

# ZELENINOVÁ KUCHARKA 2. B

Připravili jsme pro vás minikuchařku z nejoblíbenějších zeleninových jídel třídy 2.B ZŠ Křtiny.  
Dobrou chuť!

## CELEROVÁ POLÉVKA (Pepík)

celer  
máslo  
sůl  
bobkový list  
pepř  
smetana



Celý celer oloupeme a nakrájíme na plátky. Ze dvou plátků nakrájíme hranolky, osmažíme je na másle a dáme bokem. Ostatní celer uvaříme ve vodě se solí a bobkovým listem. Přidáme smetanu, rozmixujeme a dochutíme pepřem a solí. Na talíři ozdobíme hranolkami.

## MRKVOVÁ POLÉVKA (Vojta)

8 – 10 mrkví  
máslo  
sůl  
smetana  
hladká mouka



Mrkev oškrábeme a nahrubo nastrouháme. Osmažíme ji na másle do měkka, zalijeme vodou a podusíme. Mezitím z másla a mouky uděláme zasmažku. Mrkev osolíme, přidáme smetanu a zasmažku a povaříme.

## DÝŇOVÁ POLÉVKA (Barča)

dýně  
máslo  
sůl  
pepř  
muškátový oříšek  
vývar  
smetana  
bylinky  
krutony



Dýni nakrájíme na kostky, které opečeme na másle. Osolíme, lehce opepříme a přidáme nastrouhaný muškátový oříšek. Zalijeme vývarem a vaříme do měkka. Rozmixujeme a přidáme smetanu a bylinky. Podáváme s krutony.

## LEČO (Jitka a Monča)

rajčata  
papriky  
cibule  
vejce  
sůl  
pepř  
tuk na smažení



Rajčata, papriky a cibuli nakrájíme. Cibuli osmažíme na pánvičce, pak přidáme papriky a rajčata a nakonec našlehané vejce. Vše promícháme a dochutíme.

K tomu jako přílohu podáváme chléb nebo vařené brambory.

## ZELENINOVÉ RIZOTO (Šárka)

1 cibule  
2 stroužky česneku  
1 mrkev  
kousek petržele  
kousek celeru  
půl cukety  
hrst hrášku  
hrst kukuřice  
tuk na smažení  
sůl  
oblíbené koření  
tvrdý sýr



Všechnu zeleninu pokrájíme na kostičky, osmahneme na pánvičce, osolíme a okořeníme. Rýži uvaříme do měkka. Tvrdý sýr nastrouháme. A nakonec smícháme všechno dohromady.

## TUŇÁKOVÝ TĚSTOVINOVÝ SALÁT (Péťa)

1 cibule  
1 paprika  
1 konzerva tuňáka v oleji  
100 g sýru eidam  
200 g krátkých těstovin  
sůl  
pepř  
citronová šťáva



Těstoviny uvaříme, zeleninu a sýr nakrájíme na kostičky a všechny suroviny smícháme.

## ŠOPSKÝ SALÁT (Honza a Mirek)

rajče  
paprika  
okurek  
balkánský sýr  
olivový olej



Zeleninu a balkánský sýr nakrájíme na kousky, zakápneme olivovým olejem a promícháme.

## SALÁT Z ČÍNSKÉHO ZELÍ (Vašík)

půlka čínského zelí  
zálivka: 3 lžíce octa  
3 lžíce oleje  
lžička soli  
2 lžíce cukru  
půl hrnku vody



Zelí nakrájíme najemno, vše na zálivku smícháme, nalijeme na zelí a promícháme.

## OKURKOVÝ SALÁT (Adam)

okurek  
sůl  
cukr  
pepř  
citron



Okurek nastroháme, přidáme ostatní přísady a promícháme.

## PEČENÉ PAPRIKY (Iva)

papriky kapie  
olivový olej  
vinný ocet  
sůl  
česnek



Pečení:

Papriky ze všech stran nasucho opečeme na litinovém kolečku nebo ogrilujeme, až je paprika spálená úplně dočerna. Pak je dáme do nějaké nádoby a zakryjeme (nebo do igelitky) a necháme zapařit, dokud papriky nevychladnou. Pak je oloupeme, opláchneme a můžeme servírovat.

Pokud papriky chceme zmrazit, je lepší po oloupaní odstranit taky stopku a jadýrka.

Servírování:

Papriky naskládáme na hluboký talíř (2 kusy na osobu) a zalijeme směsí olivového oleje, vinného octa, soli a utřeného česneku. (Na osm paprik je té směsi potřeba tak asi čtvrt až půl deci.)