

Recepty z našej školskej kuchyne



Bryndzová nátierka

bryndza 125g

maslo 65g

cibuľa 1ks (menšia)

vajíčko natvrdo 1ks

horčica plnotučná 1 ČL

paprika červená mletá 1/4 ČL

soľ podľa vašej chuti



POSTUP:

Cibuľku nasekáme na drobno, vajíčko si uvaríme natvrdo a následne ho postrúhame na jablkovom strúhadle. Všetko spolu premiešame a dochutíme soľou. Soľ dávajte v závislosti od bryndze, aby výsledná nátierka nebola príliš slaná.

Liptovská nátierka

maslo 1ks

tvaroh 1ks

cibuľa 1ks

mlieko trochu

paprika mletá, soľ podľa chuti



POSTUP:

Maslo vymiešame, pridáme prelisovaný tvaroh, na jemno pokrájanú cibuľu, červenú papriku, mlieko. Všetko dobre vyšľaháme do peny, dosolíme podľa chuti a necháme pár minút odležať. Natreté chlebíčky môžeme posypať najemno nakrájaným petržlenom alebo pažítkou.

Vajíčková nátierka

vajcia 5ks

maslo 1ks

syrokrém (karička) 2ks

cibuľa 1 ks

horčica 1-2 PL

mleté čierne korenie

soľ podľa chuti



POSTUP:

Vajcia uvaríme natvrdo a necháme vychladnúť. Cibuľu nakrájame, pridáme maslo, syrokrém, horčicu, pretlačené vajíčka a premiešame. Podľa chuti pridáme soľ a korenie.

Red'kovková nátierka s mrkvou

viazanička red'kovky 1ks

mrkva 150g

vajcia 2ks (natvrdo uvarené)

tvaroh 100g

maslo (syr v črievku) 50g

pažítka 2PL



POSTUP:

Očistenú red'kovku, mrkvu, natvrdo uvarené vajcia najemno postrúhané na strúhadle. Pridáme vymiešaný tvaroh s maslom (alebo syrom), pažítka a premiešame. Necháme odstáť v chladničke. Solíme až pred podávaním.

Mrkvová nátierka

mrkva 2ks

tvrdý syr v celku 30 dkg

cesnak 2 strúčiky

kyslá smotana 1ks

čierne korenie

soľ podľa chuti



POSTUP:

Mrkvu a tvrdý syr najemno nastrúhame. Do zmesi pretlačíme cesnak, podľa chuti. Nakoniec pridáme biely jogurt a poriadne vymiešame. Dochutíme soľou podľa chuti.

Rybacia nátierka

tuniak vo vlastnej šťave 1ks

treščie jatra 1ks

cibuľa 1ks

nízkotučný syr 3ks

soľ, mleté čierne korenie podľa chuti



POSTUP:

Nízkotučný syr 3ks – (syrokrém, lunex) rozmiešame s konzervou treščích jätier a tuniaka (pred tým vylejem šťavu, aby to nebolo moc tekuté). Vmiešame nadrobno nakrájanú cibuľu a dochutíme podľa potreby troškou soli a mletého čierneho korenia.

Luníková nátierka

karička 1 bal.

maslo 1 ks

cesnak

soľ podľa chuti

žerucha/ pažítka



POSTUP:

Všetky suroviny vymiešame na hladkú nátierku, natrieme na pečivo a posypeme žeruchou.

Šunková nátierka

šunka 10dkg

syrokrém (syr v črievku)

soľ podľa chuti

žerucha



POSTUP:

Šunku nasekáme nadrobno a vymiešame spolu so syrokrémom. Dochutíme soľou. Podávame so žeruchou, prípadne inými bylinkami alebo zeleninou.