



## Kaleidoskop moderní gastronomie I

# PŘÍLOHY 3.TISÍCILETÍ RECEPTOVÝ SEŠIT

Určeno pro dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků  
středních odborných škol gastronomických oborů



Střední škola hotelnictví a gastronomie,  
Frenštát pod Radhoštěm, příspěvková organizace  
Mariánská 252, 744 01 Frenštát pod Radhoštěm



# SŠ Hotelnictví a G Gastronomie

## Frenštát pod Radhoštěm

**Kolektiv autorů:**

Ing. Hladík Zdeněk  
Bečvářová Drahomíra  
Bc. Kuběnová Jitka

Rok vytvoření vzdělávacího programu  
2012

## OBSAH

### BRAMBOROVÉ PŘÍLOHY

- 1 Bramborový koláč
- 2 Kynutý bramborák
- 3 Bramborová kaše s hlívou ústřičnou
- 4 Bramborová kaše s mrkvovou mozaikou
- 5 Bramborové hrudky
- 6 Bramborové placky – Ežžet Batáta
- 7 Bramborové placky po Brehátsku
- 8 Bramborové placky s červenými fazolemi
- 9 Bramborové placky se špenátem
- 10 Bramborové pyrė
- 11 Bramborové smaženky
- 12 Bramborové šišky
- 13 Bramborové špalíčky po pekařsku
- 14 Brokolicová kaše
- 15 Bramborové špalíčky s jablky
- 16 Celerová bramborová kaše
- 17 Halušky s pohankou
- 18 Cikánské halušky
- 19 Jihočeská lepenice sypaná restovanou cibulí
- 20 Krkonošský bramborák se zelím
- 21 Krkonošská nastavovaná kaše
- 22 Bramborový závin s cibulí a zeleninou
- 23 Kukuřičné placky
- 24 Kynutý bramborák s nitkami mrkve
- 25 Pečené bramborové pusinky
- 26 Kynutý bramborák s pórkem
- 27 Mrkvové pyrė
- 28 Pórková bramborová kaše s nitkami mrkve
- 29 Smažené bramborové krokety
- 30 Smažené bramborové kuličky se sýrem
- 31 Zapečená kaše
- 32 Bramborový toč s cibulí

### KNEDLÍKY

- 33 Kynuté knedlíky s burisony a fazolovou mozaikou
- 34 Kynuté bramborové knedlíky s petrželkou
- 35 Bramborové česnekové knedlíky
- 36 Bramborové knedlíky plněné zeleninou a sýrem
- 37 Bramborové knedlíky s červenými fazolemi
- 38 Bramborové knedlíky s jáhlami
- 39 Bramborové knedlíky s kukuřicí
- 40 Bramborové knedlíky se šmakounem přírodním
- 41 Bramborové knedlíky se šmakounem uzeným
- 42 Horácké knedlíky

- 43 Chlupaté knedlíky s cibulovou mozaikou
- 44 Chlupaté knedlíky s jáhlami
- 45 Chlupaté knedlíky s kuskusem
- 46 Kynuté bylinkové bramborové knedlíky
- 47 Kynuté bramborové knedlíky
- 48 Burisonové knedlíky s čočkovou mozaikou
- 49 Kynuté knedlíky s burisony a nitkami mrkve
- 50 Burisonové knedlíky s pšeničnou mozaikou
- 51 Petrželové chlupaté knedlíky
- 52 Špekové knedlíky
- 53 Šumavské bramborové knedlíky s houskou
- 54 Zelné knedlíky
- 55 Šumavské špekové knedlíky

### **LUŠTĚNINOVÉ PŘÍLOHY**

- 56 Čočka s rýží a listovým špenátem
- 57 Cizrna po záhorácku
- 58 Cizrna s kroupami a brokolicí
- 59 Čočka s rajčaty a křenem
- 60 Cizrna se zeleninou
- 61 Cizrnová kaše s petrželkou
- 62 Cizrnové placky
- 63 Cizrnové pyrė
- 64 Čočka na kyselo
- 65 Čočka v zelenině
- 66 Fazole Pinto sypané strouhaným sýrem
- 67 Hrachovec
- 68 Luštěninová kaše
- 69 Luštěninový prejt
- 70 Nastavovaná hrachová kaše s cibulkou

### **PIZZA**

- 71 Bylinkový bochánek
- 72 Cibulový bochánek
- 73 Pizza bochánek s lněným semínkem
- 74 Pizza bochánek se slunečnicovým semínkem
- 75 Bochánek plněný brokolicí
- 76 Bochánek plněný olivami
- 77 Tomatový bochánek
- 78 Zeleninový závin
- 79 Zelný bochánek

### **RÝŽOVÉ PŘÍLOHY**

- 80 Celerová rýže
- 81 Kari rýže
- 82 Květáková rýže
- 83 Pažitková rýže Parboiled

- 84 Rýže divoká s dýňovými semínky
- 85 Rýžové trojhránky
- 86 Rýže Parboiled s jáhlami a nudličkami mrkve
- 87 Rýže Parboiled s pohankou a pórkem
- 88 Rýže Parboiled s červenými fazolemi
- 89 Rýže s čočkovou mozaikou
- 90 Rýže s kroupami
- 91 Rýže s ovesnými vločkami
- 92 Rozinková rýže
- 93 Rýže s vlasovými nudlemi
- 94 Rýžový nákyp s pažitkou
- 95 Rýžové Coca-Colové flameri
- 96 Rýže s cizrnou
- 97 Slavnostní rýže s arašídý
- 98 Coca-Colová rýže

### **TĚSTOVINOVÉ PŘÍLOHY**

- 99 Houbový kuskus
- 100 Italské nudle zapečené s brokolicí
- 101 Krevetový kuskus
- 102 Kuskus s anglickou slaninou a zlatou cibulkou
- 103 Kuskus s vlasovými nudlemi
- 104 Široké nudle se žampiony
- 105 Šneci s listovým špenátem
- 106 Pekingský kuskus
- 107 Tarhoňa
- 108 Těstovinový nákyp s jáhlami a zeleninou
- 109 Těstovinové knedlíky
- 110 Těstoviny Penne s kari kořením
- 111 Tagliatelle vaječné se slaninou
- 112 Vřetena na italský způsob
- 113 Špenátový kuskus
- 114 Těstoviny Penne s čočkou a cibulí Cronions
- 115 Mexický kuskus

### **ZELENINOVÉ PŘÍLOHY**

- 116 Fazolkové ragů se žampiony
- 117 Hrášek se žampiony

## 1 BRAMBOROVÝ KOLÁČ

Krkonošský bramborák zapečený se zeleninou a žampióny. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 220g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Krkonošský bramborák Vitana	400	400
Voda do těsta	800	800
Droždí	40	40
Olej na vymazání	30	30
Cibule	250	210
Vejce	200	200
Paprika červená	350	280
Žampióny	160	150
Smetana 33 %	250	250
Pórek	300	240
Vegeta speciál Vitana	20	20

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Směs krkonošského bramboráku smícháme s vodou a vzkypělým droždím. Těsto zamícháme a necháme vykynout. Poté vlijeme do vymaštěné gastronádoby a pečeme v konvektomatu při teplotě 160 °C nebo v horkovzdušné troubě. Zeleninu, žampióny nakrájíme na plátky, přimícháme vejce, smetanu, ochutíme vegetou speciál Vitana a směs rozetřeme po zapečeném těstě. Vše dopékáme asi 20 minut. Z bramborového koláče krájíme jednotlivé porce. Toto jídlo lze doporučit, při změně váhy porce, i jako bezmasý pokrm.

