

ŘEMESLNĀ

KUCHARĀKA



TÉMA ŠKOLNÍHO ROKU 2020/2021

„Ten dělá to a ten zas tohle“

Co dělají rodiče v práci? Jaké jsou jejich profese? Bez koho se neobejdeme? Jak se pracovalo dříve a jak dnes? A čím bychom mohli být my?

To byly otázky, které nás provázely tímto školním rokem. Společně s dětmi jsme pátrali po tom, co dělají dospělí. Cílem tématu tohoto školního roku bylo poznat různé druhy profesí a jejich význam, získat kladný vztah k práci a také vyzkoušet si různá řemesla a pracovní činnosti nebo navštívit zajímavá místa.

Kuchařka, kterou držíte v ruce, vznikla ve spolupráci s rodiči a dětmi na jaře roku 2021. Děkujeme všem, kteří se do její přípravy zapojili a přejeme zábavu u vaření a potom hlavně

DOBRO U
CHU ť

Lasagne doktorky Terky

Oblíbené jídlo Amálky z Medvěďů

Potřebujeme:

1x balíček lasagní

Na masovou směs: 500 g mletého masa, 1x cibule, 2 stroužky česneku, kečup, zelenina – jakou máme rádi (mrkev, celer, rajčata, sušená rajčata, řapíkatý celer, cuketa, brokolice, špenát atd.), sůl, pepř, oregano

Na sýrovou směs: 200 g sýr cihla nastrouhaný nahrubo, 200 ml mléka, 1x zakysaná smetana, 1 x bílý jogurt – vše smíchat

Postup přípravy receptu:

Do vymazaného pekáčku vrstvíme masovou směs, lasagne, sýrovou směs, lasagne, masovou směs, lasagne atd. Končíme sýrovou směsí. Pečeme cca 45 minut na 200 °C.



Uhlířina

Recept paní ředitelky Jany

Potřebujeme:

škvarky (nejlépe domácí), sádlo, cibuli, vařené brambory

Na krupicové noky: hrubou mouku, sůl, vajíčko, trochu vody

Postup přípravy receptu:

Uvaříme oloupané a osolené na kostky nakrájené brambory. Krupicové noky připravíme z hrubé mouky, vajíčka, trochu soli a vody. Vytvoříme polotuhé těsto, které po lžících dáváme do vařící vody – cca 8 minut vaříme (uvařené noky samy vyplují na hladinu), scedíme. Mezitím na troše sádla lehce rozpustíme škvarky a přidáme nakrájenou cibulku, za stálého míchání společně dozlatova osmahneme, přidáme uvařené brambory a uvařené krupicové noky. Vše smícháme, můžeme dochutit solí, pepřem.



Námořnický guláš

Recept paní učitelky Pavly

Potřebujeme:

60 dkg hovězího masa, 2 lžíce sádla, 3 dkg slaniny, 1 menší cibule, 3 dkg mrkve, 3 dkg petržele, 3 dkg celeru, sůl, 1–2 lžíce octa, 1/2 bobkového listu, tymián, 4 kuličky nového koření, 4 kuličky pepře, šťáva z 1/2 citrónu, 1 lžička cukru, 1 lžička hladké mouky, 2 dcl přírodního červeného vína, 1 lžíce kečupu, vývar z kostí, 1 lžička hořčice



Postup přípravy receptu:

Na sádle promíchaném s rozškvařenou slaninou rychle opečeme na kostky nakrájené maso a odsuneme stranou. Do tuku dáme na plátky nakrájenou cibuli, mrkev, petržel a celer. Osmažíme, přidáme sůl, ocet, bobkový list, tymián, nové koření, pepř, citrónovou šťávu, cukr, promícháme a za občasného podlévání vodou dusíme při častém míchání tak dlouho, až je maso poloměkké. Potom šťávu vysmahneme do tuku, zaprášíme moukou, osmahneme, přidáme víno, kečup a trochu vývaru a zvolna dusíme, až je maso měkké. Měkké maso vyjmeme z omáčky a vložíme do jiného kastrolu. Do omáčky přidáme hořčici, podle potřeby dochutíme, převaříme a přecedíme přes jemný cedník na dušené maso. Podáváme s houskovým knedlíkem.

Čočkové placičky podle optičky

Podle dětí – vymyslely děti při odpoledních vzdělávacích aktivitách

Potřebujeme:

400 g uvařené čočky, 1 vejce, 2 lžíce škrobu, 3 lžíce polohrubé mouky, 3 stroužky česneku, 1 lžička majoránky, tymián, sůl, pepř

Postup přípravy receptu:

Uvařenou čočku rozmixujeme a přidáme ostatní ingredience. Namočenou rukou tvoříme placičky, obalíme v mouce a smažíme. Podáváme s bramborovou kaší.



