


# Provozní předpis jednotky kuchyně



















Vypracoval: Ing. Jiří Zbytovský  
Zkontroloval: Ing. Jiří Zbytovský  
Schválil: Ing. Jiří Zbytovský  
Poslední revize: 28.11.2022

aktuální verze dokumentu vždy [zde](#)

## Legenda

- Číselná hodnocení jsou ve formátu: **čas / osobní hodnocení** (vzrůstající hodnoty 1 až 3)
  - čas brutto:       **1:** < 30 min       **2:** 30-90 min       **3:** > 90 min
  - hodocení:       **1:** dobré       **2:** velmi dobré       **3:** nejlepší
- hnusná jídla nejsou součástí tohoto dokumentu
- *kurzíva*       možná varianta v postupu (dle rozhodnutí technologa)
- **tučné písmo**   klíčové kroky či nezvyklé suroviny, které je třeba předem zajistit
- *Takovýto text je abstraktním popisem, jaký je smysl celého receptu, když je třeba vysvětlit o co tady jde.*
- ||       disjunkce
- ~       přibližně
- 1÷2       rozsah
-        moje vlastní technologie, čili nebezpečné, nejíst!
- LIC       level control, tedy přidávat vodu na udržení konst. hladiny || alespoň minimální hladiny
- Lm       lžička malá (kávová; vrchovatá, nikoliv zarovnaná)
- Lv       lžice velká (polévková; vrchovatá, nikoliv zarovnaná)

# Obsah

Legenda.....	1
Misc.....	3
Přílohy.....	3
Karamel  .....	3
Přibináček s DIY příchutí 1/3.....	3
Zakysaný okurkový salát 1/3  .....	3
Nudle s olejem 1/3  .....	3
Pomazánka z červené řepy 1/3.....	3
Různé tousty 1/2  .....	4
Instapožer.....	4
Krupicová kaše s karamellem 1/1  .....	4
Rýže s vejcem 1/1  .....	4
Vostrý brambory 1/2  .....	4
Pasta aglio olio 1/3  .....	4
Pasta s česnekovou pastou 1/3  .....	4
Simple.....	4
Čočka 2/2.....	4
Lečo 2/2.....	5
Smaženice 1/2.....	5
Těstoviny s defaultní omáčkou 2/2  .....	5
Těstoviny s tuňákem 2/3.....	5
Spaghetti Carbonara 2/3.....	5
Pseudovietnamské nudle 1/3  .....	5
Rizoto s vařeným masem 2/2  .....	5
Pečená ryba 2/1.....	6
Normal.....	6
Červená játra 2/3  .....	6
Raguláš 3/3  .....	6
Tikka Masala 2/3.....	6
Zelené fazolky na slanině 2/2.....	6
Krutý gnoče se špenátem 2/2.....	6
Těstoviny s cukýnou 2/2  .....	6
Dělostřelecká bašta 2/3  .....	7
Rizoto s mořskými potvarami 2/3.....	7
Pohanka s fazolí 3/2.....	7
Vepřové plátky Hellmans 2/3.....	7
Prostě kuře. 3/2.....	7
Kuře na medu 3/3.....	7
Kuře na kari 3/2.....	7
Polévky.....	8
Vývar 3/2.....	8
Boršč 3/?.....	8
Česnečka 2/2  .....	8
Francouzská cibulačka 2/2.....	8
Heretická polévka 3/2  .....	9
Dýňová polévka 2/1.....	9
Pečení.....	9
Perník 2/2.....	9
Kakaová turbobuchta 2/2.....	9

# Misc

## Přílohy

Brambory: ~200 g (hm. za syrova i vařené). Vařit ~ 4 min od vložení do vroucí vody, průběžně kontrolovat

Těstoviny: 100 g na osobu

Rýže: 60-80 g. Občas zamíchat, jinak se připeče ke dnu. Čas různý, ale min. 12 min, po této době kontrolovat každou minutu, protože je to nelineární a v kritický moment se to dost rychle rozvaří

Pohanka: stejně jako rýže. Případně vařit jen 5 min a pak nechat dojít pod pokličkou

Vařená vejce: aby byl měkký žloutek, vařit 5 min od vložení do horké vody (*vhodný předehřev v horké vodě*)

