

Recepty z Dýňobraní (sobota 10. 10. 2015)

Cuketová sekaná

½ kg cukety, 5 vajíček, hrnek hladké mouky, ½ slabé sklenky oleje, česnek, nastrouhat – sýr, salám, koření, ½ prdopeč

Péct v srnčím hřbetu můžeme i na plechu 1 hod. 160 stupňů.

Cuketová pomazánka

Cuketa, 100g tavený sýr / 3ks/, olej, 2stroužky česneku, sůl, pepř

Cuketu nastrouhat nahrubo-restovat 10min., přidat česnek, sýry a mícháme tak dlouho, až se hmota spojí.

Hokkaidó pomazánka I

Dýni nakrájet – 15 min. povařit ve slupce, rozmixovat, přidat pomazánkové máslo, hořčici, sůl, pepř, cibuli okurku /zavařenou/

Pomazánka z dýně Hokkaidó II

kousek dýně, zakysaná smetana, česnek, sůl, bílý pepř, worcestrová omáčka, trošku slunečnicového oleje, pažitka, petrželka nebo cibulová nať

Postup:

Dýni zbavenou semen chvilku povaříme v trošce vody, scedíme a necháme vychladnout, pak ji rozmačkáme. Dle chuti přidáme ostatní přísady.

Cuketový moučník

300g pol.mouky, 6 vajec, 200g tuku např.hery, 2 balíčky vanilkového cukru, 8 lžic kokosu nebo ořechů(mleté nebo sekané), 2 lžičky prášku do pečiva,200g nastrouhané cukety (oloupané a zbavené semen), 2 lžíce kaka a nebo nastrouhané čokolády, podle potřeby trochu mléka

Postup:

Rozehrátý tuk, žloutky a cukr našleháme doběla. Postupně přidáváme cuketu, kokos nebo ořechy, kakao nebo čokoládu a mouku smíchanou s práškem do pečiva. Pokud je těsto husté, přidáme trochu mléka. Nakonec vmícháme ušlehaný sníh z bílků.

Na plech dáme pečící papír nebo ho vymastíme a vysypeme moukou.

Pečeme při teplotě 180°C a na konci pečení teplotu snížíme.

Moučník můžeme pocukrovat nebo polít čokoládovou polevou.

Dýňové muffiny

- 40 dkg polohrubé mouky, 25 dkg krupicového cukru, 2 dcl oleje, 2 vejce, 2 lžičky sody, 1 sklenice dýňového kompotu i s tekutinou (0,7l)

Postup: vejce a cukr rozmícháme v míse a přidáme ostatní suroviny, nakonec kompot, nalijeme do forem na muffiny nebo na pečící papír na plech a pečeme při 180 stupních dozlatova

Cuketové rumové řezy (místo cukety je možno použít stejné množství jablek)

- 3 hrnky jemně nastrouhané cukety, 3 hrnky polohrubé mouky, 2 hrnky cukru krupice, 1 hrnek oleje, 3 vejce, 3 lžice kakaa, 1 lžice sody, prášek do pečiva, 2 lžice rumu

Postup: vejce s cukrem umícháme a přidáme další suroviny, pečeme na vymazaném a vysypaném plechu při 190 stupních, upečené a vychladlé polejeme rumovou polevou

Rumová poleva: 10 dkg másla, 10 dkg mletého cukru, 2 lžice kakaa, 4 lžice rumu, vše zahřejeme v kastrolku

Cuketové řezy s kokosem

- 30 dkg polohrubé mouky, 25 dkg jemně nastrouhané cukety, 15 dkg mletého cukru, 0,5 dcl oleje, prášek do pečiva, 3 vejce, vanilkový cukr

Postup: vejce s cukrem ušleháme a přidáme ostatní suroviny, pečeme při 180 stupních dozlatova, vychladlé pomazeme marmeládou a posypeme kokosem

Cuketový koláč s ovocem

- 35 dkg jemně nastrouhané cukety, 35 dkg polohrubé mouky, 15 dkg krupicového cukru, 2 vejce, 2 lžice oleje, prášek do pečiva

Postup: vše zamícháme a dáme na vymazaný a vysypaný plech, poklademe ovocem a posypeme posypkou. Pečeme ve středně vyhřáté troubě.