Rybářův utopenec

Recept paní učitelky Katky

Potřebujeme:

2 kg špekáčků, 800 g cibule, 0,75 l vody, 0,5 l octa, špetka soli, 2 lžice cukru, 16 kuliček nového koření, 16 kuliček pepře, 8 feferonek

Postup přípravy receptu:

Cibuli a špekáčky dle zvyklostí rozkrájíme a vložíme střídavě do větší sklenice. Vodu s octem, cukrem, feferonkami a kořením povaříme cca 10 minut, necháme vychladnout a zalijeme špekáčky s cibulí. Necháme odležet cca týden (nejlépe někde v chladnu).



Švadlenčin chlebíček

Recept paní učitelky Dorky

Potřebujeme:

50 dkg polohrubé mouky, 30 dkg cukru, 2 vejce, 1 prášek do pečiva, 1 sklenice mléka, 1 sklenice oleje, nasekané mandle, kandované ovoce, rozinky, kokos, hořká čokoláda



Postup přípravy receptu:

Nejprve smícháme sypké suroviny, do kterých přidáme i ty tekuté. Vytvoříme těsto a nalijeme jej do vymazané vyšší formy (hřbet). Pečeme na 170 °C cca 45 minut. Po upečení chlebíček polijeme hořkou čokoládou a zasypeme kokosem, mandlemi nebo ovocem, dle chuti každého.

Kuřecí placičky paní právníčky

Recept od paní učitelky Kristýnky

Potřebujeme:

½ kg masa (nakrájet na nudličky), 1 velká cibule (nejemno nakrájet), 3 vejce, 3 lžíce oleje, 3 lžíce solamylu, 1 lžička moučkového cukru, 1 lžička soli, 1 lžička kari, 1 lžička sladké papriky, 1 lžička pálivé papriky



Postup přípravy receptu:

Maso nakrájíme na nudličky, cibuli nakrájíme jemno, vše smícháme a necháme odležet, nejlépe přes noc. Smažíme jako menší placičky. Podáváme s upečenými americkými bramborami, čerstvou zeleninou a k tomu si můžeme udělat třeba nějaký dobrý dip.

Zapečené kovářské kotlety

Recept od Amálky Bretšnajdrové z kočiček

Potřebujeme:

vepřové kotlety, 1 menší cibule
brambory, 200 ml smetany (31 %),
sůl, pepř, mletá červená paprika,
máslo

Postup přípravy receptu:



Maso nakrájíme na plátky, osolíme, opepříme, lehce posypeme červenou paprikou. Cibuli a brambory nakrájíme na kolečka. Zapékací misku vymažeme máslem. Začneme vrstvou brambor, které osolíme, na ně dáme plátky masa a trochu cibule (dle chuti), opět dáme vrstvu brambor, které osolíme, a nakonec lehce posypeme červenou paprikou. Můžeme dát několik vrstev brambor a masa. Vždy končíme brambory. Nakonec vše zalijeme smetanou. Přiklopíme pokličkou nebo alobalem a dáme péct na 180–200 °C, cca hodinu, dokud není maso měkké.

Farmářova sekaná

Recept od paní učitelky Káti

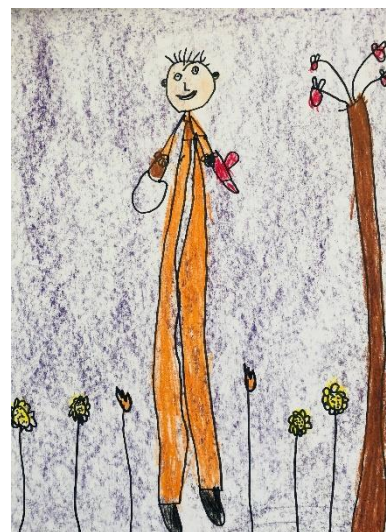
Potřebujeme:

150 g slaniny, 2 cibule najemno nakrájené, 1 kg mletého masa (vepřového, hovězího), 2 rohlíky nakrájené, 100 ml mléka, 5 stroužků česneku – prolisovaných, 3 lžičky čerstvého tymiánu, 2 lžíce majoránky, 3 lžíce plnotučné hořčice.