## 2 KYNUTÝ BRAMBORÁK

Krkonošský bramborák kynutý a zapečený. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Krkonošský bramborák Vitana	900	900
Voda do těsta	1 350	1 350
Droždí	40	40
Voda do droždí	60	60
Cukr krupice do kvásku	10	10
Olej na vymazání	50	50
Strouhaná houska na vysypání	30	30
Olej rostlinný na pokapání povrchu těsta	40	40

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Směs krkonošského bramboráku smícháme s vodou a vzkypělým droždím. Těsto zamícháme a necháme vykynout. Poté vlijeme do vymaštěné a strouhanou houskou vysypané gastronádoby. Necháme ještě chvíli nakynout a před pečením povrch těsta pokapeme olejem (pro lepší zčervenání). Pečeme v konvektomatu při teplotě 180 °C nebo v horkovzdušné troubě asi 30 minut (podle zvolené výšky těsta). Upečený bramborák krájíme na obdélníky, proužky, které přikládáme k pečeným i dušeným masům nebo salátům.

### **3 BRAMBOROVÁ KAŠE S HLÍVOU ÚSTŘIČNOU**

Bramborová kaše s kousky hlívy ústřičné a snítky šalvěje. Chuť použitých surovin.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborová kaše s mlékem Vitana	334	334
Voda do kaše	1 640	1 640
Máslo	60	60
Sůl	8	8
Hlíva ústřičná	200	190
Máslo	60	60
Šalvěj	4	2

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Bramborovou kaši s mlékem připravíme podle návodu. Přidáme drobně nakrájenou a na másle podušenou hlívu ústřičnou. Ochutíme snítky čerstvé šalvěje. Tato příloha je vhodná ke smaženým, vařeným, pečeným masům. Zajímavá je k rybám i k smaženým sýrům.

### **4 BRAMBOROVÁ KAŠE S MRKVOVOU MOZAIKOU**

Krkonošský bramborák kynutý a zapečený. Chuť po použitých surovinách.

**Hmotnost 1 porce: 250g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborová kaše s mlékem Vitana	334	334
Voda do kaše	1 640	1 640
Máslo	60	60
Sůl	8	8
Mrkev	820	650

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Bramborovou kaši s mlékem připravíme podle návodu. Vmícháme jemně nastrouhanou mrkev. Tato příloha je vhodná ke smaženým, vařeným i k pečeným masům.

### **5 BRAMBOROVÉ HRUDKY**

Bramborové těsto pečené se sýrem. Chuť jemná po použitých surovinách.

**Hmotnost 1 porce: 250g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	1 000	1 000
Sýr eidam do těsta	90	90
Strouhaná houska	60	60
Voda do těsta	1 100	1 100
Olej rostlinný na vymaštění	20	20

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Bramborové těsto připravíme podle návodu, přidáme jemně strouhaný sýr a strouhanou housku. Z těsta tvarujeme širší váleček, ze kterého krájíme stejné špalíky-hrudky, skládáme do vymaštěné gastronádoby a vaříme konvektomatu, nebo ve vodě asi 14 minut (podle velikosti). Podáváme k pečenému nebo dušenému masu.

## 6 BRAMBOROVÉ PLACKY - EŽŽET BATÁTA

Placky s chutí česneku a koření.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	1 000	1 000
Voda	1 000	1 000
Pepř černý mletý Vitana	2	2
Kmín mletý Vitana	2	2
Sušený česnek Vitana	4	4
Voda do česneku	20	20
Olej rostlinný	200	200

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Bramborové těsto připravíme podle návodu. Ochutíme pepřem černým mletým, kmínem mletým a sušeným česnekem mletým, který jsme předem namočili. Z těsta tvoříme placky a opékáme je z obou stran dozlatova na oleji.

## 7 BRAMBOROVÉ PLACKY PO BREHÁTSKU

Ochucená bramborová placka potřená vejcem a po obou stranách pečená do zlatova.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	1 000	1 000
Voda do těsta	1 000	1 000
Pepř černý mletý Vitana	2	2
Vejce na potřeni	40	40
Olej rostlinný	300	300

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Bramborové těsto připravíme podle návodu, během míchání ochutíme pepřem černým mletým a necháme chvilku odležet. Poté z těsta tvoříme kuličky, které na pracovní desce zploštíme. Každou placku potřeme rozšlehaným vejcem, osmažíme po obou stranách na oleji v pánvi (asi 5 minut). Placky podáváme k různým masovým pokrmům.

## 8 BRAMBOROVÉ PLACKY S ČERVENÝMI FAZOLEMI

Do růžova pečené haluškové těsto s červenými fazolemi. Na skusu křupavé.

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Slovenské halušky Vitana	700	700
Voda do halušek	400	400
Mléko do halušek	600	600
Červené fazole v jemném nálevu Vitana	420	420
Olej rostlinný na smažení	350	350
Vegeta speciál Vitana	12	12

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Do směsi Slovenské halušky vmícháme vodu, mléko a červené fazole bez nálevu. Po chvilce odpočinutí, pečeme v lívanečnicku do zlatova placky. Tato příloha je vhodná k pečeným masům nebo jako samostatný zeleninový pokrm (s povýšením váhy) doplněný dušeným špenátem, kapustou nebo jinou zeleninou.



## 9 BRAMBOROVÉ PLACKY SE ŠPENÁTEM

Do růžova pečené těsto z halušek a listového špenátu. Na skus křupavé.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Slovenské halušky Vitana	700	700
Voda do halušek	350	350
Mléko do halušek	700	700
Mražený listový špenát	420	420
Olej rostlinný na smažení	350	350
Vegeta speciál Vitana	8	8

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Do směsi Slovenské halušky Vitana vmícháme vodu, mléko a rozmrzlý, překrájený listový špenát. Po chvilce odpočínutí pečeme v lívanečnicku nebo v pánvi dozlatova placky. Tato příloha je vhodná k pečeným nebo dušeným masům, jemným roládám nebo salátům.

## 10 BRAMBOROVÉ PYRÉ

Bramborová kaše s jogurtem, česnekem a petrželovou natí. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborová kaše s mlékem Vitana	334	334
Voda do kaše	1 640	1 640
Máslo do kaše	70	70
Sůl do kaše	5	5
Jogurt bílý	500	500
Petrželová nať Vitana	10	10
Česnek sušený mletý Vitana	4	4
Voda do česneku	60	60

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Bramborovou kaši s mlékem připravíme podle návodu. Do ní vmícháme bílý jogurt, petrželovou nať a česnek sušený mletý, předem namočený ve studené vodě. Dobře promícháme a podáváme k různě upraveným masům (např. pečeným, smaženým).

