jednoho okraje půlměsíce začneme „šev“ a to tak, že asi centimetr okraje přehneme dovnitř a lehce zmáčkneme. Postoupíme o další centimetr a znovu přehneme. Nový přehyb zčásti překryje ten starý a tak vzniká „šev“. Takto postupujeme směrem k druhému konci půlměsíčku. Tvoříme uzavřené taštičky, které nepraskají, a náplň je v nich spolehlivě upevněná.
5. Naplněné taštičky smažíme ve vyšší vrstvě oleje do růžova.
6. Usmažené taštičky pokládáme na papírové ubrousky, které vsáknou přebytečný tuk.



CANNOLI – SMAŽENÉ KAKAOVÉ TRUBIČKY PLNĚNÉ KRÉMEM

Autor: Iva Vašátková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Výraz *cannoli* znamená v italštině trubičky. Jedná se o dezert, který vznikl na Sicílii a je pro tento ostrov typický. V Itálii se jim proto obvykle říká *cannoli siciliani*. Trubičky *cannoli* jsou pevné a tvrdší, smaží se. Vychladlé se pak plní krémem, nejčastěji ze syru ricotta nebo mascarpone, případně kombinací obou, a zdobí ovocem, drcenými pistáciemi, či čokoládou. Připravují se různé velikosti. Od velikosti prstu až po trubičky velké jako pěst, které jsou typické pro oblast na jih od Palerma.

Ingredience

na těsto

- 200 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 20 g cukru krupice
- špetku soli
- 1 vejce
- 1 lžící kakaa
- 20 g povoleného másla
- 100 ml vody
- 2 lžice vinného octa

na přípravu

- olej na smažení
- bílek na slepení

na náplň

- 125 g mascarpone
- 125 g ricotty
- 30 g cukru moučka
- ovoce

budeme také potřebovat

- větší trubičky na kremrole (např. velikost 100–135 mm)

Pracovní postup

1. V míse smícháme směs PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ), špetku soli, cukr krupici a kakao.
2. Přidáme povolené máslo, vejce, vinný ocet a vodu a vypracujeme hladké těsto.
3. Těsto přikryjeme potravinářskou fólií a na hodinu uložíme odpočinout do lednice.
4. Vychlazené těsto rozválíme na kruh silný cca 1,5 cm a větším kulatým vykrajovátkem nebo sklenkou vykrajujeme kola.
5. Kola namotáme na větší trubičky na kremrole (např. velikost 100–135 mm) a okraj slepíme bílkem.
6. Smažíme ve vyšší vrstvě oleje do zhnědnutí.
7. Hotové trubičky pokládáme na papírovou utěrku a vychladlé stáhneme z kovových trubiček.
8. Trubičky plníme náplní z mascarpone, ricotty a cukru a zdobíme ovocem.



Foto: Iva Vašítková

SMAŽENÉ PIROŽKY S MÁKEM

Autor: Iva Vašátková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Pirohy a pirožky. Velmi podobné názvy, ale dva zcela rozdílné pokrmy. S pirohy se setkáme například u našich slovenských sousedů. Vaří se ve vodě, jsou z bramborového těsta a plní se například tvarohem nebo brynzou. Pirožky jsou typické ruské pečené nebo smažené taštičky. Právě vesnické ruské pirožky se pečou z kynutého těsta a plní se masovou náplní. Takové jsme si připravili ze Zelené Adveni (viz Zelená kuchařka str.22). Podle tohoto receptu připravíme pirožky z kynutého těsta netradičně z Červené Adveni, naplníme je mákem a usmažíme.