Na potřetí: 3 lžíce piva, 2 lžíce oleje, 3 lžíce sladké papriky, 2 lžíce dijonské hořčice

Postup přípravy receptu:

Do pánve dáme nadrobno nakrájenou slaninu a necháme ji opražit, až pustí tuk. Pak přidáme cibuli a obojí smažíme, aby cibule zesklivatěla. Dáme přitom pozor, aby cibule ani slanina neměli kůrku, protože by to v sekané nebylo dobré. Poté dáme do misky mleté maso a přidáme nejdříve rohlíky, které jsme předtím namočili do vlažného mléka a pak vymačkali. Maso ručně zamícháme a přidáme všechny ostatní ingredience a koření. Když maso drží pohromadě, vyndáme ho z misky a zpracujeme na vále. Dejte si na tom dost záležet, protože právě v téhle chvíli záleží na tom, aby sekaná v troubě nepraskla. Než ji dáme do pekáče, klidně s ní párkrát bouchneme o vál, abychom z těsta vyhnali vzduch. Těsto vytvarujeme do šišky a pěkně uhladíme rukou namočenou ve studené vodě. Než dáme sekanou do trouby, potřeme ji směsí, kterou jsme si připravili předem. Sekanou potřeme během pečení několikrát a pečeme ji odkrytou na 180 °C cca 1 – 1,5 hod. Pekáč si můžeme vyložit pečicím papírem, snáze se pak myje.



Řezníkův bifteček

Recept paní učitelky Pavly

Potřebujeme:

500 g mletého hovězího masa, 1 cibule, 1 vejce, 4 lžíce strouhanky, 4 plátky slaniny, sůl, pepř, mletá paprika

Postup přípravy receptu:

Mleté maso smícháme se všemi ingrediencemi. Vytvoříme bifteček, který zabalíme do plátku slaniny a spícháme párátkem. Opékáme velmi zvolna na másle. Podáváme s opečenými bramborami.



Bochník mlynáře Máchala

Recept od Amálky Bretšnajdrové z Kočiček

Potřebujeme:

Rozkvas: 40 g žitného kvasu, 200 g vody, 100 g žitné chlebové mouky, 100 g pšeničné mouky celozrnné jemné.

Dále potřebujeme: 300 g šlehaného podmáslí, 400 g pšeničné chlebové mouky, 60 g celozrnných ovesných vloček, 60 g syrových a jemně strouhaných brambor, 10–15 g pšeničných otrub, 2 lžičky drceného kmínu, 2 - 2,5 rovné lžičky soli



Postup přípravy receptu: Suroviny na rozkvas spolu dobře promísíme a zakryté necháme v teple místnosti 10–12 hodin kvasit. K hotovému rozkvasu přidáme zbytek surovin a vymísíme volné těsto, které vyškrábeme do lehce naolejované misky. V misce hned těsto naolejovanou nebo ve vodě namočenou rukou popřekládáme, balíček těsta otočíme vzhůru nohama a necháme odpočinout 30 minut. Podruhé popřekládáme, složený balíček opět otočíme vzhůru nohama a necháme kynout dalších 30 minut. Pak těsto vyškrábneme na pomoučený stůl, přeložíme naposledy a po krátkém odpočinku zformujeme do bochníku. Bochník uložíme na 1–2 hodiny kynout do ošatky na utěrku vysypanou moukou. Včas rozehřejeme troubu i s pečícím kamenem na 230°C. Vykynutý chleba opatrně vykulíme na plech nebo sázecí lopatku s pečícím papírem (folií), postříkáme vodou z rozprašovače a jen na papíru (folii) vložíme do trouby na rozehřátý pečící kámen. Pečeme při 230 °C /15 minut, 210 °C/ 35 minut.

Sadařův jablečný koláč

Recept paní učitelky Pavly

Potřebujeme:

Na těsto: 500 g hladké mouky, sušené droždí, 100 g cukru, 2 vejce, 100 g rostlinného tuku, ¼ l vlažného mléka. Na náplň: 1 kg jablek, kelímek smetany, kelímek zakysané smetany, 1 vanilkový cukr

Postup přípravy receptu: Všechny přísady dobře promícháme v těsto a necháme vykynout. Poté rozválíme a přeneseme na vymaštěný plech. Nastrouhaná jablka rozprostřeme na těsto. Smícháme smetany s cukrem a dáme na jablíčka. Po upečení posypeme skořicí. Pečeme na 175 °C cca 45 min.