## 11 BRAMBOROVÉ SMAŽENKY

Smažené zlatavé bramborové placičky, na povrchu křupavé a uvnitř měkké.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	1 000	1 000
Restovaná cibule Cronions Vitana	8	8
Voda do těsta	1 000	1 000
Pepř černý mletý Vitana	0,1	0,1
Olej rostlinný na smažení	300	300

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Ze směsi bramborového těsta Vitana, vody, restované cibule Cronions a pepře černého mletého vypracujeme těsto. Po chvilce vyválíme plát o síle 1 cm, vykrajujeme kolečka o průměru 5 cm, která smažíme na rozehřátém oleji. Podáváme k dušeným, pečeným masům i dušené zelenině.

## 12 BRAMBOROVÉ ŠIŠKY

Vařené šišky z bramborového těsta, chuť brambor.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	1 000	1 000
Voda do těsta	1 000	1 000
Hladká mouka na vyválení	40	40
Olej rostlinný na vymaštění	40	40

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Bramborové těsto Vitana připravíme podle návodu, necháme chvilku odpočinout a poté z těsta vyválíme silnější prameny. Rozkrájíme je na díly, z kterých vyvalujeme šišky. Vkládáme do vymaštěné gastronádoby a vaříme v konvektomatu asi 12 minut (podle velikosti) nebo v osolené vodě. Šišky můžeme sypat opraženou strouhanou houskou, mákem, perníkem, moučkovým cukrem a přelévat rozpuštěným máslem nebo podávat k pečeným masům.

## 13 BRAMBOROVÉ ŠPALÍČKY PO PEKAŘSKU

Bramborové špalíčky posypané strouhankou.

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	1 000	1 000
Voda do těsta	1 200	1 200
Restovaná cibule CronionsVitana	140	140
Kypřicí prášek do těsta Vitana	20	20
Strouhaná houska	300	300
Uzená vegeta Vitana	20	20
Máslo	150	150
Olej rostlinný	20	20

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Do směsi bramborového těsta přidáme kypřicí prášek do pečiva, restovanou cibuli Cronions, vodu a vypracujeme těsto, které necháme asi 5 minut odpočinout. Poté vyvalujeme a krájíme drobnější špalíčky. Vložíme do vymaštěné gastronádoby a vaříme v konvektomatu, nebo ve vodě asi 10 až 15 minut (podle velikosti). Strouhanou housku ochutíme uzenou vegetou, krátce orestujeme na másle a sypeme ji při expedici na špalíčky. Touto přílohou doplňujeme pečená masa.

## 14 BROKOLICOVÁ KAŠE

Bramborová kaše s kousky brokolice. Chuť brambor a brokolice.

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborová kaše s mlékem Vitana	334	334
Voda do kaše	1 640	1 640
Máslo	60	60
Sůl	8	8
Brokolice mražená	600	600

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Bramborovou kaši s mlékem připravíme podle návodu. Přidáme nadrobno nasekanou brokolici, kterou jsme předem uvařili v konvektomatu. Tato příloha je vhodná ke smaženým, vařeným, pečeným masům. Zajímavá je k rybám i k smaženým sýrům, houbám.

## 15 BRAMBOROVÉ ŠPALÍČKY S JABLKY

Bramborové těsto s kousky jablek tvarované do špalíčku. Chuť brambor a jablek.

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborová kaše s mlékem Vitana	300	300
Bramborové těsto Vitana	400	400
Voda do těsta	900	900
Jablka	800	650
Olej rostlinný	40	40
Vejce do těsta	320	320
Hladká mouka na vyválění	30	30

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Do směsi bramborové kaše s mlékem a bramborového těsta přidáme vodu, odjadrincovaná jablka krájená na drobné kostičky. Vše zlehka promícháme a necháme chvilku odpočinout. Na pomoučeném vále vyválíme úzký váleček, který kartou dělíme na krátké špalíčky. Skládáme je do pomaštěné gastronádoby a vaříme v konvektomatu, nebo ve vodě asi 13 minut (podle velikosti). Tuto přílohu můžeme podávat k nasládlým pokrmům nebo doplnit vanilkovou omáčkou a sypat strouhaným tvrdým tvarohem.

## 16 CELEROVÁ BRAMBOROVÁ KAŠE

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborová kaše s mlékem Vitana	334	334
Voda do kaše	1 640	1 640
Máslo do kaše	60	60
Sůl	7	7
Celer	850	680

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Bramborovou kaši s mlékem připravíme podle návodu. Očištěný celer uvaříme v děrované gastronádobě nebo ve vodě doměkka, jemně jej semeleme nebo rozmixujeme a vmícháme do kaše. Podle potřeby dochutíme solí. Při podávání můžeme sypat čerstvou celerovou natí. Tato příloha je vhodná k pečeným, smaženým i dušeným masům.

## 17 HALUŠKY S POHANKOU

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Slovenské halušky Vitana	1 000	1 000
Pohanka	200	200
Voda do těsta	1 000	1 000
Voda na vaření halušek	3 000	
Sůl do vody	10	10
Olej rostlinný	30	30

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Slovenské halušky smícháme s uvařenou pohankou, zalijeme vodou a vypracujeme těsto. Po chvilce těsto zaváříme přes síto na halušky do vroucí osolené vody. Po 1 minutě halušky vyjmeme a propláchneme ve studené vodě. Promastíme. Halušky při podávání přikládáme k pečeným i dušeným masům.

## 18 ČIKÁNSKÉ HALUŠKY

Těsto na halušky ochucené měkkým tvarohem a koprem.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Slovenské halušky Vitana	800	800
Tvaroh měkký	200	580
Kopr čerstvý nebo sušený -méně	6	4
Voda do těsta	800	800
Voda na vaření halušek	3 000	
Sůl do vody na vaření halušek	10	10
Olej rostlinný	30	30

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Slovenské halušky smícháme s tvarohem, překrájeným koprem, zalijeme vodou a vypracujeme těsto. Po chvíli těsto zaváříme přes síto na halušky do vroucí osolené vody. Po 1 minutě halušky vyjme a propláchneme ve studené vodě. Promastíme. Halušky při podávání přikládáme k pečeným i dušeným masům.

## 19 JIHOČESKÁ LEPENICE SYPANÁ RESTOVANOU CIBULÍ

Bramborová kaše smíchaná s vařeným a kysaným zelím.

Hmotnost 1 porce: 230g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Cibule	70	55
Olej rostlinný	40	40
Kysané zelí	1 000	1 000
Bramborová kaše Vitana	240	240
Voda do kaše	750	750
Mléko do kaše	500	500
Máslo	40	40
Sůl	6	6

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Oloupanou cibuli nakrájíme nadrobno, osmahneme na rostlinném oleji, vložíme dvě třetiny dávky kysaného zelí, které jsme předtím překrájeli nadrobno a krátce podusíme. Podušené zelí vmícháme do Bramborové kaše připravené podle návodu. Přimícháme zbylé překrájené kysané zelí. Při podávání sypeme restovanou cibulí Cronions. Tato příloha je vhodná k uzeným nebo pečeným masům.

## 20 KRKONOŠSKÝ BRAMBORÁK SE ZELÍM

Hmotnost 1 porce: 220g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Krkonošský bramborák Vitana	600	600
Voda do těsta	1 200	1 200
Kysané zelí	400	400
Olej rostlinný	250	250

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Do směsi krkonošský bramborák vmícháme překrájené kysané zelí. Necháme chvíli odpočinout a poté pečeme na oleji dozlatova. Tvar si zvolíme podle zvoleného pokrmu (lívanečník, placička, větší placka). Můžeme podávat k pečeným i dušeným masům, nebo do placky vložíme masovou směs.