Ingredience

na těsto

- 240 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 1 lžící cukru krupice
- 20 g čerstvého droždí
- 150 ml vlažného mléka (50 ml na kvásek, 100 ml do těsta)
- špetku soli
- 1 žloutek
- 2 lžice oleje
- 1 lžičku rumu

na náplň

- 50 g mletého máku
- 100 ml mléka
- 5 lžic malinové marmelády

na smažení

olej

na dokončení

moučkový cukr s vanilkovým cukrem na posypání

Pracovní postup

1. Z 50 ml vlažného mléka, droždí a cukru necháme vzejít kvásek.
2. Do mísy kuchyňského robotu prosejeme směs PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ), přidáme špetku soli, žloutek, olej, rum, zbývající mléko (100 ml) a připravíme kvásek.
3. Pomocí hnětacích háků necháme ingredience zpracovávat cca 5 minut.
4. Mísu přikryjeme potravinářskou fólií a těsto necháme vykynout.
5. Mezitím si připravíme makovou náplň. Do kastrůlku nalijeme mléko a vsypeme mák. Povaříme do zhoustnutí a přidáme malinovou marmeládu. Vše ještě chvíli povaříme. Necháme vychladnout.
6. Vykynuté těsto rozválíme na plát. Část těsta nakrájíme na čtverce, naplníme připravenou makovou směsí a to tak, že je přeložíme do trojúhelníku a okraje přitlačíme vidličkou.
7. Smažíme ve vyšší vrstvě oleje do růžova.
8. Usmažené pirožky pokládáme na papírové ubrousky, které vsáknou přebytečný tuk.
9. Vychladlé pirožky posypeme směsí moučkového a vanilkového cukru.



JABLEČNÉ TAŠTIČKY

Autor: Alexandra Brunnerová

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Tyto taštičky jsou stejně jako argentinské „empanadas“ (viz str. 92) z křehkého těsta a smažené a jsou naplněny zkaramelizovanými skořicovými jablíčky. Provoní a zahřejí každou podzimní domácnost.

Ingredience

na těsto

- 400 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 1 lžičku prášku do pečiva
- 1 lžičku soli
- 2 vejce
- 100 g másla
- 150 ml vody

na náplň

- 4–5 kusů pevných jablek
- 2 lžíce másla
- ½ hrnku cukru krupice
- ¼ třtinového cukru
- špetku soli
- 1–2 lžičky skořice
- 2 lžíce vody
- 2 lžíce škrobu nebo směsi PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)

na smažení

olej

Pracovní postup

1. V míse smícháme směs PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ) prášek do pečiva a sůl. Přidáme vejce, máslo a vodu. Vypracujeme těsto, které dáme ztuhnout na alespoň 1 hodinu do lednice.
2. Mezitím si připravíme náplň. Jablka oloupeme, zbavíme jádřinců, nakrájíme na kostičky.
3. Na pánvi rozpustíme máslo, přidáme cukr krupici i třtinový cukr a necháme lehce zkaramelizovat. Přidáme připravené kostičky jablek, skořici a špetku soli a dusíme do měkka.
4. Smícháme 2 lžíce vody se škrobem nebo se směsí PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ) a přidáme do dušených jablek, abychom je zahustili.
5. Náplň necháme úplně vychladnout.
6. Ze ztuhlého těsta oddělíme kousek o hmotnosti zhruba 40–50 g a rozválíme ho na cca 1 mm tenkou placičku. Také můžeme rozválet celou várku těsta a z plátu vykrajovat kolečka.
7. Na kolečko (placičku) z těsta dáme 2 lžičky zcela vychladlé náplně. Těsto překlápíme napůl, okraje zmáčkneme k sobě. Od jednoho okraje půlměsíce začneme „šev“ a to tak, že asi centimetr okraje přehneme dovnitř a lehce zmáčkneme. Postoupíme o další centimetr a znovu přehneme. Nový přehyb zčásti překryje ten starý a tak vzniká „šev“. Takto postupujeme směrem k druhému konci půlměsíčku. Tvoříme uzavřené taštičky, které nepraskají, a náplň je v nich spolehlivě upevněná.
8. Naplněné taštičky smažíme ve vyšší vrstvě oleje do růžova.
9. Usmažené taštičky pokládáme na papírové ubrousky, které vsáknou přebytečný tuk.