## Karamel

Samotný bílý cukr pyrolyzovat na pánvi za stálého míchání. Cukr se nejprve roztaví a pak začne hnědnout, reakci nechat proběhnout do libovolné konverze. Určité kouření je akceptovatelné, ovšem jakmile začne silně zapáchat spáleninou, ztlumit ohřev – koksování je nežádoucí! Jakmile začne náhle pěnit, brzy odstavit, to je pak příliš aromatické. Po dosažení specifikace odstavit ohřev, nechat chladnout ~2 min a připravit **jeden z produktů**: †

1) Přidat 1:1 vodu → za pokojové či nižší teploty je to velmi viskózní, vhodné např. jako poleva na zmrzlinu

2) Přidat 1:2 smetanu 33%, mírně osolit → bude to tuhé leč měkké, dobré jako karamelky na přímou konzumaci

3) zředěný aq. roztok → směs je méně viskózní a snáze se s ní manipuluje, vhodné jako přísada do jiného jídla

† **POZOR**, karamel může být nad 100°C a při přidávání vody pak dochází k prudkému BLEVE!

→ vodu přidávat opatrně, intenzivně míchat – důležité i proto, že čistý karamel je při 100°C tuhý, gumový.

Při rychlém nalití vody dojde k zchlazení bez promíchání → tuhý karamel plave ve vodě a promíchat už nelze.

Při nižší teplotě nastává skelný přechod, to se pak dost špatně čistí!

## Pribináček s DIY příchutí 1/3

Smíchat 250g měkkého tvarohu polotuk || plnotuk, 150g šlehačky, 1 Lm vanilla cukru, 1 Lm medu a *trochu čekankového sirupu*. Rozmíchat a našlehat šlehačem @max power.

## Zakysaný okurkový salát 1/3

Oloupat a nastrouhat 2 okurky, posolit a nechat 5 minut stát na sítu, aby roztok permeoval ven. Matečný roztok vypít, filtrační koláč převést do misky a zamíchat zakysanou smetanu, sůl, pepř, 2 rozdrčené stroužky česneku, *trochu pažitky, trochu kopru (klidně mražen)*, trochu olivového oleje.

## Nudle s olejem 1/3

Uvařit nudle – více než al dente, ale nesmí se lepit. Při filtraci quenchnout studenou vodou. Smíchat s řepkovým olejem. Nechat ustálit na ~25°C a jíst jen tak.

## Pomazánka z červené řepy 1/3

Nastrouhat 500 g uvařené červené řepy (část na jemném, část na hrubém struhadle). Smíchat s hrstí nasekaných vlašských ořechů, přidat 2 rozdrčené stroužky česneku, dle konzistence přidat majonézu, kys. smetanu, bílý jogurt. Dle chuti přidat pepř, sůl, *citronovou šťávu*.

## Různé tousty 1/2 🍴

suroviny popořadě odzdoła nahoru; dlouhá mezera = odsud dávat věci na horní půlku (a nakonec horní přiklopit)

**standard:** *máslo* || *rama*, šunka, gril. koření, *chilli*, *niva*, eidam, kečup

**italský:** olej ze suš. rajčat, krájená suš. rajčata, oregano, bazalka, hermelín, eidam

**barbarský:** použít rozpuřený krajíc obyč. chleba: kečup, slanina, hodně pepře, kmín, gril. koření, syrečky || niva

# Instapožer

## Krupicová kaše s karamellem 1/1 🍴

1 porce: 25g krupičky dát do 300g mírně ohřátého mléka. Nechat 5-10 min namočit, přivést k varu a míchat do dostatečného ztuhnutí. Pak zamíchat aq. roztok karamelu.

## Rýže s vejcem 1/1 🍴

Uvařit rýži, scedit a do horké rýže vmíchat vejce vařené tak dlouho, že je ještě tekutý bílek (3-4 min), *přidat a zamíchat roztavený sýr, např. plasták*, přidat pepř a sůl.

## Vostrý brambory 1/2 🍴

Recept na využití zbylých brambor: osmažit na sádle společně se škvarkami || slaninou, zasypat římským kmínem, orientálním kořením, pepřem a chilli, *na konci přidat malé množství kečupu aby vznikla kašička*.