## 21 BRKONOŠSKÁ NASTAVOVANÁ KAŠE SYPANÁ RESTOVANOU CIBULÍ

Bramborová kaše s krupkami a kořením, sypaná restovanou cibulí. Chuť česneku a majoránky.

Hmotnost 1 porce: 220g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Krupky lámanka	200	750
Mléko do krupek	550	
Sůl	2	2
Bramborová kaše Vitana	240	240
Mléko do kaše	500	500
Voda do kaše	750	750
Sůl do kaše	6	6
Máslo	40	40
Sušený česnek Vitana	2	2
Voda do česneku	30	30
Majoránka Vitana	1	1
Restovaná cibule CronionsVitana	50	50

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Krupky řádně propláchneme teplou vodou, vložíme do mléka, osolíme a vaříme za občasného míchání 10-15 minut. Bramborovou kaši připravíme podle návodu, vmícháme vařené krupky, ochutíme sušeným česnekem předem namočeným ve studené vodě, majoránkou, podle chuti osolíme a při podávání sypeme restovanou cibulí Cronions. Tuto přílohu podáváme k pečeným, uzeným masům nebo ke klobásám.

## 22 BRAMBOROVÝ ZÁVIN S CIBULÍ A ZELENINOU

Bramborové těsto plněné restovanou cibulí, žampiony a zeleninou. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	800	800
Voda do těsta	800	800
Hladká mouka na podsypání	20	20
Restovaná cibule CronionsVitana	40	40
Mražená zeleninová směs	350	350
Žampiony	100	90
Vejce	120	120
Vegeta originál Vitana	6	6
Olej rostlinný na vymazání	20	20

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Bramborové těsto Vitana připravíme podle návodu. Vytvájíme do tvaru obdélníku, posypeme restovanou cibulí Cronions Vitana a překryjeme rozmraženou zeleninou drobně překrájenou předem promíchanou s kousky žampionů a spojenou vejcem ochuceným vegetou originál Vitana. Zabalíme do tvaru závinu, položíme do vymaštěné gastronádoby a vaříme v konvektomatu, nebo závin zabalíme do plátěného ubrusku a vaříme ve vodě asi 30 minut (podle velikosti). Vařený závin krájíme na plátky nebo špalíčky a přikládáme k pečeným nebo dušeným masům.

## 23 KUKUŘIČNÉ PLACKY

Do růžova pečené bramborové těsto s kukuřicí. Na skusu křupavé.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Slovenské halušky Vitana	700	700
Voda do halušek	350	350
Mléko do halušek	400	400
Kukuřice sladká Vitana	420	420
Olej rostlinný na smažení	350	350

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Do směsi slovenských halušek vmícháme vodu, mléko a okapanou sterilovanou kukuřici. Po chvilce odpočinutí pečeme v lívanečnicku nebo na pánvi dozlatova kukuřičné placky. Tato příloha je vhodná k pečeným masům nebo jako samostatný zeleninový pokrm (s povýšením váhy) doplněný dušeným špenátem, kapustou nebo jinou zeleninou.

## 24 KYNUTÝ BRAMBORÁK S NITKAMI MRKVE

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Krkonošský bramborák Vitana	750	750
Vejce	120	120
Droždí	50	50
Polohrubá mouka	180	180
Mrkev	380	300
Voda	1 200	1 200
Olej rostlinný na vymazání	100	100
Strouhaná houska na vysypání	30	30

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Do směsi krkonošského bramboráku přidáme vejce, droždí, polohrubou mouku, jemně strouhanou mrkev a vodu. Vymícháme těsto, necháme krátce nakynout a poté nalijeme do vymaštěné a strouhanou houskou vysypané gastronádoby. Po chvilce pečeme v konvektomatu, nebo v horkovzdušné troubě při 150 °C asi 50 minut (podle zvolené výšky těsta). Upečený bramborák krájíme na vhodné tvary a podáváme k pečeným nebo uzeným masům.

## 25 PEČENÉ BRAMBOROVÉ PUSINKY

Bramborová kaše stříkaná hladkou trubičkou do tvaru pusinek a pečená v konvektomatu.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborová kaše s mlékem Vitana	340	340
Voda	1 700	1 700
Máslo	60	60
Sůl	6	6
Olej rostlinný na vymazání plechu	6	6

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Bramborovou kaši s mlékem připravíme podle návodu. Poté kaši vložíme do sáčku s hladkou trubičkou a stříkáme na vymaštěný plech pusinky. Pečeme v konvektomatu nebo v horkovzdušné troubě při 170 °C asi 20 minut. Pečené pusinky podáváme k různě upraveným masům, rybám i zelenině.

## 26 KYNUTÝ BRAMBORÁK S PÓRKEM

Kynuté bramborákové těsto s pórkem. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Krkonošský bramborák Vitana	750	750
Vejce	120	120
Droždí	50	50
Polohrubá mouka	180	180
Pórek	380	300
Voda	1 200	1 200
Olej rostlinný na vymazání	100	100
Strouhaná houska na vysypání	30	30

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Do směsi krkonošského bramboráku přidáme vejce, droždí, polohrubou mouku, proužky pórku a vodu. Vymícháme těsto, necháme krátce nakynout a poté nalijeme do vymaštěné a strouhanou houskou vysypané gastronádoby. Po chvilce pečeme v konvektomatu, nebo v horkovzdušné troubě při 150 °C asi 50 minut. Podáváme k pečeným nebo uzeným masům.

## 27 MRKVOVÉ PYRÉ

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborová kaše s mlékem Vitana	334	334
Voda do kaše	1 640	1 640
Máslo do kaše	60	60
Sůl	7	7
Mrkev	850	680
Petrželová nať	6	5

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Bramborovou kaši s mlékem připravíme podle návodu. Mrkev uvaříme v děrované gastronádobě nebo ve vodě do měkka, jemně ji semeleme nebo rozmixujeme a vmícháme do kaše. Dochutíme solí a při podávání sypane sekanou petrželovou natí. Tato příloha je vhodná k pečeným, smaženým i dušeným masům.

## 28 PÓRKOVÁ BRAMBOROVÁ KAŠE S NITKAMI MRKVE

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborová kaše s mlékem Vitana	334	334
Voda do kaše	1 640	1 640
Máslo do kaše a zeleniny	180	180
Sůl do kaše	7	7
Mrkev	240	200
Pórek	360	300

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Bramborovou kaši s mlékem připravíme podle návodu. Mrkev nastroháme najemno a společně s proužky pórku krátce podusíme na másle. Tuto zeleninu vmícháme do kaše a podáváme k různým masovým i rybím pokrmům.

## 29 SMAŽENÉ BRAMBOROVÉ KROKETY

Jemné bramborové těsto smažené dozlatova. Chuť brambor.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	700	700
Bramborová kaše Vitana	300	300
Voda do těsta	900	900
Olej na smažení	300	300

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Bramborové těsto a směs bramborové kaše promícháme a přidáme studenou vodu. Vypracujeme těsto, necháme chvilku odpočinout a poté tvarujeme krokety. Olej rostlinný rozeřejeme, vkládáme krokety a smažíme dozlatova. Podáváme k různě upraveným masům i zelenině.