SMAŽENÉ KVĚTY S MARMELÁDOU

Autor: Iva Vašátková

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Uvádí se, že v přírodě existuje více než sto druhů jedlých květů. Údajně k nim patří květ begónie, pampelišky, šalvěje, sedmikráska, ibišku, macešky, ... Jsou krásné, voňavé a ještě chutné. Avšak pozor, řada květů je naopak jedovatých. S těmito květy podle Ivy Vašátkové nepochybite nikdy. Jsou krásné, voňavé a prudce jedlé! 😊

Ingredience

na těsto

- 270 g Bezlepkové směsi pro přípravu těstovin, vařených a smažených pokrmů, odpalovaného těsta a na zahuštění polévek a omáček PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 60 g cukru krupice
- špetku soli
- 50 g vlažného másla
- 1 vejce
- 7 g sušeného droždí
- 180 ml vlažného mléka
- 2 lžice oleje

na smažení

olej

na dokončení

marmeláda na zdobení
moučkový cukr na posypání

Pracovní postup

1. V míse kuchyňského robotu smícháme vlažné máslo, vejce, sušené droždí, cukr krupici, špetku soli a vlažné mléko.
2. Pak přisypeme směs PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ) a opět zamícháme.
3. Nakonec přilijeme olej a pomocí hnětacích háků necháme ingredience zpracovávat cca 5 minut.
4. Mísu přikryjeme potravinářskou fólií a těsto necháme vykynout.
5. Vykynuté těsto rozdělíme na 8 stejných bochánků.
6. Z pečicího papíru si nastříháme 8 čtverců. Na každý čtverec položíme bochánek, který rukama mírně roztáhneme a navrch přitlačíme malou skleničku. Kolem skleničky uděláme 8 až 9 zářezů, ze kterých přimáčknutím vytvoříme (vytváříme) jednotlivé lístečky. Viz foto.
7. Skleničku odděláme a květy i s papírem přeneseme na páněv s rozpáleným olejem. Papír s květem ponoříme do oleje, jeden okraj přidržujeme, abychom se nespálili, a stěrkou opatrně posunujeme květ do oleje. Květy během smažení otočíme. Smažíme do růžova.
8. Hotové květy přeneseme na papírový ubrousek, který vsákne přebytečný olej.
9. Zdobíme marmeládou a posypeme moučkovým cukrem.





NOVÉ RECEPTY 2023

Letos přidáváme 2 recepty na těstoviny.

Autorkou prvního není nikdo jiný než paní Pavla Nadrchalová, která proslula svým receptem na bezlepkové rohlíky. Recepty paní Pavly jsou nesmírně praktické a to, co se zdálo složité a pracné, je naráz zábava, navíc s bezvadným výsledkem. A takový je i recept na krásně žluté nudle do polévky. Jakou čistě přírodní vychytávku paní Pavla použila, aby docílila oné krásně žluté barvy? Překvapení!

Autorkou druhého receptu je Gábi Šeršeňová, jejíž recept doprovází i parádní video-návod. Uvidíte na něm konzistenci těsta i krájení těstovin.

Tak pojďme vařit!



Foto: Gabriela Šeršeňová



KRÁSNE ŽLUTÉ NUDLE DO POLÉVKY

Autor: Pavlína Nadrchalová

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji ✔ Bez mléka

Paní Pavla Nadrchalová proslula svým receptem na bezlepkové rohlíky. Málodko jim už řekne jinak než Nadrchalky. Recepty paní Pavly jsou nesmírně praktické a to, co se zdálo složité a pracné, je naráz zábava, navíc s bezvadným výsledkem. A takový je i tento recept na nudle do polévky. Čeká vás v něm i čistě přírodní vychytávka, kterou docílíte onu krásně žlutou barvu.