## Pasta aglio olio 1/3 🍴

Na oliv. oleji velmi rychle osmahnout česnek nakrájený na drobné plátky a nakrájená sušená rajčata, přidat peperoncino a provensálské koření. Špagety uvařit al dente, okamžitě po scezení dát do té pánve, krátce "osmažit". Na talíř přidat nakrájenou bazalku čerstvou || sušenou, posypat parmezánem.

## Pasta s česnekovou pastou 1/3 🍴

*Navzdory názvu to nemá vůbec nic společného s těstovinama aglio olio. A je to spíše takové volné doporučení, prostě lze použít různé variace surovin podle toho, co je zrovna dostupné a na co je zrovna chuť,*

Do talíře pesto, olivový olej, dva rozdrcené stroužky česneku, *nakrájené olivy, kapary, zelenou část jarní cibulky, zakysanou smetanu* || *pannu cucinu*, smíchat s těstovinama, navrch parmezán.

# Simple

## Čočka 2/2

Čočku namočit na ~2 h do studené vody, poté dát vařit ~1 h w/ LIC (čočka absorbuje dost vody). Vedle nejprve usmažit cibuli na posyp (½ kolečka) a vyjmout, pak usmažit cibuli na hrubo, zaprášit moukou a přidat trochu vody, tuto směs vmíchat do čočky. Přidat AcOH, pepř, tymián, sůl.

Podávat s uzeninou a/nebo vařeným vejcem, k tomu nakládanou okurku a cibuli na posyp.

2 porce: 200 g čočky,  $\Sigma$  2 cibule,  $2\div 3$  Lv AcOH

## Lečo 2/2

Osmažit cibuli, na konci přidat slaninu (ne do křupava), pak přidat papriku (smažit ~5 min). Přidat rajčata, pepř, drcený kmín, chilli, sůl a dusit 10-30 min. Na konci přidat předem zhomogenizované vejce.

4 porce: 3 cibule, 4 papriky, 3 velká rajčata, 4 vejce

## Smaženice 1/2

Osmažit cibuli, přidat houby, kmín, sůl, pepř. Krátce osmažit a pak dusit (LIC vodou). Vedle rozšlehat vejce se solí a pepřem a vmíchat. Odstavit ohřev, dokud je ještě viditelné kapalné vejce, aby to došlo do správné viskozity.

cca. 1 cibule : 500 g hub : 2 vejce

## Těstoviny s defaultní omáčkou 2/2

Smažit slaninu do křupava. Pevnou fázi oddělit do misky a na olejové fázi smažit cibuli společně s hrubě nastrouhanou mrkví. Přidat nakrájená oloupaná rajčata || konzervu rajčatového protlaku || kečup.

Refluxovat libovolnou dobu, *přidat vegetu, přidat bazalku, nadrcený česnek*, smíchat s těstovinama.

## Těstoviny s tuňákem 2/3

Smažit cibuli s špetkou chilli na olejové fázi z tuňákových konzerv, pak přidat pevnou fázi a trošičku zasmažit, přidat a ohřát kukuřici včetně roztoku, přidat nakrájená rajčata, chvíli refluxovat, přidat smetanu/pannu cucinu, ~2 Lv solanky z oliv, nakrájené olivy, smíchat s těstovinama. Na talíři možno přidat parmezán.

4 porce: 200 g tuňákového masa, 300-400 g konzervy kukuřice, 2-3 cibule, 1-2 rajče

## Spaghetti Carbonara 2/3

*Recept sice rychlý, avšak ne zcela snadný. Cílem je krémová, hladká omáčka a správná textura těstovin, proto je klíčovým krokem vmíchání vaječné směsi, která zhoustne pouze tepelnou kapacitou. Precizní odměření surovin a načasování je tedy stěžejní pro optimální tepelnou bilanci. Pepř na talíři symbolizuje saze z toáře uhlíře, který přišel ze zarážky FCC reaktoru.*

Rozšlehat v misce 4 vejce, 50 g strouhaného parmazánu a 40 g šlehačky || 20 g mléka. Na másle || olivoleji smažit 150 g slaniny, tu vyjmout a dohněda smažit 3 nakrájené a jemně zmáčknuté stroužky česneku. Odstavit, česnek vyhodit a vrátit slaninu. Je třeba načasovat opětovný ohřev aby byl olej horký v době filtrování špaget.