## 30 SMAŽENÉ BRAMBOROVÉ KULIČKY SE SÝREM

Bramborové těsto obohacené strouhaným sýrem, tvarované do kuliček, obalené ve vídeňské obalovací směsi a do růžova usmažené.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	800	800
Voda do těsta	800	800
Vejce do těsta	80	80
Sýr eidam	250	250
Vejce na obalení	20	20
Vídeňská obalovací směs Vitana	170	170
Olej rostlinný na smažení	200	200

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Podle návodu připravíme bramborové těsto, do kterého vmícháme jemně strouhaný sýr eidam. Z těsta tvarujeme kuličky, zvlhčíme v rozšlehaných vejcích a obalíme ve vídeňské obalovací směsi. Skládáme je do vymaštěné gastronádoby, povrch postříkáme olejem a upravujeme v konvektomatu na program pečení, vlhkost 10%, při 180 °C asi 8 minut (podle velikosti), nebo smažíme v rozeřtátém oleji do růžova. Smažené sýrové kuličky podáváme k omáčkám, šťávám.

## 31 ZAPEČENÁ KAŠE

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborová kaše Vitana	340	340
Voda do kaše	1 040	1 040
Sůl	7	7
Mléko	700	700
Máslo	52	52
Petrželová nať Vitana	1	1
Vejce	120	120
Olej rostlinný na vymazání	20	20
Strouhaná houska na vysypání	40	40

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Bramborovou kaši Vitana připravíme podle návodu. Poté do ní vmícháme petrželovou nať Vitana, žoutky a z bílků tuhý sníh. Vložíme do vymaštěné, strouhanou houskou vysypané gastronádoby a pečeme v konvektomatu nebo v horkovzdušné troubě při 160°C asi 20 minut. Vypárenou krájíme na kostky a podáváme k různě upraveným masům nebo zelenině.



### **32 BRAMBOROVÝ TOČ S CIBULÍ**

Bramborové těsto vyválené do obdélníku, posypané restovanou cibulí, zatočené a uvařené. Chuť po použitých surovinách

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	1 000	1 000
Voda do těsta	1 000	1 000
Restovaná cibule CronionsVitana	150	150
Olej rostlinný na potřetí	20	20

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Bramborové těsto připravíme podle návodu. Vyválíme do tvaru obdélníku, posypeme restovanou cibulí Cronions. Zatočíme a vaříme v konvektomatu asi 30 minut (podle velikosti). Vařený toč, potřeme rostlinným olejem a necháme vypářit. Poté krájíme na kolečka a podáváme k pečeným, dušeným masům nebo teplé zelenině.

### **33 KYNUTÉ KNEDLÍKY S BURISONY A FAZOLOVOU MOZAIKOU**

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Knedlíky v prášku Vitana	900	900
Červené fazole v jemném nálevu Vitana	400	400
Sůl	3	3
Droždí	15	15
Cukr krupice	2	2
Voda do droždí	40	40
Voda do knedlíků	600	600
Rostlinný olej na potřetí knedlíků	30	30
Hrubá mouka na vyválení knedlíků	180	180

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Do směsi Knedlíky v prášku přidáme fazole v jemném nálevu, kvásek připravený z droždí, cukru a vlažné vody. Přidáme teplou vodu a vypracujeme těsto. Necháme vykynout a obvyklým způsobem tvarujeme knedlíky, které po vykynutí vaříme v konvektomatu, nebo ve vařící vodě 25-30 minut (podle velikosti). Vařené potřeme rostlinným olejem a při podávání jimi doplňujeme dušené pokrmy i omáčky (houbová, na česneku).

### **34 KYNUTÉ BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY S PETRŽELOVOU NATÍ**

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	1 000	1 000
Voda do těsta	1 000	1 000
Droždí	10	10
Petrželová nať Vitana	2	2
Olej rostlinný na potřetí	20	20
Polohrubá mouka na vyválení	60	60

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Do směsi bramborového těsta Vitana vmícháme rozdrobené droždí, vodu a petrželovou nať. Vypracujeme těsto, které necháme chvíli kynout. Poté tvarujeme šišky (knedlíky), vložíme do vymaštěné gastronádoby a po krátkém nakynutí vaříme v konvektomatu nebo ve vodě asi 25 minut. Vařené knedlíky potřeme olejem. Přílohu podáváme k pečeným i dušeným masům.

### **35 BRAMBOROVÉ ČESNEKOVÉ KNEDLÍKY**

Bramborové těsto s česnekem, slaninou a majoránkou. Chuť po použitých surovinách.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	1 000	1 000
Voda do těsta	1 000	1 000
Česnek sušený mletý Vitana	20	20
Voda do česneku	60	60
Vegeta uzená Vitana	14	14
Slanina	60	60
Majoránka Vitana	1	1

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Do směsi na bramborové těsto přidáme česnek sušený mletý, předem namočený ve vodě, uzenou vegetu, kostičky rozpečené slaniny a majoránku. Promícháme a necháme chvíli odpočinout. Z těsta vyválíme obvyklým způsobem knedlíky, skládáme do vymaštěné gastronádoby a vaříme v konvektomatu nebo ve vodě asi 30 minut (podle velikosti). Vařené, pomažeme olejem. Porce knedlíků podáváme k pečeným, dušeným masům nebo jako bezmasý pokrm se špenátem, zelím nebo dušenou kapustou.

### **36 BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY PLNĚNÉ ZELENINOU A SÝREM**

Bramborové těsto se zeleninou a sýrem. Jemný pokrm.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	800	800
Voda do těsta	800	800
Olej na pomaštění	50	50
Mražená zeleninová směs	350	350
Červené fazole v jemném nálevu Vitana	150	150
Sýr eidam	60	60
Muškatový oříšek Vitana	2	2
Vegeta originál Vitana	10	10

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Bramborové těsto připravíme podle návodu. Zeleninovou směs překrájíme nadrobno, přidáme červené fazole, strouhaný sýr, strouhaný muškátový oříšek a vegetu originál Vitana. Z těsta vyválíme špalíčky, do kterých uděláme důlek a naplníme zeleninovou směsí. Zabalíme do kulata, skládáme do vymaštěné gastronádoby a vaříme v konvektomatu nebo ve vodě asi 10 minut (podle velikosti). Uvařené pomastíme olejem. Podáváme k pečeným masům nebo jako bezmasý pokrm se salátem.

### **37 BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY S ČERVENÝMI FAZOLEMI**

V bramborovém těstě promíchané červené fazole. Těsto tvarované do šišek a uvařené. Chuť po použitých surovinách.

**Hmotnost 1 porce:** 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	900	900
Voda do těsta	900	900
Červené fazole v jemném nálevu Vitana	320	320
Olej rostlinný na potřeni knedlíků	20	20

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Do směsi na bramborové těsto vmícháme vodu a červené fazole, vypracujeme těsto, které po chvíli tvarujeme do knedlíkových šišek. Vaříme v konvektomatu nebo ve vodě asi 30 minut (podle velikosti). Vařené knedlíky potřeme rostlinným olejem a necháme vypářit. Poté krájíme na požadované porce. Podáváme k pečeným nebo dušeným masům.

