

ŠTUDIJSKI KROŽEK:
Poletne kulinarčne osvežitve



»RECEPTURE LETOŠNJEGA POLETJA«



Postojna, 17. september 2013

Študijski krožek z naslovom »**Poletne kulinarčne osvežitve**«
smo oblikovale ženske, ki nas je skupno druženje in priprava
novih specialitet navduševalo to poletje...

S svojimi recepturami in poizkušanjem delčka naših
kulinarčnih ustvarjanj želimo navdahniti tudi vas;
zato smo pripravile dogodek za javnost:

»**RECEPTURE LETOŠNJEGA POLETJA**«,
17. septembra 2013; med 09.00 in 12.00 uro na
»postojnskem sejmišču« (pred PTC Primorka).

Svoje kulinarčne izkušnje z vami delimo:

Jerneja Sojer Smerdu, Anja Kocman, Anja Šajn,
Majda Spači, Monika Kocman, Danaja Grešak in
Damjana Benec.

Foto: Jerneja Sojer Smerdu in Anja Kocman

V zgibanki je le del receptov, ki smo jih pripravile znotraj
našega krožka.

Postojna, julij – september 2013

NAMAZI

1. Namaz iz jajčevcev / malancan:

Za: 6-8 oseb
Priprava: 45 min

Sestavine:

- 1 velik jajčevec (približno 400 dag)
- sol in poper
- 5 jedilnih žlic olivnega olja
- 1/2 drobno nasekljane čebule (srednje velike)
- 1 velik stisnjen strok česna
- 2 jedilni žlički drobno nasekljanega svežega peteršilja
- rdeča sladka mleta paprika za okrasitev

Postopek po naših izkušnjah:

Jajčevce smo narezale na debele rezine in vsako rezino posebej posule s soljo na obeh straneh (ščepci soli). Rezine jajčevca smo pol ure pustile na krožniku (bolj globokem), da se je iz njih izcedila grenka snov. Nato smo jih splaknile pod tekočo mrzlo vodo in dobro osušile s krpo. V večjo ponev smo dodale 4 jedilne žlice (večje) olja, ki smo jih segrele na zmernem ognju. Dodale smo rezine jajčevcev in jih popekle z obeh strani. Pekle smo jih toliko časa, da so postale rezine mehkejše in nekoliko porjavele. Odstranile smo jih iz ponve, kjer smo jih pekle in jih dale na krožnik, da so rezine izločile olje.

V posodi (ponvi), kjer smo pekle rezine smo prepražile čebulo in česen na eni žlici jedilnega olja (približno 3 minute – le toliko, da je čebula posteklenela). Prepraženo čebulo in česen smo umaknile iz štedilnika (hladitev).

Rezine in prepraženo čebulo in česen smo pripravile v pire s paličnim mešalnikom. Temu pireju smo dodale nasekljan peteršilj, malo soli in popra. Na koncu smo namaz okrasile in nanj potresle še malo rdeče mlete paprike.

Priporočamo:

Namaz na krekerjih, prepečencih ali opečenih kruhkih.

2. Domači ajvar:

Za: 12 srednje velikih kozarčkov

Priprava: 3 h

Sestavine:

- 6 kg rdeče paprike
- 2 kg malancanov / jajčevcev (olupljenih)
- 6 čebul
- 1 dcl kisa za vlaganje
- sol
- sladkor
- 8 dcl navadenga olja
- po željah in okusu: poper, čili

Postopek po naših izkušnjah:

Oprale smo vso zelenjavo, jajčevcem odstranile olupke in nato na koščke zrezale vse paprike in jajčevce. Na koščke smo zrezale tudi čebulo.

Vso zelenjavo smo postavile v veliko posodo, dodale 1 dcl kisa (ne več) in 2 litra vode. Vse skupaj smo zavrele in kuhale še 10 minut. Vso zelenjavo smo nato odcedile in zmiksale v multipraktiku. Zmiksano zelenjavo smo po delih pražile: npr. 1 dcl olja in malo zelenjave in tako postopek nadaljevale z dodajanjem olja in zelenjave. Vse skupaj smo pražile 2 uri.

Dodale smo tudi sol in malo sladkorja (2 veliki žlici) ter poper in čili. Vroč ajvar smo dale v pripravljene kozarčke (morajo biti čisti in suhi) in jih močno zaprle.

Priporočamo:

Za vse, ki obožujejo pekočo hrano priporočamo večjo količino popra in čilija.

Moje opombe:



SLADOLEDI

1. Pinjолоv sladoled

Za: 6-8 oseb

Priprava: 20 min + zamrzovanje

Sestavine:

- 100 g pinjol
- 30 g vanilnega sladkorja (3 paketki)
- 1,5 dcl sladke smetane za stepanje
- 2 dcl mleka

Postopek po naših izkušnjah:

V multipraktiku smo zmiksali skupaj pinjole, vanilin sladkor in mleko.

Z mešalnikom pa smo stepeli smetano. Stepeno smetano in zmiksano maso iz multipraktika smo skupaj dobro premešale v posodi. Sladoledno maso smo dale v posodo, ki se zapira in maso postavile v zamrzovalno skrinjo. Čez pol ure smo z leseno žlico maso premešale. Mešanje smo ponovile še po

eni uri in nato pustile sladoled v zamrzovalni skrinji še 24 ur.

Sladoled se lahko pripravi tudi s strojčkom za pripravo sladoleda. Potrebno je upoštevati navodila strojčka. Navadno se maso vlije v strojček in približno pol ure strojno meša.

Ta sladoled se lahko takoj zaužije, brez predhodnega dodatnega zamrzovanja.

Priporočamo:

Serviranje v majhnih lončkih s čokoladnim prelivom.

PARADIŽNIKOVE MEZGE

Za: 15 srednje velikih kozarčkov

Priprava: 1 h 15 min

Sestavine:

- 10 kg paradižnikov (ali 10 kg pelatov)
- olivno olje
- poper in sol po želji

Postopek po naših izkušnjah:

Paradižnike smo oprale pod hladno vodo in jih zrezale na kose (en paradižnik na približno 6 kosov). V velik lonec smo dodale olivno olje (toliko da dno prekrijemo z oljem) in v lonec stresle razrezane paradižnike.

Na zmernem ognju smo kuhale paradižnike. Paradižniki zelo hitro spustijo tekočino, zato ni potrebe po prilivanju. Na vsake toliko časa smo paradižnike pomešale. Kuhale smo jih približno pol ure. Nato pa smo jim pomagale (da so do konca razpadli) s paličnim mešalnikom. Dodale smo malo soli in popra. Še vročo mezgo smo shranile v čiste in suhe kozarčke.

Priporočamo:

Pripravo mezgo z dodanim korenjem (150 g) in/ali čebulo (2-3).

DOBER TEK ☺

vam želimo udeleženke ŠK:
»Poletne kulinarične osvežitve«



ZAVOD
znanje
POSTOJNA, *javni zavod*



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT