

Jesenné recepty plné farieb a chutí

Tekvica, zemiaky či jablká sú typické jesenné plodiny, ktoré si môžeme vypestovať v záhradách. Ako ich dostať na stôl, aby si pochutila celá rodina? Redakcia KN prináša pár tipov.

Hokkaido polievka

Potrebuje:

tekvicu hokkaido
jednu mrkvu
šľahačkovú smotanu
cesnak
soľ, čierne korenie
olivový olej



Postup:

Tekvicu hokkaido nakrájame na mesiačky, dáme na pekáč alebo plech, polejeme olivovým olejom, osolíme a okoreníme. Môžeme pridať aj niekoľko strúčikov neošúpaného cesnaku. Plech vložíme do rúry vyhriatej na 180 stupňov. Pečieme do zmäknutia tekvice.

Popritom si v hrnci uvaríme mrkvu nakrájanú na kolieska. Z upečenej tekvice olúpeme šupu. Olúpanú tekvicu vložíme do hrnca k mrkve a ponorným mixérom obsah hrnca rozmixujeme na krém. Následne pridáme šľahačkovú smotanu. Necháme chvíľu povariť. Dochutíme soľou.

Spišské džatzky

Potrebuje:

1 kg zemiakov
200 g hladkej múky (alebo pol na pol hladkú a polohrubú)
maslo, slaninku, cibuľku, pažitku

Postup:

Očistené zemiaky nakrájame na kocky. Dáme do hrnca, zalejeme vodou, aby voda bola približne centimeter nad zemiakmi. Krátko predtým ako budú zemiaky uvarené (keď už sú mäkké, ale ešte im chýba pár minút), do nich nasypeme múku. Vodu zo zemiakov necedíme (ak ste tam dali viac vody, tak trochu zlejte a potom nasypete múku).

Zemiaky s múkou prikryjeme a na miernom ohni varíme, kým sa múka zaparí. Približne 10 minút. Zemiaky potom treba poriadne popučiť, ak je to potrebné a masa je príliš riedka, pridáme ešte múku. Je veľmi ťažké povedať presnú dávku múky. Potrebujeme získať hustú hladkú masu, z ktorej sa budú dobre formovať



gulky vo veľkosti orecha, nie príliš lepivú, nie príliš suchú.

Ruky si môžeme trochu omastiť, aby sa cesto na ne nelepilo, vezmeme si trochu cesta a tvarujeme gulky, ktoré dávame do misky. Polejeme

ich maslom alebo masťou z opraženej slaninky, ktorou džatzky posypeme. Prípadne si opražíme so slaninkou aj trochu cibuľky. Na dozdobenie a chuť sa môže pridať pažitka a výborne sa hodí aj pohár mlieka.



Kým nám zemiaky so zaparenou múkou trochu vychladnú (*snímka hore*), môžeme si zatiaľ na panvici opieť cibuľu na slanine (*snímka dole*).

Snímky: Erika Litváková, www.istockphoto.com

Jablkovo-škoricový zákusok

Potrebuje:

2 hrnčeky polohrubej múky
4 vajcia
1 hrnček kryštálového cukru
¾ hrnčeka oleja
1 čajovú lyžičku škoricu
1 čajovú lyžičku sódy bikarbóny
6 stredne veľkých jabĺk
½ hrnčeka sekaných orechov
½ hrnčeka posekanej horkej čokolády

Postup:

Ošúpané jablká nakrájame na malé kocky. Vymiešame celé vajcia s cukrom a postupne pridáme múku, olej, škoricu, sódu bikarbónu, orechy, čokoládu. Nakoniec do masy vysypeme nakrájané jabĺčka a všetko spolu zamiešame.

Plech vymastíme, posypeme múkou a pečieme pri teplote 180 stupňov 30 minút.