Uvařit 400 g špaget al-dente v menším množství jen mírně osolené vody, filtrovat a zachytit viskózní vodu (VW). Špagety ihned dát smažit do oleje se slaninou (~1 min), pak quenchnout 50 ml vařící VW a odstavit. Vaječnou směs rychle promíchat do špaget. *Možno doregulovat viskozitu: ↓ přidat VW ↑ ohřát*

Na talíři lehce opepřit a posypat dalším parmazánem. Doporučuji k tomu č. víno.

## Pseudovietnamské nudle 1/3

Uvařit rýžové nudle, zchladit. Vedle rozpustit vývar, přivést k varu a krátce tam spařit červenou cibuli (1/4 kolečka), až bude dostatečně vystripovaná tak quenchnout přidáním zchladlých nudlí a mrkve (tenké nudličky), dále přimíchat: sojová omáčka, olivový olej, citronová šťáva, koriandr (lístky čerstvé || mražené, nikdy ne sušený nestojí to za to), nakrájené arašidy, nadrcený česnek, chilli.

3 porce: ~200g vývaru, 200 g nudlí, 1 č. cibule, 1 velká mrkev, 2 hrsti arašídů, 2 stroužky česneku

## Rizoto s vařeným masem 2/2

Osmažit cibuli se špetkou chilli, až bude dohněda, přidat rýži a chvíli osmahnout. Pak osolit, opepřit, přidávat aq. fázi na LIC (trochu potopená rýže, nesmí však plavat) v pořadí: vývar, voda z hrášku, voda. Nakonec přidat hrášek z konzervy || rajčatový protlak, nakrájené vařené maso.

## Pečená ryba 2/1

Rybu (ideálně filé; nejspíš pstruh, treska, či losos if nóbl) omýt a dát na PTFE plech, posypat kořením. Péct 20-30 min @ 180°C. K tomu brambory vařené / pečené

## Normal

### Červená játra 2/3

Smažit slaninu do křupava. Pevnou fázi oddělit do misky a na olejové fázi osmažit 2 cibule dohněda (možno i jarní), pak intenzivně osmahnout 800 g jater (4 porce). Po chvíli zaprášit hladkou moukou, přidat chilli, pepř, drcený kmín, a drcený tymián, chvíli ještě smažit a pak zalít vodou. *Přidat nakrájené rajče || protlak*. Refluxovat alespoň 15 min, *podlít č. vínem*. K tomu rýži, ideálně s lehce spařenou červenou cibulí.

### Raguláš 3/3

Na oleji smažit 2-3 cibule dohněda a 1 jemně nakrájenou mrkev, *přidat chilli*.

Na tom osmahnout 800 g (4 porce) nakrájené vepřové krkovice || plec (bez kosti). Jakmile vznikne aq. fáze, přidat sůl, pepř a hladkou mouku, míchat. Až se začne mouka chytat, přidat 1-2 nakrájené papriky, *nakrájené rajče, nakrájený česnek*, drcený kmín, práškovou papriku, případně doplnit vodu a refluxovat do změknutí masa (>1 h). Příloha = vařené brambory || dobrý chléb.

### Tikka Masala 2/3

Nakrájená krůtí prsa pár hodin předem marinovat směsí: 1 Lv řepolej, 2 Lm tandoori masala, 1 Lm římský kmín. Usmažit cibuli na řepoleji s chilli, přidat maso a krátce zasmahnout. Poté zalít passatou, přidat ~1 Lv strouhaného čerstvého zázvoru, 6 nadrcených stroužků česneku, 1 Lm kurkumy, 2 Lm tandoori masala, *4 bobkové listy, badyán*, vařit ~30 min, vyjmout bobkové listy a badyán. Přidat šlehačku, *krájený čerstvý koriandr* a krátce povařit.

4 porce: 2 cibule, 800 g krůtích prsou, 500 g passata, ~150 ml šlehačky

*Tandoori masala lze nahradit směsí: 1:1 indické kari, drcený koriandr, kmín, pepř, kardamon, muškátový květ*

### Zelené fazolky na slanině 2/2

Smažit slaninu do křupava. Pevnou fázi oddělit do misky a na olejové fázi smažit cibuli, pak česnek na plátky. Přidat pepř, mouku, po chvíli přidat rajčatový protlak, nakrájená loupaná rajčata, fazolky, zpět slaninu, sůl, *tymián, oregano, peperoncino*. Refluxovat 15-40 min. Podávat s vařeným vejcem a brambory.