Dýňová bábovka

40 dkg nastrouhané dýně (cukety, jablek apod.), 1,5dcl oleje, 35dkg pol.mouky, 20 dkg. Cukru krupice, 2 celá vejce, 1 pr.do peč., 1 lžička jedlé sody, 1 lžička ml. Skořice, 2 lžice kakaa.

Vše dohromady smícháme a pečeme ve formě asi 45min až 1 hod. – Moóooc dobrá 😊

Cuketák na slano:

- 1 větší cuketa, 15 dkg tvrdého sýra, 10 dkg šunkového salámu (slanina, uzené,...), 3 vejce, 2-3 stroužky česneku, majoránka, trochu soli, asi 80 dkg ovesných nebo jáhlových vloček

Postup: cuketu nejmenno nastrouháme, sýr nahrubo, přidáme další přísady a dáme na pečicí papír na plech a pečeme asi 60 minut na 180 stupňů

Cuketák na slano s řepou:

Stejný postup jako předešlý recept, jen přidáme jednu malou vařenou červenou řepu.

Zelenina Uncle Bens (výborné pod maso, na těstoviny, k rýži)

- 0,5 kg zelených paprik, 0,5 červených paprik, 0,5 kg cibule, 90 dkg sladkého kečupu, 1 lžička soli, 2 lžičky cukru, 1 kg cukety, 2 dcl oleje, 6 lžic worchestrové omáčky, 6 lžic sójové omáčky, můžeme přidat trochu mrkve a hrášku

Postup: vše nakrájíme na kostičky a vaříme 30 minut, poté dáme do sklenic a 20 minut sterilizujeme na 85 stupňů

Zapečená cuketa

2 větší cibule, 100 ml oleje, 500 g cukety, 100 g hl. mouky, špetka soli, pepře a oregana, 3 rajčata nebo papriky, 4 stroužky česneku, 100 g eidamu nebo balkánu

Postup:

Cibuli nakrájíme na kolečka a osmažíme dozlatova. Cuketu nakrájíme na plátky, obalíme v hl.mouce, okořeníme a orestujeme ve zbylém oleji.

Do vymazané zapékačkové mísy dáme cuketu, na ni cibuli, pár koleček rajčat a pokrájený česnek. Posypeme sýrem. Přidáme opět cuketu, cibuli a rajčata a sýr. Pečeme 20 minut na 180 stupňů.

Čalamáda z cukety a paprik

2 kg cuket, 1 kg paprik, ½ kg cibule

nálev: ¼ kg cukru, ¼ l octu, ½ bal. Deku

Nakrájíme, smícháme s vychladlým nálevem, necháme chvíli odležet a plníme do sklenic. Sterilujeme 25 minut na 185 stupňů.

Špagety z dýně

1 špagetová dýně, sůl, 1 chilli paprička, pokrájená nadrobno nebo 1 lžička chilli vloček, 2 stroužky česneku, nasekané na plátky, 2 lžíce olivového oleje

Postup:

Troubu předehřejeme na 180 °C. Špagetovou dýni rozřízneme podélně napůl, osolíme, posypeme nakrájenou chilli papričkou nebo chilli vločkami a plátky česneku, zakápneme olivovým olejem a vložíme do vyhřáté trouby zhruba na 1 hodinu. Dužina změkne a vytvoří aglio olio v dýni, ve které je můžeme rovnou podávat.

Dýňové cukroví (50ks)

dýně Hokkaidó, mouka pšeničná, slad obilný

2 hr dyn.pyre, 1 hr oleje, 1 hr sladu, 2 vejce, 4 hrnky cz mouky (1/2 hr mouky je možné nahradit pšen. klíčky), 3 vrch lžičky PRDOPEC bez fosfatu, 1 lžíce skořice, 1 lžička zázvoru, 1/2 lžička mušk. oříšku, špetka soli.

Smícháme vlhké, pak suché a pak vše dohromady. Můžeme přidat semínka/suš. ovoce. Polévk. lžící dávat na plech s pečicím papírem (cca 16 kousku na plech) a pečeme při 180 stupních 12 min.

Dýňové pyré: Dělam ho z dýně Hokkaidó tak, ze menší dýni omyji, vyndám vnitřek a rozkrájím na čtvrtiny. Pak dám na cca 20-25 minut (až bude krásně měkká) při 200 stupních do trouby. Vyndáme a až vychladne, rozmixujeme (hokkaido můžeme i se slupkou, ostatní druhy s tužší slupkou raději sloupneme). Pokud je mixování opravdu, ale opravdu těžké, můžeme dát lžici vody - ale s tím opatrně!

