

25. Zeleninové přílohy	2
25.1. Baklažány na smetaně	2
25.2. Cibule pečená na víně	2
25.3. Cibulové zelí	2
25.4. Černý kořen dušený na másle.....	2
25.5. Červená řepa na smetaně.....	2
25.6. Červená řepa s rajčaty	3
25.7. Dušená mrkev.....	3
25.8. Dušené kedlubny na másle.....	3
25.9. Fazolky dušené s rajčaty	3
25.10. Fazolky s kečupem a česnekem	3
25.11. Fazolky s mandlemi	4
25.12. Fazolky s máslem a sýrem	4
25.13. Fazolky se šunkou	4
25.14. Fenykl na smetaně.....	4
25.15. Hlávkový salát jako špenát.....	4
25.16. Kedlubnové zelí.....	5
25.17. Kedlubny s česnekem a sýrem	5
25.18. Mangold jako špenát	5
25.19. Mrkev dušená na másle	5
25.20. Mrkev dušená na smetaně	5
25.21. Mrkev s hráškem na smetaně	6
25.22. Mrkev s hráškem v kečupu.....	6
25.23. Mrkev v karamelu	6
25.24. Pečená červená řepa	6
25.25. Sladkokyselé cibulky.....	6
25.26. Vařená červená řepa s máslem	7
25.27. Zadělávané kedlubny.....	7

25. Zeleninové přílohy

25.1. Baklažány na smetaně

500g baklažánů, 30g másla, 1.5 dl kysané smetany, koření chilli, sůl.

Omyté, oloupaná baklažány pokrájejte na kostičky, osolte a nechte nakřehnout. Po chvilce je osušte, vložte na rozehtáté máslo a osmažte. Zalijte je několika lžícemi vody, vmíchejte koření a duste doměkka a do odpaření tekutiny. Potom je podlijte kysanou smetanou a ještě chvilku je poduste. Podávejte k vařenému masu.

25.2. Cibule pečená na víně

16 menších cibulí, 2 lžíce oleje, 1dl bílého vína, sůl.

Oloupané cibule osmahněte na rozehtátém oleji, podlijte vínem, osolte, velmi krátce povařte, podlijte vodou tak, aby byly potopeny jen do poloviny a pečte bez pokličky v mírně vyhřáté troubě. Při pečení je občas zamíchejte. V hotovém pokrmu má být šťáva mírně zahoustlá.

25.3. Cibulové zelí

500g cibule, 50g sádla, cukr, kmín, ocet, sůl.

Na sádle zpěňte jednu drobně pokrájenou cibuli. Ostatní cibule pokrájejte na plátky, ovařte v osolené vodě, asi na 4 minuty je oced'te a přidávejte k osmažené cibuli. Osolte je, oslad'te, přidejte kmín a poduste doměkka. Podle chuti je okysel'te.

25.4. Černý kořen dušený na másle

600g černého kořene, 40g másla, ocet, sůl.

Opláchnutý černý kořen oškrabte, ihned dejte do okyselené vody, potom přeložte do studené osolené vody a uvařte téměř doměkka. Vařený kořen oced'te, po okapání pokrájejte na kolečka, vložte je na rozehtáté máslo a poduste doměkka.

25.5. Červená řepa na smetaně

600g červené řepy, 20g másla, 1dl kysané smetany, citrónová šťáva, 3 ředkvičky, pepř, sůl.

Omytou řepu zalijte vařící vodou a uvařte doměkka. Oloupejte ji, pokrájejte na nudličky, vložte na rozehtáté máslo, osolte, opepřete, přidejte citrónovou šťavu a krátce poduste. Nastrouhané ředkvičky smíchejte se smetanou a nalijte k řepě. Prohřejte je a podávejte.

25.6. Červená řepa s rajčaty

600g červené řepy, 2 rajčata, 30g másla, sůl, petrželka.

Omytou, oloupanou červenou řepu nakrájejte na tenké plátky a duste v trošce másla. Rajčata spařte vařící vodou, oloupejte, pokrájejte na drobné kousky, přidejte k řepě a duste dále. Zeleninu osolte a před podáním posypte usekanou petrželkou.

25.7. Dušená mrkev

700g mrkve, 30g másla, 1 lžička hladké mouky, cukr, petrželka, sůl, citrónová šťáva.

Očištěnou mrkev pokrájejte na kostičky nebo na kolečka, osmahněte na rozehřátém másle, zaprašte moukou, osmažte, zalijte trochou vody, rozmíchejte a duste. Měkkou mrkev osladte, osolte a ještě poduste. V hotové mrkvi musí být všechna voda odpařená. Okyselte ji a při podání posypte usekanou petrželkou.

25.8. Dušené kedlubny na másle

600g mladých kedluben, 50g másla, sůl, cukr.

Oloupané kedlubny pokrájejte na kostičky, vložte na rozehřáté máslo, lehce osmahněte, podlijte trochou vody, osolte, nepatrně osladte a duste pod pokličkou do změknutí. V dušených kedlubnách musí být všechna voda odpařená. Mladé střední lístky kedluben jemně usekejte a vmíchejte do dušených kedluben.