### Krutý gnoče se špenátem 2/2

Na oleji smažit cibuli dohněda, pak krátce osmahnout kousky krůtího || kuřecího. Přidat sůl, pepř a nakrájený česnek, mražený listový špenát. Dusit ~15 min, poté přidat kys. smetanu a smíchat s uvařenými gnoči.

4 porce: 3 cibule, 1 kg masa, 1 kg špenátu, 1 kg gnočů

### Těstoviny s cukýnou 2/2

Na olivovém oleji smažit cibuli + bílou část jarní, pak na kolečka nakrájenou cukýnu + zelenou část jarní a česnek na plátky, přidat vodu z oliv, z kapar a z kohoutku (LIC), přidat provence koření a za občasného míchání refluxovat do změknutí. Na konci přidat pesto, rozdrcený česnek, bílé víno, nakrájené olivy a kapary vcelku.

Směs smíchat s těstovinama, *do talíře parmezán*. *Ve výsledku je to pak docela jako pasta s česnekovou pastou*

## Dělostřelecká bašta 2/3

Osmažit slaninu, oddělit do misky a smažit cibuli, následně smažit cukýnu, žampiony, přidat pár Lv láku z oliv a konzervu hrášku včetně aq. fáze. Přidat česnek, provensálské koření, vrátit slaninu a dusit. Delší doba dušení = rozvařený hrášek & hustá omáčka, ale nevleze pak do kolínek. Na konci přidat pesto, nakrájené olivy a podlít bílým vínem. Smíchat s těstovinama (použít velká kolínka) a na talíři posypat parmezánem.

3 porce: 200 g slaniny, 2-3 cibule, 2 cukety, 500 g žampionů, ~8 stroužků česneku, konzerva hrášku 400 g

## Rizoto s mořskými potvorami 2/3

Na oleji (olivový či olej z těch příšer) mírně osmažit červenou cibuli na ¼ kolečka + *chilli*. Pak krátce česnek na plátky, přidat rýži a chvíli jí smažit. Přidat bílé víno a nechat jej absorbovat, přidat trochu pepře.

Pak přidávat aq. fázi na LIC (trochu potopená rýže, nesmí však plavat) v pořadí: solanka z oliv, vývar, voda.

Jakmile je rýže vařená, přidat ty bestie, *citronovou šťávu*, nakrájené olivy, chvíli povařit. Podávat s parmezánem.

3 porce: 2 cibule, 250 g rýže *Arborio*, až 400 g oblud, 300 g vývaru, 100 ml vína, 5 stroužků česneku, ½ balení oliv

## Pohanka s fazolí 3/2

**Včera dát namočit fazole** v malém hrnci kde se pak budou vařit. Fazole dát vařit 30 min v předstihu.

Ve vedlejším hrnci osmažit slaninu, oddělit do misky a na oleji smažit cibuli. Přidat *chilli*, nasypat pohanku, krátce ji zasmahnout. Zalít vodou, *vývarem*, přidat pepř, trochu sojové omáčky, římský kmín, *sůl*. Pohanku vařit ~30 min, po celou dobu LIC dokud nebude měkká. Smíchat se zcezenýma fazolema a slaninou a nechat dojít dokud nevsákne zbytek vody. *Vodu z fazolí nevylévat, ale vypít, nebo → LIC při vaření pohanky.*

4 porce: 150 g pohanky, 150 g fazolí, 2 cibule, 200 g slaniny (btw pohanka hodně bobtná a nakonec jí bude více než fazolí)

## Vepřové plátky Hellmans 2/3

Naklepat kotlety pokud je třeba, osolit, opepřit, dát do pekáče a pokrýt cibulí (½ kolečka), potřít majonézou.

Péct ~30 min @ 200°C (aby byla majonézová vrstva dozlatova).

## Prostě kuře. 3/2

Do pekáče dát cibule na ½ kolečka a nakrájené mrkve, máslo || olej, vložit omyté kuře a ze všech stran posypat solí a kmínem. Pevnou fází lze nacpat dovnitř kuřete for aesthetics. ± 1 cibule, 1 mrkev / 800 g kuřete.