Dýňová polévka

Asi 1 kg dýně (jedno jaké), 3 lžíce másla nebo rostl. tuku, 1 jemně pokrájená cibule, 1 stroužek česneku – rozetřený, 9dl zeleninového vývaru (příp. masoxu), 1/2 ml. Zázvoru, 1 lžíce citrónové šťávy, 3-4 proužky pom. kůry (ale nemusí být), 1-2 bob.listy, 3dcl mléka, sůl, pepř

Na másle osmažíme cibulku a česnek, přidáme nakrájenou oloupanou dýni bez semínek a podlijeme vývarem, přidáme další koření a dusíme do měkka asi 20min. Po udušení vyjmeme kůru, bob.list. Vychladlou rozmixujeme, přidáme mléko a znovu zahřejeme. Podáváme ozdobené zak. smetanou, nebo jogurtem s bazalkou či pažitkou.

Zahřívající červená polévka s křenem

dýně Hokkaidó, cibule, mrkev, petržel kořenová/pastinák, řepa červená, jablka, umeocet, citron, kys.smetana

Na (řepk.) oleji orest. cibuli, nakráj. mrkev, dýni, koř. petržel, červ. řepu a loup. jablko, příp. maličký kousek zázvoru (vše v libov. množství/poměru). Chvíli restujeme, osolíme, zalij. horkou vodou tak, aby byla zelenina ponořená a přilij. trochu umeoeta. Vaříme asi 15min., pak rozmixujeme, přid. najemno nastrouh. křen a ochutíme citr. šťávou. Polévku podáváme se zel. petrželkou a můžeme přidat kysanou smetanu.

Dýňová polévka se zázvorem a sezamem

cibule, mrkev, dýně Hokkaidó, česnek, zázvor, citron

Na 5 porcí: 4 cibule (300g kostek), hrst mrkve (200g koleček), kus dýně (500g kousků), 3 stroužky česneku, zázvor, sůl, pepř, špetka pálivé papriky, citrónová šťáva, olej. Osmažíme cibuli, mrkev, dýni a česnek, přidáme koření a podlijeme vodou do potopení zeleniny. Vaříme do změknutí. Rozmixujeme, nalijeme dle chuti citrón a zázvorovou šťávu, doléváme vodu a dochucujeme. Sypeme sezamem.

Dýňový trhanec

Asi 1 kg oloupané dýně (cukety, brambor), 3 celá vejce, polhr. Mouku, 1 dcl oleje, trochu mléka, majoránku, sůl, pepř, kmín.

Připravit jako bramboráky a smažit na pánvi – výborné!!!!

Cuketový koláč na slano

Těsto : 120 g tvarohu, 220 g hladké mouky, ½ pr. do peč., 5 lžic oleje, trochu mléka.

Náplň : nastrouhaná malá cuketa, nebo dýně (nebo povařená brokolice), 20 dkg. měkkého salámu, 10 dkg. tvrdého sýru, 3 vejce, sůl, pepř, oregano, pórek,

Dát do silikonové kulaté formy, pokud máte jinou, tak vymazat.

Před upečením polít smetanou (sladkou nebo zakysanou) a posypat strouhaným sýrem. Skvělé ☺

Dýňový džus

3kg dýně, 2 ½ l vody, 1,20 kg cukru, 1 lžíce kyseliny citronové

Nechat 24 hodin namočené

Po 24 hodinách přidat 2 citrony i s kůrou, uvařit do měkka a vychladlé rozmixovat.

10 l vody převařit, nechat vychladnout a přimíchat jeden citronový sirup (dříve např. Ovocit), šťávu z 3 citronů (přecedit přes cedník) a rozmixovanou směs.

Sirup z máty a meduňky

2 l vody, hrst máty a hrst meduňky, 2 kg cukru (i méně), trošku kyseliny citrónové a sorbové

Namočit byliny do vody tak, aby byly celé ponořené, nechat 24 hodin vyluhovat. Pak přecedit přes plátno, dát vařit s cukrem. Na závěr přidat obě kyseliny. (množství bylin je individuální, lze experimentovat).

Recepty:

Ladislava Bijová

Hana Stříteská

Marcela Strnadlová

Martina Schybolová

Hana Tomášková

Milena Chvatíková

Jarmila Pitrunová