25.9. Fazolky dušené s rajčaty

400g fazolek, 200g rajčat, 40g másla, 2 stroužky česneku, malý kousek cibule, mletý pepř, sůl.

Očištěné fazolky pokrájejte na delší proužky, vsypte do vařící osolené vody, uvařte do poloměkka, ocedte a nechte okapat. Drobně pokrájenou cibuli a česnek zpěňte na másle, přidejte fazolky, zlehka je opečte, přidejte spařená, oloupaná a pokrájená rajčata, osolte, opepřete a poduste, až fazolky změknou a pokrm zhoustne.

25.10. Fazolky s kečupem a česnekem

500g fazolek, 150g kečupu, 40g másla, česnek, kousek cibule, feferonky, pepř, sůl.

Očištěné fazolky pokrájejte na proužky, vsypte do vařící osolené vody a uvařte téměř doměkka. Ocedte je a nechte okapat. Drobně pokrájenou cibuli a česnek zpěňte na másle, přidejte fazolky, osmahněte je, zalijte kečupem, okořeňte usekanými feferonkami a pepřem a krátce poduste.

25.11. Fazolky s mandlemi

500g fazolek, 40g másla, 30g mandlí, mletý pepř, sůl.

Očištěné fazolky vložte do malého množství osolené vody a uvařte doměkka. Mezitím opláchnuté mandle vsypte do vařící vody, nechte třikrát přejít varem, ocedte, oloupejte a osmahněte na malé části másla. Měkké fazolky ocedte, po okapání vložte na máslo, přidejte mandle, opepřete, přisolte a krátce osmažte. Pokapte citrónovou šťávou a podávejte.

25.12. Fazolky s máslem a sýrem

500g fazolek, 30g másla, 4 lžíce strouhaného sýra, sůl.

Očištěné fazolky pokrájejte na proužky, vsypte do vařící osolené vody, uvařte doměkka, ocedte a nechte dobře okapat. Přeložte je na pánvičku, polijte rozehřátým máslem, posypte strouhaným sýrem a zapečte pod grilem nebo ve vyhřáté troubě, až se sýr roztaví.

25.13. Fazolky se šunkou

500g fazolek, 40g másla, 60g šunky, malá cibule, petrželka, mletý pepř, sůl.

Očištěné fazolky vložte do malého množství vařící osolené vody, uvařte doměkka a nechte okapat. Drobně pokrájenou cibuli a šunku usmažte dozlatova na másle na větší pánvi, přidejte pepř, fazolky a za stálého potřásání pánvi je osmahněte. Posypte je jemně nasekanou petrželkou a hned podávejte.

25.14. Fenykl na smetaně

400g fenyklu – zdužnatělé řapíky, 30g másla, 2 dl smetany, 1 cibule, 1 lžička hladké mouky, vývar z masoxu, sůl.

Drobně pokrájenou cibuli zpěníte na másle, přidejte fenykl pokrájený na kousky, osmažte, zaprašte moukou, opět osmahněte, podlijte trochou vývaru, osolte a duste do změknutí. Ke konci dušení přilijte smetanu a ještě krátce poduste.

25.15. Hlávkový salát jako špenát

500g hlávkového salátu, 30g sádla, kousek cibule, 2 lžíce hladké mouky, 2 dl mléka, česnek, mletý pepř, sůl.

Omyté listy hlávkového salátu vložte do malého množství vařící osolené vody a pod pokličkou duste do změknutí. Z drobně pokrájené cibule, sádla a hladké mouky připravte světlou jíšku, zalijte ji trochou vody s mlékem, rozšlehejte a povařte v hustou omáčku. Měkký salát ocedte, po okapání umelte nebo velmi drobně posekejte, přidejte do omáčky, osolte ji, opepřete a ochuťte třeným česnekem. Nechte přejít varem a podávejte.

25.16. Kedlubnové zelí

600g kedluben, 1 cibule, 40g sádla, cukr, kmín, ocet, sůl.

Oloupané kedlubny nastrouhejte na hrubší nudličky, vsypte na jemně pokrájenou cibuli osmaženou dozlatova na sádle, osolte, okořeňte kmínem a osmahněte. Podlijte je několika lžicemi vody a duste do změknutí. Ke konci dušení kedlubny oslaďte a okyselte. Chuť kedlubnového zelí můžete změnit přidáním dvou lžic vína nebo 1 lžice rajčatového protlaku.

25.17. Kedlubny s česnekem a sýrem

600g mladých kedluben, 2 stroužky česneku, 2 lžice oleje, sůl, pepř, strouhaný sýr.

Rozetřený česnek osmahněte na oleji, přidejte oloupané, na kostičky pokrájené kedlubny, osmahněte je, podlijte trochou vody, osolte, opepřete a duste pod pokličkou do změknutí. V dušených kedlubnách musí být všechna voda odpařená. Rozdělte je na talíře, posypte strouhaným sýrem a podávejte.