Medové kuličky od pana včelaře

Recept paní učitelky Kristýnky

Potřebujeme:

Na těsto: 500 g hladké mouky, 2 vejce, 2 lžičky jedlé sody, 60 g rozpuštěného másla, 4 polévkové lžičky medu, 200 g moučkového cukru

Na krém: 1 karamelové kondenzovaného mléka, 1 máslo

Postup přípravy receptu:

Z těsta uděláme beztvaré placky a upečeme na 180 °C asi 10 minut a necháme zchladnout. Mezitím si uděláme krém z másla (trochu změkklého) a karamelového kondenzovaného mléka. Zchladlé těsto rozdrtíme na jemné drobečky. Doporučuji placky nalámat a rozmixovat v mixéru, usnadní vám to práci. Trochu drobečků si odložíme stranou na obalení kuliček. Teď si v míse smícháme krém a drobky z placek a vypracujeme z nich hmotu, kterou dáme na 2 hodiny odpočinout do lednice. To proto, aby se nám kuličky potom lépe tvarovaly. Po 2 hodinách vyndáme těsto z lednice a už jen tvarujeme kuličky, které obalujeme v drobečkách.



Zdravé ovesné muffiny

Recept od Týnky z Medvídků

Potřebujeme:

300 g bílého jogurtu, 200 g jablek, 200 g jemných ovesných vloček, 70 g pšeničné celozrnné mouky, 2 vejce, 30 g vlašských ořechů, 30 g medu, 30 g třtinového cukru, vanilku, 2 lžičky kypřicího prášku

Postup přípravy receptu:

Smícháme ovesné vločky, mouku, prášek do pečiva. Přidáme nastrouhaná jablka, mleté ořechy, cukr, med, žloutky a jogurt. Z bílků vyšleháme sníh, který opatrně vmícháme do zbytku. Vznikne hustší těsto, kterým plníme formičky. Pečeme přibližně 30 minut na 180 °C.

Tip: Do muffinů dejte před pečením kousek čokolády.



Noky malých kuchařek

Oblíbené jídlo Natálky a Nikolky
Tvarůžkových

Potřebujeme:

Kuřecí maso, olivový olej, česnek, špenát, smetanu, sůl, pepř, parmazán

Postup přípravy receptu:

Kuřecí maso osmahneme na olivovém oleji, přidáme nasekaný česnek a omytý špenát, podusíme, osolíme, opepříme, zalijeme smetanou. Cca 5 minut povaříme. Smícháme s noky a zasypeme parmazánem.



Zeleninový pastýřský koláč

Oblíbené jídlo Terezky Tvarůžkové

Potřebujeme:

Zeleninová směs na pánev: 200 g zelené francouzské čočky, 30 g kořenové petržele, 1 větší stonek řapíkatého celeru, 100 g mrkve, 1 střední cibule, 1 větší stroužek česneku, 1 lžice másla, 1 lžice olivového oleje, 1 velká lžice rajčatového protlaku, 200 ml červeného suchého vína, 2 bobkové listy, 3 větvičky čerstvého tymiánu (množství podle chuti), kousek čerstvého rozmarýnu (množství podle chuti), 400 g drcených rajčat, 2 hrsti čerstvého baby špenátu, cca 250 ml zeleninového vývaru nebo vody, sůl a čerstvě mletý pepř, javorový sirup na doslazení v případě potřeby.



Na kaši: cca 800 g brambor, 40 g nastrouhaného parmazánu, mléko a máslo podle potřeby, sůl

Postup přípravy receptu: Očistíme zeleninu, nakrájíme na kostičky a přidáme na pánev na rozehráté máslo s olivovým olejem. Orestujeme cibulku, přidáme mrkev, celer a petržel. Po asi 10 minutách přidáme česnek, po minutě protlak. Přidáme bylinky a zalijeme červeným vínem. Víno zredukujeme na třetinu, přidáme rajčata, propláchnutou čočku, sůl, pepř a podlijeme vývarem nebo vodou. Vaříme na středním stupni, dokud čočka nezměkne. Dochutíme. Pánev odstavíme z plotny a vmícháme čerstvý špenát. Směs by měla být poměrně hustá, ale měla by mít na spodku pánve pořád i trochu tekutiny. V mezíchase, kdy se vaří čočka, připravíme kaši. Brambory oloupeme a vaříme v osolené vodě doměkka. Poté slijeme, přidáme máslo, parmazán a rozmixujeme do kaše, dle potřeby přidáme mléko. Troubu předehřejeme na 180 °C. Směs v pánvi uhladíme, na ni rozprostřeme kaši a dáme na 20 minut zapéct do trouby. Kaše by na povrchu měla být lehce zlataví a křupavá. Dobrou chuť.