Ingredience

500 g Bezlepkové směsi PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
špetku kurkumy
4 vejce
140 ml vody

Návod k přípravě

1. Smícháme směs PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ), kurkumu, vejce a vodu a vypravujeme plastické těsto, z kterého vytvarujeme váleček (foto 1).
2. Váleček těsta si rozdělíme na 10 kousků (foto 2).
3. Na pomoučeném vále kousek těsta „rozpláceme“ (foto 3).
4. A následně vyválíme na tenouké pláty (foto 4).
5. Krájíme nudle. Pozor, nudle krájíme, když jsou pláty těsta vlhké, suché se drtí.
6. Nakrájené nudle pak necháme na stole uschnout. Doba záleží na velikost a tloušťce nudlí, ale i na okolní vlhkosti.

Vaření sušených nudlí

1. Na každých 100 g nudlí by měl přijít 1 litr vody a 10 g soli.
2. Sušené nudle se vaří cca 8 minut.





Foto: Pavlína Nadrchalová

DOMÁCÍ TĚSTOVINY

Autor: Gabriele Šeršeňová

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji ✔ Bez mléka

Není nad vlastní domácí těstoviny. Jejich příprava podle tohoto receptu navíc není vůbec složitá a to ani přesto, že se jedná o těstoviny bezlepkové. Konzistenci těsta i krájení těstovin navíc můžete shlédnout na videu.

Ingredience

150 g Bezlepkové směsi PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
50 ml vlažné vody
1 středně velké vejce

Návod k přípravě

1. Do mísy dáme směs PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ), vejce a postupně přidáváme vodu.
2. Ručně vypracujeme plastické těsto, které nelepí.
3. Lehce pomůžeme pracovní plochu.
4. Na nudličky těsto vyválíme na tloušťku 1 mm. Necháme těsto krátce zaschnout, pak krájíme nudličky.
5. Na lasagne, široké nudle, flíčky těsto vyválíme na tloušťku 2 mm. Vykrajujeme ihned po vyválení těsta.
6. Nudličky sušíme na papírových utěrkách, občas je otočíme.
7. Lasagne vložíme spolu s „náplní“ do zapékací misky a upečeme.
8. Široké nudle a flíčky můžeme ihned uvařit v osolené vodě.

TIP: Váleček od Tescomy nám pomůže vyválet těsto rovnoměrně po celé ploše na stejnou tloušťku.

Přípravu můžete
shlednout
na videu zde





NOVÉ RECEPTY 2024

VĚNEČKY PODLE PAVLY NADRCHALOVÉ

Autor: Pavlína Nadrchalová

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji ✔ Bez mléka

Žloutkové věnečky podle Lenky Jurečkové jsme si připravili zde na str. 32. Je to základní recept pro zvládnutí odpalovaného těsta a stal se velmi oblíbeným. Zde Vám přinášíme recept na věnečky podle paní Pavly Nadrchalové. Jak to ta paní Pavla dělá, že její příspěvky se ve FB bezlepkových skupinách vždy stanou hitem? Rohlíky Nadrchalky ze Zelené, kremrole z Hnědé a nyní věnečky z Červené Adveni. Věnečky paní Pavly jsou navíc bezlaktózové, místo másla pracují s olejem.

Ingredience

150 g Bezlepkové směsi PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
240 ml vody
200 ml oleje
1 špetku soli
5 vajec

Pracovní postup

1. Do hrnce nalijeme vodu a olej, přidáme sůl a dáme vařit.
2. Když začne voda vařit, odstavíme hrnec z plotny a vsypeme do něj veškerou směs PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENOU) a důkladně rozmícháme vařečkou.
3. Pak hrnec vrátíme zpět na plotnu, kde jsme nastavili střední teplotu a vaříme ještě 2 minuty.
4. Odpálené těsto necháme zcela vychladnout. Pak do něj vařečkou ručně vmícháme vejce jedno po druhém, aby se do těsta zapracovaly. Pak těsto přendáme do mísy robotu a metlou K ještě důkladně promícháme.
5. Do cukrářského sáčku zakončeného zubatou (hodně otevřenou) špičkou dáme těsto.
6. Na plech vyložený pečícím papírem stříkáme věnečky – nevyplněná kolečka, stříkáme (točíme) dvě vrstvy na sebe. Mezi jednotlivými kusy necháváme dostatečné rozestupy. Před vložením do trouby těsto na plechu ještě postříkáme vodou z rozprašovače.
7. Troubu rozpálíme na 200 °C, program horní a dolní ohřev. Plech vložíme do prostřední části trouby. Po několika minutách se těsto zvedne. Jakmile na věnečcích nejsou bublinky oleje a jsou lehce růžové, jsou hotové. Pozor, troubu po celou dobu pečení neotevíráme. Pečeme jen jeden plech, následně druhý.
8. Upečené věnečky necháme vychladnout na mřížce.
9. Věnečky rozkrojíme, až jakmile vychladnou. Plníme krémem.