25.18. Mangold jako špenát

600g mangoldových listů, 2 lžice oleje, 2 lžice hladké mouky, 1 dcl mléka, kousek cibule, česnek, pepř, sůl, 1 vejce.

Dobře omyté listy mangoldu vložte do vařící osolené vody, uvařte doměkka, ocedte a po okapání umelte na mlýnku na maso. Z drobně pokrájené cibule, oleje a mouky usmažte světlou jíšku, zředte ji mlékem a trochou vývaru z mangoldu, rozšlehejte a povařte v hustší omáčce. Po chvilce přidejte mangold, třený česnek, pepř, sůl a krátce poduste. Nakonec vmíchejte rozšlehané vejce.

25.19. Mrkev dušená na másle

700g mrkve, 40g másla, sůl, petrželka.

Očištěnou mrkev zalijte vařící osolenou vodou a uvařte téměř doměkka. Ocedte ji, nechte částečně vychladnout a pokrájejte na tenké plátky. Vložte na rozehřáté máslo, přisolte a poduste. Posypte usekanou petrželkou a podávejte.

25.20. Mrkev dušená na smetaně

600g mrkve, 2 lžice másla, sůl, 2 žloutky, 1 dl smetany, petrželka.

Očištěnou mrkev pokrájejte na plátky, vložte na rozehřáté máslo, osmahněte, podlijte několika lžicemi vody, osolte a duste za stálého míchání, až mrkev změkne a voda se odpaří.

Mrkev sejměte z plotýnky, vmíchejte smetanu s rozšlehanými žloutky a usekanou petrželku. Duste na velmi malém plaménku, až omáčka zhoustne. Nesmí přijít do varu, aby se nesrazily žloutky. Hned podávejte.

25.21. Mrkev s hráškem na smetaně

40g mrkve, 200g hrášku, 30g másla, 1 dl smetany, citrónová šťáva, pepř, sůl.

Oloupanou mrkev uvařte doměkka v osolené vodě, nechte okapat, nakrájejte na proužky a osušte. Hrášek vsypte do vařící osolené vody, poduste doměkka a ocedte. Na másle osmahněte mrkev, zalijte ji smetanou, přidejte hrášek, osolte je a opepřete a krátce poduste. Na závěr okyselte lžičkou citrónové šťávy.

25.22. Mrkev s hráškem v kečupu

400g mrkve, 200g hrášku, 30g másla, 6 lžic kečupu, cukr, citrónová šťáva, sůl.

Očištěnou mrkev pokrájejte na kostičky, vsypte na rozehřáté máslo, podlijte trochou vody, osolte a duste doměkka a do odpaření vody. Hrášek vsypte do malého množství osolené vařící vody, poduste doměkka, ocedte a nechte okapat. Do mrkve přidejte hrášek, kečup, cukr a citrónovou šťávu. Prohřejte.

25.23. Mrkev v karamelu

500g mrkve, 40g másla, 2 lžice medu nebo cukru, sůl.

Očištěnou mrkev pokrájejte na tenká kolečka, zalijte trochou vařící, osolené vody a duste do změknutí a odpaření vody. Na pánvičku přidejte máslo, po rozehřátí med nebo cukr, vložte okapanou mrkev a duste bez pokličky, až se utvoří karamel a obalí mrkev. Občas zamíchejte a pánvičkou potřásejte.

25.24. Pečená červená řepa

700g malé červené řepy, 50g másla, pepř, sůl, petrželka.

Dobře omytou červenou řepu vložte na pánvičku a upečte v mírně vyhřáté troubě doměkka. Horkou řepu oloupejte, pokrájejte na plátky, urovnejte na talířky, osolte, opepřete, pokapte rozehřátým máslem a posypte usekanou petrželkou.

25.25. Sladkokyselé cibulky

500g malých cibulek, 2 lžice oleje, lžice cukru, 1 hřebíček, bobkový list, ocet, sůl.

Opláchnuté cibulky ovařte v osolené vodě 10 minut, ocedte je, oloupejte a vložte

do rozehřátého oleje. Přidejte koření a duste asi 5 minut. Oslad'te je, okysel'te a duste, až šťáva zhoustne. Můžete je podávat teplé nebo studené.

25.26. Vařená červená řepa s máslem

700g červené řepy, 40g másla, mletý pepř, sůl.

Omytou řepu zalijte vařící vodou a uvařte doměkka. Oloupejte ji, pokrájejte na kousky, vložte do rozehřátého másla, osolte, opepřete a prohřejte. Můžete ji okyselit citrónovou šťávou.

25.27. Zadělávané kedlubny

600g mladých kedluben, 30g másla, 20g hladké mouky, 1 dl mléka, sůl, špetka cukru.

Oloupané kedlubny pokrájejte na malé plátky, podlijte malým množstvím vody, osolte a duste téměř doměkka. Z másla a mouky připravte světlou jíšku, zalijte ji mlékem a trochou vývaru z kedluben, rozšlehejte a povařte. Přidejte kedlubny, přisolte a duste, až změknu. Do hotových kedluben vmíchejte drobně usekané střední lístky kedluben a špetku cukru.