### **38 BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY S JÁHLAMI**

V bramborovém těstě promíchané uvařené jáhly. Těsto tvarované do šišek a uvařené. Chuť po použitých surovinách.

**Hmotnost 1 porce:** 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Jáhly	200	560
Voda na vaření jáhel	600	0
Sůl	4	4
Bramborové těsto Vitana	800	800
Voda do těsta	900	900
Olej rostlinný na potřeni	50	50

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Jáhly spaříme, zalijeme horkou vodou, osolíme a vaříme asi 10 minut. Do směsi bramborového těsta vmícháme chladné jáhly, vodu a vypracujeme těsto, které po chvíli tvarujeme do knedlíkových šišek. Vaříme v konvektomatu nebo ve vodě asi 30 minut (podle velikosti). Vařené knedlíky potřeme rostlinným olejem a necháme vypářit. Poté krájíme požadované porce. Podáváme k pečeným nebo dušeným masům.

### **39 BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY S KUKUŘICÍ**

V bramborovém těstě promíchaná sterilovaná kukuřice. Těsto tvarované do šišek a uvařené. Chuť po použitých surovinách.

**Hmotnost 1 porce:** 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	900	900
Voda do těsta	900	900
Kukuřice sladká Vitana ( bez nálevu)	320	320
Olej rostlinný na potřeni knedlíků	20	20

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Do směsi na bramborové těsto vmícháme vodu a kukuřici sladkou, vypracujeme těsto, které po chvíli tvarujeme do knedlíkových šišek. Vaříme v konvektomatu nebo ve vodě asi 30 minut (podle velikosti). Vařené knedlíky potřeme rostlinným olejem a necháme vypářit. Poté krájíme na požadované porce. Podáváme k pečeným nebo dušeným masům.

#### **40 BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY SE ŠMAKOUNEM PŘÍRODNÍM**

V bramborovém těstě promíchané kostičky Šmakouna přírodního a petrželka. Těsto tvarované do šišek a uvařené. Chuť po použitých surovinách.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	850	850
Voda do těsta	850	850
Šmakoun přírodní	400	400
Petrželová nať Vitana	2	2
Vegeta speciál Vitana	10	10
Olej rostlinný na potření	20	20

##### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Bramborové těsto smícháme s vodou, drobnými kostičkami nakrájeného přírodního šmakouna, petrželové natě a ochutíme vegetou speciál. Vypracujeme těsto, které po chvíli tvarujeme do knedlíkových šišek. Vaříme v konvektomatu nebo ve vodě asi 30 minut (podle velikosti). Vařené knedlíky potřeme rostlinným olejem a necháme vypářit. Poté krájíme na požadované porce. Podáváme k pečeným, dušeným masům nebo k teplé zelenině.

#### **41 BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY SE ŠMAKOUNEM UZENÝM**

V bramborovém těstě promíchané kostičky Šmakouna uzeného.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	850	850
Voda do těsta	850	850
Šmakoun uzený	400	400
Vegeta uzená Vitana	12	12
Olej rostlinný na potření knedlíků	20	20

##### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Bramborové těsto smícháme s vodou, drobnými kostičkami nakrájeného uzeného šmakouna a ochutíme uzenou vegetou Vitana. Vypracujeme těsto, které po chvíli tvarujeme do knedlíkových šišek. Vaříme v konvektomatu, nebo ve vodě asi 30 minut (podle velikosti). Vařené knedlíky potřeme rostlinným olejem a necháme vypářit. Poté krájíme na požadované porce. Podáváme k pečeným, dušeným masům nebo teplé zelenině.

#### **42 HORÁCKÉ KNEDLÍKY**

Chlupaté knedlíky s kostičkami žemle. Po uvaření jsou světlé, s chutí použitých surovin.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Chlupaté knedlíky Vitana	800	800
Voda	1 200	1 200
Žemle	200	200
Olej rostlinný na opražení žemle	70	70
Sůl	8	8
Hladká mouka na vyválení	30	30

##### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Směs na chlupaté knedlíky smícháme se studenou vodou a kostičkami žemle opečenými na rostlinném oleji. Těsto necháme 10 minut odpočinout. Poté tvarujeme kulaté knedlíky, které vkládáme do vymaštěné gastronádoby a vaříme v konvektomatu nebo v osolené vodě asi 15 minut (podle velikosti). Uvařené knedlíky pomastíme olejem. Při podávání je rozkrojíme. Příloha je vhodná k pečeným masům a omáčkám (např. papriková, houbová).

### **43 CHLUPATÉ KNEDLÍKY S CIBULOVOU MOZAIKOU**

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Chlupaté knedlíky Vitana	1 000	1 000
Voda	1 500	1 500
Olej rostlinný	60	60
Restovaná cibule CronionsVitana	70	70

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Směs na chlupaté knedlíky smícháme se studenou vodou a restovanou cibulí Cronions. Těsto necháme 10 minut odpočinout. Poté polévkovou lžící tvarujeme z těsta noky, které vkládáme do vymaštěné gastronádoby a vaříme v konvektomatu nebo v osolené vodě asi 5 minut (podle velikosti). Uvařené knedlíky propláchneme studenou vodou a promastíme olejem. Příloha je vhodná k pečeným masům a omáčkám.

### **44 CHLUPATÉ KNEDLÍKY S JÁHLAMI**

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Jáhly	240	580
Chlupaté knedlíky Vitana	800	800
Voda do knedlíků	650	650
Sůl do vařící vody	20	20
Olej rostlinný na pomaštění	100	100
Polohrubá mouka na vyválění	20	20

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Jáhly uvaříme do měkka, propláchneme studenou vodou a vmícháme společně se studenou vodou do směsi chlupatých knedlíků. Po chvíli stání tvarujeme polévkovou lžící noky, které vaříme ve vroucí osolené vodě asi tři minuty. Také je můžeme vkládat do vymaštěné gastronádoby a vařit v konvektomatu asi 5 minut podle velikosti. Po uvaření je vkládáme do studené vody, poté scedíme a promastíme olejem. Též můžeme z těsta tvořit špalíčky, skládat na pomaštěnou gastronádoby a vařit v konvektomatu asi sedm minut podle velikosti. Vařené pomastíme olejem. Příloha je vhodná k dušeným nebo pečeným masům.

### **45 CHLUPATÉ KNEDLÍKY S KUSKUSEM**

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Kuskus Vitana	100	300
Voda do kuskusu	200	0
Zeleninový vývar Vitana do vody na Kuskus	20	20
Chlupaté knedlíky Vitana	750	750
Voda do knedlíků	1 100	1 100
Olej rostlinný na potřetí knedlíků	50	50
Voda na vaření knedlíků	3 000	0
Sůl do vody	20	20
Polohrubá mouka na vyválění špalíčků	20	20

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Kuskus připravíme podle návodu. Vodu ochutíme zeleninovým vývarem. Po chvíli přidáme do směsi chlupatých knedlíků, přidáme vodu a vše promícháme. Po chvíli stání tvarujeme polévkovou lžící noky, které vaříme ve vroucí osolené vodě asi tři minuty. Také je můžeme vkládat do vymaštěné gastronádoby a vařit v konvektomatu asi 10 minut podle velikosti.