Foto: Pavlína Nadrchalová

DORTÍKY NA ŠPEJLI – BUCHTOVÁ LÍZÁTKA – POP CAKES

Autor: Stáňa Hartová

✔ Bez lepku ✔ Bez sóji

Dortíky na špejli, buchtičky na špejli, buchtová lízátka, pop cakes – to všechno jsou názvy pro tuto ozdobu každé dětské party. Dortíky na špejli jsou natolik módní, že formu na ně už sežene celkem snadno. Oblíbené pop cakes ale můžete připravit i bez formy a to z Fialové Adveni (viz Fialová kuchařka).

Ingredience

na těsto

- 170 g Bezlepkové směsi PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENÁ)
- 1 ks kypřicího prášku
- 2 vejce
- 100 g cukru krupice
- 100 g rozpuštěného másla
- 200 ml mléka

na polevu

- čokoládu tmavou, bílou
- trochu másla

na posypání

- jemně mleté ořechy, jemně
- mletý kokos, barevné zdobení

dále budeme potřebovat

- formu na pop cakes*
- lízátkové špejle – prodává
- např. Orion
- kus polystyrénu
- alobal na obalení polystyrenu

*Na foto vidíte formu z Aliexpressu.

Pracovní postup

1. Do mísy nasypeme směs PASTA & GNOCCHI (tzv. ČERVENOU) a kypřicí prášek, promícháme. Přisypeme cukr, promícháme. Přidáme vejce, máslo a mléko a vypracujeme hladké těsto.
2. Těsto nalijeme do formy. (Pokud máte formu jako zde na fotografii, plníte jednu „polovinu“ a přiklápíte tou částí s dírkou.)
3. Pečeme v troubě vyhřáté na 180 °C cca 30 minut.
4. „Kuličky“ z formy vyprostíme až po vychladnutí. Napícháme je na špejle a dáme na chvíli zmrazit do mrazáku (cca 30 minut).
5. Zmražené „kuličky“ namáčíme v rozpuštěné čokoládě zředěné trochou másla a sypeme jemně mletými ořechy, kokosem, barevným zdobením.
6. Hotové dortíky na špejli zapícháme např. do podnosu z polystyrénu obaleného alobalem.

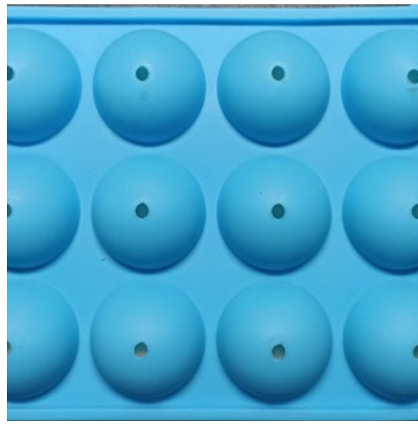


Foto: Stáňa Hartová



Adveni[®]
plodiny třetího tisíciletí

E-shop CZ: www.bezlepkova.com

E-shop SK: sk.bezlepkova.com

Bezlepkové recepty: www.receptyadveni.cz

 [bezlepkova.com](https://www.facebook.com/bezlepkova.com)

 [Adveni](https://www.youtube.com/Adveni)

 [bezlepkovacom](https://www.instagram.com/bezlepkovacom)

Rozcestník: www.adveni.eu