Péct asi 90 min @ 180°C a pravidelně LIC – doplňovat vroucí vodou aby dno nevyschlo. Pravidelně zalévám horní stranu kuřete kapalinou zespoda. Před koncem lze odklopit pokličku a zvýšit teplotu na 220°C pro křupavou kůži (přitom neustále LIC, koksování je v tuto chvíli rychlé!).

*Na konci je možno zamíchat do kapalné fáze solamyl a povařit pro zvýšení viskozity.*

V pozdní fázi pečení a po dokončení se vyvarovat neopatrného otáčení kuřete, může se rozsypat.

Příloha = rýže, ideálně s lehce spařenou červenou cibulí na ¼ kolečka.

## Kuře na medu 3/3

Den předem naložit celé kuře nebo stehna do nálevu: olej, **vermut** || č. víno, sůl, grilovací koření. Celý povrch kuřete potřít medem a pak sporadicky propíchat vidličkou pro urychlení difúze.

Upéct jako Prostě kuře. Příloha = rýže

## Kuře na kari 3/2

Kuře potřít připravenou směsí: (1 Lv oleje, 2 Lv kari, 1 Lm kmínu + 1 Lm římský, pepř, 4–6 rozdrcených česneků, *sojová omáčka*, *chilli*), posolit a přidat cibuli rozkrájené na ½ kolečka.

Upéct jako Prostě kuře. Na konci přidat smetanu či mléko na zjemnění omáčky. Příloha = rýže

# Polévky

## Vývar 3/2

*Obecný, základní recept. Tato technologie produkuje mnoho produktů: 1) celá polévka, 2) čirý vývar, 3) vařené maso. Výťažky optimalizujte dle vašeho výrobního plánu – vývar a maso se dají zmrazit a využít na další vaření.*

Maso hovězí || krutí: a) hovězí kližka || přední + *morkové kosti*, b) krutí krky || křídla.

Krky jsou největší práce na obírání, ale daleko lepší než křídla či stehna (horší maso, spousta tuku).

Morkové kosti spousta loje. Hovězí bez kosti je nejjednodušší, nemusí se obírat, kližka udělá hustou polévku taky.

Poměr masa vč. kostí 300 g : 1 kg vody. 4 porce polévky ~ 1,5 kg vody. Note to self: udělej ~2 kg vody.

### Postup:

Maso dát do studené vody a osolit ~ 5g : 1,5 kg vody. *Pokud hodně tvrdá voda, dát NaHCO<sub>3</sub> na špičku nože.*

Ohřev naplno, při dosažení 100°C ztlumit a najít ustálený stav kdy je jen sotva viditelný var, tzv. *tažení†*. Na elektrickém vařiči takřka nemožný úkol.. Sbírat pěnu‡, bude se tvořit asi prvních 30 min. Polévku nemíchat.

Celková doba varu: hovězí ~3 h, krutí ~2 h. Existuje optimum, protože dlouhá doba → vysušené tuhé maso.

Při varu: jakmile přestane pění, přidat celou cibuli. Na konci varu 30 min vařit mrkev, petržel, *celer*.

Po uvaření zeleniny odstavit ohřev, vyjmout vše tuhé, nechat polévku stát do ztuhnutí olejové fáze, tu odebrat a vyhodit. Celou polévku zfiltrovat do jiného hrnce, filtrační koláč sežrat || vyhodit. Kapalná fáze hotová..

Maso a zeleninu obrat, nakrájet a buďto vrátit zpátky nebo whatever co s tím chcete dělat.

† pomalý var → usazení a agregace nedobrého kalu;

rychlý var → fluidace → částice zůstanou drobné a neusadí se ani na konci

‡ pěna koaguluje na nedobrý kal

## Boršč 3/3

Vařit vepřového masa ve studené vodě, *přidat bobkový list, nové koření*. Po odebrání pěny přidat celé řepy ve slupce. Vedle osmažit cibuli na oleji, pak přidat nakrájenou mrkev a petržel. Vyjmout maso a nakrájet na malé kostky, vyjmout řepu a nakrájet, vrátit společně s nastrohaným hlávkovým zelím, nakrájenými rajčaty, brambory a smaženou zeleninou, přidat pepř, povařit 30 min. Dochutit AcOH, cukrem. Podávat s kys. smetanou.