Po uvaření je vkládáme do studené vody, poté scedíme a promastíme olejem. Též můžeme z těsta tvořit špalíčky, skládat na pomaštěnou gastronádoby a vařit v konvektomatu asi sedm minut podle velikosti. Po uvaření pomastit olejem. Příloha je vhodná k dušeným (gulášům) nebo pečeným masům.

#### **46 KYNUTÉ BYLINKOVÉ BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY**

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Droždí	30	30
Cukr do droždí	8	8
Voda do kvásku	40	40
Voda do těsta	1 000	1 000
Bramborové těsto Vitana	1 000	1 000
Petrželová nať Vitana	1	1
Olej na potřetí knedlíků	100	100

##### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Z droždí, cukru a vody si připravíme kvásek. Do studené vody vmícháme sypkou směs bramborového těsta Vitana, petrželovou nať Vitana a kvásek. Vzniklé těsto necháme krátce vykynout. Poté tvarujeme malé kulaté knedlíčky, skládáme do vymaštěné gastronádoby a necháme ještě trochu vykynout. Vložíme do konvektomatu a vaříme 15 minut. Vařené potíráme olejem. Bylinkové knedlíčky můžeme též vařit ve vodě.

#### **47 KYNUTÉ BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY**

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	1 000	1 000
Voda do těsta	1 000	1 000
Droždí	10	10
Olej rostlinný na potřetí	20	20
Polohrubá mouka na vyválení	60	60

##### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Do směsi bramborového těsta Vitana vmícháme rozdrobené droždí a vodu. Vypracujeme těsto, které necháme chvíli kynout. Poté tvarujeme šišky (knedlíky), vložíme do vymaštěné gastronádoby a po krátkém nakynutí vaříme v konvektomatu, nebo ve vodě asi 25 minut. Vařené knedlíky potíráme olejem. Přílohu podáváme k pečeným i dušeným masům.

#### **48 BURISONOVÉ KNEDLÍKY S ČOČKOVOU MOZAIKOU**

Kynuté burisonové knedlíky s vařenou čočkou. Chuť po surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Čočka Vitana	200	400
Voda na vaření čočky	1 000	0
Knedlíky v prášku Vitana	900	900
Sůl	3	3
Droždí	15	15
Cukr krupice	2	2
Voda do droždí	40	40
Voda do knedlíků	600	600
Rostlinný olej na potřetí knedlíků	30	30
Hrubá mouka na vyválení knedlíků	180	180

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Čočku vaříme asi 15 minut do poloměkka, scedíme a necháme vypářit. Vložíme do směsi knedlíků v prášku spolu s kváskem připraveným z droždí, cukru a vlažné vody. Doplníme vlažnou vodu a vypracujeme těsto. Necháme vykynout a obvyklým způsobem tvarujeme knedlíky, které po vykynutí vaříme v konvektomatu, nebo ve vařící vodě 25-30 minut (podle velikosti). Vařené potřeme rostlinným olejem a při podávání je přikládáme k různým omáčkám (např. cikánská, znojemská), i k dušeným pokrmům.

### **49 KYNUTÉ KNEDLÍKY S BURISONY A NITKAMI MRKVE**

Kynuté burisonové knedlíky se strouhanou mrkví. Chuť po surovinách.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Knedlíky v prášku Vitana	1 000	1 000
Mrkev na nudličky Vitana	350	350
Sůl	3	3
Droždí	15	15
Cukr krupice	2	2
Voda do droždí	40	40
Voda do knedlíků	580	580
Rostlinný olej na potřeni knedlíků	30	30
Hrubá mouka na vyválení	90	90

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Do směsi knedlíky v prášku přidáme mírně překrájenou mrkev na nudličky, kvásek připravený z droždí, cukru a vlažné vody. Přidáme teplou vodu a vypracujeme těsto. Necháme vykynout a obvyklým způsobem tvarujeme knedlíky, které po vykynutí vaříme v konvektomatu, nebo ve vařící vodě asi 30 minut (podle velikosti). Vařené potřeme rostlinným olejem a při podávání jimi doplňujeme jemné dušené pokrmy i omáčky (např. houbová, smetanová, papriková, svíčková).

### **50 BURISONOVÉ KNEDLÍKY S PŠENIČNOU MOZAIKOU**

Kynuté burisonové knedlíky s vařenou pšenicí. Chuť po surovinách.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bio pšenice	240	390
Knedlíky v prášku Vitana	900	900
Sůl	3	3
Droždí	15	15
Cukr krupice	2	2
Voda do droždí	40	40
Voda do knedlíků	600	600
Rostlinný olej na potřeni knedlíků	30	30
Hrubá mouka na vyválení knedlíků	180	180

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Bio pšenicí vaříme asi 20 minut, scedíme a propláchneme studenou vodou. Přidáme do směsi knedlíků v prášku také i kvásek připravený z droždí, cukru a vlažné vody. Doplníme teplou vodu a vypracujeme těsto. Necháme vykynout a obvyklým způsobem tvarujeme knedlíky, které po vykynutí vaříme v konvektomatu, nebo ve vařící vodě 25-30 minut (podle velikosti). Vařené potřeme rostlinným olejem a při podávání je přikládáme k různým dušeným masům i omáčkám (houbová, znojemská).

## 51 PETRŽELKOVÉ CHLUPATÉ KNEDLÍKY

Chlupaté knedlíky ochucené sušenou bylinkou.

Hmotnost 1 porce: 240g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Chlupaté knedlíky Vitana	1 000	1 000
Voda do knedlíků	1 500	1 500
Petrželová nať Vitana	4	4
Olej na potřetí knedlíků	60	60

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Do směsi chlupatých knedlíků připravených podle návodu vmícháme petrželovou nať. Těsto necháme odpočinout a poté lžící tvarujeme noky, skládáme do vymaštěné gastronádoby a vaříme v konvektomatu asi 5 minut (podle velikosti). Ve vodě vaříme 3 - 5 minut. Po uvaření propláchneme studenou vodou, scedíme, necháme okapat a promastíme olejem. Před podáváním je regenerujeme v konvektomatu. Podáváme k pečeným a dušeným masům.

## 52 ŠPEKOVÉ KNEDLÍKY

Těsto na knedlíky, doplněné kostičkami žemle a anglické slaniny. Ochucené uzenou vegetou.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Anglická slaniny	400	400
Žemle	650	650
Knedlíky v prášku Vitana	500	500
Voda do těsta	700	700
Květ mletý	1	1
Pepř černý mletý Vitana	1	1
Vegeta uzená Vitana	12	12
Olej rostlinný	100	100
Restovaná cibule cronionsVitana	60	60
Hrubá mouka na vyválení	80	80

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Anglickou slaninu nakrájíme na drobné kostičky, rozpečeme a přidáme kostičky žemle. Za občasného míchání opražíme do světle nazlátlé barvy. Směs knedlíků v prášku promícháme s vodou v řidší těsto, které ochutíme mletým květem, pepřem černým mletým a vegetou uzenou Vitana. Do těsta vmícháme uzeninu s žemlí a necháme chvíli odpočinout. Po chvíli z těsta tvoříme koule (dvě na porci), skládáme do vymaštěné gastronádoby a vaříme asi 15 minut v konvektomatu, nebo ve vodě (podle velikosti). Po uvaření a vypáření pomastíme rostlinným olejem. Při podávání knedlíky rozkrojíme na poloviny, sypeme restovanou cibulí Cronions a přikládáme k pečeným masům nebo dušené zelenině.



