

|   |   |
|---|---|
| <b>Čo varíme?</b>   | <b><i>Paradajková polievka č.n. VK</i></b>  |
| <b>Suroviny:</b>  | <b>Postup práce 4 porcie</b>  |
| 100 g paradajky<br>200 g bravčová panenka<br>5 g soľ<br>1 g čierne korenie mleté<br>20 g kukuričný škrob<br>20 g pór<br>10 g ďumbiera | Paradajky opláchneme a pokrájame na tenké plátky. Posekané mäso posolíme a dôkladne zmiešame s 2 polievkovými lyžicami kukuričného škrobu a 1 polievkovej lyžice vody. Očistíme a ošúpeme pór, ďumbier a veľmi jemne posekáme. V hrnci uvedieme do varu vývar. Posolíme a okoreníme. Primiešame paradajky. Posekané mäso zmiešame s pórom a ďumbierom. Z cesta vytvarujeme malé knedličky. Knedličky vložíme do vývaru a varíme na miernom ohni asi 4 minúty. |

|   |   |
|---|---|
| <b>Čo varíme?</b>   | <b><i>Kurča s vlašskými orechmi č.n. VK</i></b>   |
| <b>Suroviny:</b>  | <b>Postup práce 2 porcie</b>  |
| 150 g kuracie prsia bez kože a kosti<br>10 g kukuričný škrob<br>20 g ryžové víno<br>30 g pór<br>10 g ďumbiera<br>5 g sójová omáčka<br>50 g vlašské orechy<br>2 g soľ<br>1 g čierne korenie<br>20 g olej | Kuracie mäso pokrájame na kúsky asi 1 cm veľké a zmiešame s kávovou lyžičkou kukuričného škrobu a polievkovou lyžičkou ryžového vína. Očistíme a ošúpeme pór, ďumbier a pokrájame na plátky. Pripravíme omáčku z polievkovej lyžice sójovej omáčky. 1 polievkovej lyžice ryžového vína, soli a korenia. Vlašské orechy pokrájame podľa vlastného uváženia na polovice alebo štvrtinky. Rozpálime wok alebo inú panvicu a prilejeme olej. V ňom za stáleho miešania vyprážame asi 1 minútu orechy. Vyberieme a zatiaľ odložíme bokom. Kuracie mäso vložíme do oleja, ktorý zostal po vyprážaní orechov a vyprážame ho za stáleho miešania asi 1 minútu. Pridáme pór, ďumbier a všetko ešte 1 minútu vyprážame. Primiešame omáčku vlašské orechy a opäť 1 minútu vyprážame. Zmes by nemala príliš stmavnúť. |

|  |  |
|--|--|
| <b>Čo varíme?</b>  | <b><i>Ryža smažená č.n. VK</i></b>   |
| <b>Suroviny:</b>   | <b>Postup práce 4 porcie</b>   |
| 250 g ryža dlhozrná<br>100 g paradajka<br>50 g uhorka<br>100 g šunky varenej<br>30 g olej<br>2 g soľ<br>1 g čierne korenie mleté | Ryžu opláchneme, uvedieme do varu v dvojnásobnom množstve vody a necháme ju na miernom ohni asi 20 minút dusiť. Potom ju necháme v mise dôkladne vychladnúť. Medzitým zalejeme paradajku vriacou vodou, necháme ju chvíľu namočenú, prudko ju ochladíme studenou vodou a ošúpeme. Odstránime jadierka a paradajku pokrájame na drobné kocky. Uhorku opláchneme a takisto ju pokrájame na kocky. Šunku pokrájame nadrobno. Rozpálime panvicu a prilejeme olej. V ňom za stáleho miešania vyprážame šunku na strednom ohni 1 minútu aj s paradajkou a uhorkou. Pridáme ryžu, posolíme, okoreníme za stáleho miešania vyprážame asi 2 minúty. A ihneď podávame. |

|   |  |
|---|--|
| <b>Čo varíme?</b>   | <b><i>Tofu s čínskou kapustou č.n. VK</i></b>  |
| <b>Suroviny:</b>  | <b>Postup práce 4 porcie</b>   |
| 350 g tofu<br>500 g kapusta čínska<br>10 g ďumbierové korenie<br>20 g cibuľka jarná<br>50 g rastlinný olej<br>5 g sójová omáčka<br>20 g kukuričný škrob<br>10 g cukor | Tofu necháme odkvapkať a pokrájame na kocky. Čínsku kapustu rozoberieme na jednotlivé listy, opláchneme očistíme a pokrájame na rezančeky dlhé asi 3 cm. Ďumbier ošúpeme a posekáme nadrobno. Jarnú cibuľku opláchneme, očistíme a bielu časť posekáme nadrobno. Uvedieme do varu vodu a v nej asi 1 minútu sparíme čínsku kapustu. Potom ju necháme odkvapkať. Rozpálime wok alebo panvicu. Nalejeme olej a rozpálime ho. V ňom krátko opražíme ďumbier a jarnú cibuľku. Prilejeme asi 150 ml vody a 1 polievkovú lyžicu sójovej omáčky a všetko uvedieme do varu. Primiešame ryžové víno a korenie. Pridáme k tomu tofu a čínsku kapustu a necháme asi 5 minút variť. Tofu posolíme a pridáme k nemu cukor. Primiešame škrob rozmiešaný s 3 polievkovými lyžicami vody. Všetko ešte povaríme pokiaľ omáčka mierne nezhustne. |

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Čo varíme?</b>            | <b><i>Broskyne v cukrovom želé č.n. VK</i></b>   |
| <b>Suroviny:</b>             | <b>Postup práce 4 porcie</b>   |
| 500 g broskyne<br>50 g cukor | Broskyne polejeme vriacou vodou, ošúpeme a jemne narežeme. Položíme ich na tanier, zakryjeme fóliou a uložíme do chladničky. Do woku dáme cukor a 1 kávovú lyžičku cukru a za stáleho miešania na strednom ohni varíme, pokým sa nerozpustí. Teplota nesmie byť príliš vysoká, inak sa cukor pripáli. Varíme dovtedy, kým hmota ľahko nezožltne, potom primiešame 50 ml vody. Zmes za stáleho miešania privedieme do varu a na strednom ohni varíme 5 – 8 minút, pokým cukrové želé nezíska hustotu tekutého medu. |