4 porce: 1,5 kg vody, 500 g masa, 2 č. řepy, 1 cibule, 1 mrkev, 1 petržel, 200 g brambor, 2 rajčata, 200 g syrové zelí

## Česnečka 2/2

Osmažit 1 cibuli, *bílou část z 1 jarních cibulí* na minimálním množství sádla || oleje → téměř dohněda. Ve **vedlejším hrnci** dát do 1000 ml mírně osolené vody vařit ~350g brambor na velmi malé kousky. Část brambor lze odebrat jako přílohu k whatever, do aq. fáze poté převést veškerou cibulku. Přidat celou paličku česneku, část rozdrtit, část nakrájet na tenké plátky. Přidat *nakrájenou zelenou část 1 jarní cibule, medvědí česnek*, 1 Lm celého kmínu, 1 Lm drceného kmínu, 2 Lm sušené majoránky, pepř, sůl.

Do misky umístit natrhaný sýr Ementál || Eidam a zalít horkou polévkou.

## Francouzská cibulačka 2/2

Osmažit 4-6 cibulí na ¼ kolečka na oleji || *přepuštěném másle* → do béžova. Zkaramelizovat 2 Lm cukru.

Zalít ~300 ml č. vína, přidat 300 ml vývaru a 400 ml vody, přidat sůl, pepř, nadrtit dva stroužky česneku.

Vařit 20 min, na konci přidat trochu šlehačky pro bílý zákal.



## Heretická polévka 3/2

*Kacířská modifikace vývaru – aby byl co nejhustší. Tedy vrátit do polévky hodně nakrájeného masa, ale především v ní uvařit hodně zeleniny. Nudle též pomůžou dospět k hutné a výživné polévce vhodné jako hlavní chod.*

Uvařit hovězí vývar viz výše, vyndat maso, přidat opravdu hodně nakrájené zeleniny: mrkev, petržel, cibule, rajče, jarní cibule a celer v poměru ~ 2:1:1:1:1:1 (poměr na kusy, celer definován jako 1 cm plátek). Přidat rozdrčený česnek. Vařit 30 min, pak to nechat chladnout, maso vrátit. Vedle uvaříme nudle a přidáme do talíře.

## Dýňová polévka 2/1

Předem si nakrájete dýni Hokkaido, protože je to hodně práce.

Smažit slaninu do křupava. Pevnou fázi oddělit do misky a na olejové fázi chvíli smažit veškerou dýni. Zalít vařící vodou a vařit ~15 min. Rozmixovat, až **potom** vrátit slaninu (jinak RIP), pár minut ještě vařit.

Do talíře možno přidat kys. smetanu.

# Pečení

## Perník 2/2

Smíchat (s) směs: 250 g hladké mouky, ½ sáčku prášku na perník, 50 g cukru, 15 g kakaa

Smíchat (l) směs: 180 g mléka, 75 g řepoleje || másla, 2 Lv medu @25g (možno zahřát pro mísení)

Za studena do (l) zamíchat 1 celé vejce, smíchat (s) a (l) a hnětat, stačí ručně.

Viskozita těsta má být taková, aby při nadzvednutí vařečkou z ní těsto "steklo" za ~5 s. Lze dodat mléko na snížení.

Rozprostít těsto spíše ke krajům do pekáče/kastrolu o ploše ~400 cm<sup>2</sup> a péct ~30 min na 160°C

*Konverzi lze určit zapíchnutím špejle: pokud je spodní konec olepený těstem, je ještě nedostatečná*

Kritérium pro upscaling je povrch pekáče, aby byla optimální tloušťka vrstvy, počet vajec zaokrouhlit nahoru.

*Med a cukr lze zaměnit proti sobě @82%: 25 g medu ~ 20 g cukru*

## Kakaová turbobuchta 2/2

Smíchat (s) směs: 150 g polohrubé (hladké) mouky, 125 g cukru, 20 g kakaa, 0.5 sáček prášku do pečiva

Do toho zamíchat: 125 g mléka, 50 g Lv řepoleje || másla, 1 celé vejce

Rozprostít těsto do pekáče/kastrolu a péct ~20 minut na 200°C