Buchta Kominík

Recept od paní učitelky Verči

Potřebujeme:

400 g hladké mouky, 350 g cukru moučky, 3 lžíce oleje, 2 vejce, $\frac{1}{4}$ l vlažného mléka, 2 lžíce švestkových povidel, 2 lžíce kakaa, 1 $\frac{1}{2}$ lžičky jedlé sody, 1 $\frac{1}{2}$ lžičky skořice, marmeláda na potřetí, tuk na vymazání, hrubá mouka na vysypání, nízkotučná šlehaná smetana na zdobení

Postup přípravy receptu:

V míse smícháme hladkou mouku, cukr, kakao, jedlou sodu a skořici. Do sypké směsi zamícháme vejce, olej, vlažné mléko, povidla a vymícháme hladké těsto. Připravené těsto nalijeme na vymazaný a vysypaný plech. Pečeme ve středně vyhřáté troubě 25-30 minut.

Vychladlý moučník rozřízneme a namažeme marmeládou, spojíme a nakrájíme na kostky. Před podáváním zdobíme šlehanou smetanou.



Farmářské brambory

Recept od paní učitelky Radky

Potřebujeme:

1 kg brambor, 1 větší cibuli, 150 g slaniny, 3 stroužky česneku, zelenina dle chutí a oblíbenosti (mrkev, cuketa, paprika, rajče), sůl, pepř a drcený kmín, olej

Postup přípravy receptu:

Brambory uvaříme ve slupce a nakrájíme na měsíčky. Na oleji osmahneme cibuli a česnek nakrájené na hrubo, přidáme slaninu na kostičky, zeleninu dle chuti a když změkne, přidáme brambory. Vše prohřejeme, dochutíme solí, pepřem a kmínem a podáváme.



Farářské kotlety od babičky Danky

Recept z rodiny Pavlíka z Kočiček

Potřebujeme:

vepřové kotlety / vegetariánská náhražka masa (ozkoušeli jsme s Goody Foody a moc nám chutnalo), plnotučná hořčice, cibule nakrájená na kostičky, strouhaný tvrdý sýr, sůl a pepř

Postup přípravy receptu:

Naklepané maso osolíme a opepříme z obou stran a klademe na dno pekáčku, pekáček není třeba vymazávat. Maso pomažeme hořčicí, následně klademe cibuli, a nakonec posypeme sýrem. Po stranách nalijeme pár lžic vody. Pečeme v troubě předehřáté na 200 °C, z počátku je dobré přiklopit. Dobrou chuť a dobré trávení:)



Kovářské kotlety od babičky Evičky

Recept z rodiny Pavlíka z Kočiček

Potřebujeme:

vepřové kotlety (4–6 ks, podle velikosti pekáčku) nebo vegetariánská náhražka masa (ozkoušeli jsme s Goody Foody a moc nám chutnalo), brambory nakrájené na plátky silné cca 0,5 cm, šlehačka (1 kelímek), mléko - cca 2 cm v kelímku od šlehačky), sůl a pepř, máslo na vymazání pekáčku

Postup přípravy receptu:

Naklepané maso osolíme a opepříme z obou stran a klademe na dno máslem vymazaného pekáčku. Maso poklademe jednou vrstvou plátků syrových brambor a brambory osolíme, vše zalijeme šlehačkou a trochou mléka. Přiklopíme pokličkou a pečeme v troubě předehřáté na 180 °C asi 45 min, pak zvýšíme teplotu na 250 °C a dopékáme ještě cca 10 minut. Před vyjmutím z trouby ozkoušíme vidličkou, zda jsou již brambory upečené. Pokud jsou hotové brambory, mělo by být hotové i maso. Dobrou chuť a dobré trávení vám přeji i z Dobrušky:)



Myslivecké knoflíky

Sladká tečka od tety Monči

Potřebujeme:

Na těsto: 30 dkg hladké mouky, 3 dkg cukru moučka, 14 dkg másla, 2 žloutky

Náplň: 3 bílky, 20 dkg mletých ořechů, 20 dkg cukru moučka

Postup přípravy receptu:

Zaděláme těsto, vyválíme a vykrájíme kolečka. Z bílků vyšleháme sníh, přidáme cukr a mleté ořechy. Hmotu dáme do zdobícího sáčku a nastříkáme na kolečka. Ozdobíme půlkou ořechu. Pečeme při 160 °C, asi 10–15 minut do růžova.



Prostor pro Vaše poznámky



Ve spolupráci s dětmi a rodiči vytvořila Mateřská škola V Lukách Rakovník

2021