### 53 ŠUMAVSKÉ BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY S HOUSKOU

V bramborovém těstě promíchané kostičky žemle. Těsto tvarované do šišek a uvařené.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Bramborové těsto Vitana	900	900
Žemle	200	200
Voda do těsta	1 100	1 100
Sůl	8	8
Olej rostlinný na potřetí	20	20
Hladká mouka na vyválení	30	30

#### POSTUP PŘÍPRAVY:

Do směsi bramborového těsta vmícháme kostičky žemle, vodu a vypracujeme těsto, které tvarujeme do knedlíkových šišek. Vaříme v konvektomatu, nebo ve vodě asi 25 minut (podle velikosti). Vařené knedlíky potřeme rostlinným olejem a necháme vypářit. Poté krájíme požadované porce. Při podávání jimi doplňujeme pečená masa nebo dušená masa.

### 54 ZELNÉ KNEDLÍKY

Knedlíky promíchané s kysaným zelím. Tvarované do kulata a vařené při podávání roztržené.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Kysané zelí	500	500
Knedlíky v prášku Vitana	1 200	1 200
Voda do těsta	450	450
Hrubá mouka na vyválení	80	80
Olej rostlinný	60	60

#### POSTUP PŘÍPRAVY:

Kysané zelí překrájíme, přidáme směs knedlíky v prášku, vodu a vypracujeme v těsto. Tvoříme malé knedlíky (2 ks na porci), vkládáme do vymaštěné gastronádoby a vaříme v konvektomatu, nebo ve vodě podle velikosti asi 15 minut. Vařené potřeme olejem a při podávání je roztrhneme. Tato příloha je vhodná k pečeným masům.

### 55 ŠUMAVSKÉ ŠPEKOVÉ KNEDLÍKY

Těsto na chlupaté knedlíky, doplněné kostičkami žemle a drůbeží šunky.

**Hmotnost 1 porce: 220g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Chlupaté knedlíky Vitana	800	800
Žemle	250	250
Uzený kuřecí nářez, nebo uzenina	200	200
Uzená vegeta Vitana	20	20
Voda do těsta	1 000	1 000
Olej rostlinný na potřetí knedlíků	80	80
Polohrubá mouka na vyválení	50	50

#### POSTUP PŘÍPRAVY:

Směs na chlupaté knedlíky smícháme s kostičkami žemle a uzeným kuřecím nářezem. Ochutíme uzenou vegetou a promícháme se studenou vodou. Po chvíli z těsta tvoříme koule (dvě na porci), skládáme do vymaštěné gastronádoby a vaříme 20 minut v konvektomatu. Koule můžeme též vařit asi 20 minut ve vodě (podle velikosti). Po uvaření a vypáření pomastíme rostlinným olejem a při podávání doplníme dušenou zeleninou nebo pečeným vepřovým masem.

## 56 ČOČKA S RÝŽÍ A LISTOVÝM ŠPENÁTEM

Dušená čočka s rýží smíchaná s podušeným špenátem.

Hmotnost 1 porce: 230g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Čočka Vitana	400	840
Rýže dlouhozrnná Vitana	400	960
Sůl	16	16
Restovaná cibule CronionsVitana	50	50
Voda do rýže	1 400	0
Olej rostlinný	70	70
Cibule	100	75
Olej rostlinný	60	60
Česnek sušený mletý Vitana	20	20
Voda do česneku	60	60
Špenát listový mražený	600	600
Muškatový oříšek	1	1
Nové koření mleté	1	1
Vegeta originál Vitana	6	6

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Čočku a rýži dlouhozrnnou propláchneme v horké vodě, vložíme do gastronádoby, osolíme a ochutíme restovanou cibulí Cronions. Zalijeme horkou vodou, zakápneme olejem a promícháme. Vaříme v konvektomatu, nebo pozvolna dusíme přiklopené v horkovzdušné troubě 35 - 40 minut. Poté promícháme a přidáme takto připravený špenát: cibuli drobně nakrájíme, krátce orestujeme na oleji, přidáme česnek sušený mletý, předem namočený ve vodě, rozmrzlý listový špenát a ochutíme muškátovým oříškem, novým kořením mletým, vegetou originál a krátce podusíme. Společně zlehka promícháme s upravenou rýží s čočkou. Podáváme k různě upraveným pečeným nebo dušeným masům. Pokrm také můžeme dát na talíř, uprostřed uděláme jamku, do které vlijeme jogurt, a posypeme osmahnutou cibulí s česnekem a novým kořením.

## 57 CIZRNA PO ZÁHORÁCKU

Vařená cizrna promíchaná s kysaným zelím. Chuť je po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Cizrna Vitana	800	1 600
Voda	2 500	0
Sůl	30	30
Olej rostlinný	150	150
Cibule	250	225
Kmín celý	20	20
Zelí kysané	800	800
Vegeta speciál Vitana	10	10

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Cizrnu namočíme den předem. Přivedeme k varu a první vodu po zavaření slijeme, zalijeme čistou a uvaříme doměkka. Během varu sbíráme z povrchu pěnu. Ke konci varu osolíme. Uvařenou cizrnu scedíme. Na rostlinném oleji orestujeme nadrobno nakrájenou cibuli s kmínem celým. Přidáme překrájené kysané zelí a asi 1/2 hod. dusíme. Dušené zelí promícháme s cizrnou a podle potřeby dochutíme vegetou speciál. Podáváme k uzenému nebo pečenému masu.

## 58 CIZRNA S KROUPAMI A BROKOLICÍ

Vařená cizrna s kroupami doplněná brokolicí. Chuť je po použitých surovinách.

**Hmotnost 1 porce:** 300g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Cizrna Vitana	650	1 300
Kroupy ječné střední	500	1 500
Voda na vaření cizrny a krup	3 300	0
Sůl	14	14
Řasy Hiziki	2	2
Olej rostlinný	60	60
Cibule	100	75
Brokolice mražená	300	300
Vegeta speciál Vitana	16	16

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Cizrnu namočíme den předem. Vodu slijeme, zalijeme čistou a vaříme spolu s kroupami doměkka. Osolíme a přidáme řasy Hiziki krájené na malé kousky. Na rostlinném oleji orestujeme nadrobno nakrájenou cibuli s růžičkami brokolice. Směs vmícháme do cizrny s kroupami a dochutíme Vegetou speciál. Tuto přílohu podáváme k pečeným i dušeným masům s chutí česneku, slaniny.

## 59 ČOČKA S RAJČATY A KŘENEM

Čočka s podušenými rajčaty, strouhaným křenem a smetanou.

**Hmotnost 1 porce:** 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Čočka Vitana	900	2 000
Voda na namáčení a vaření čočky	4 000	
Restovaná cibule CronionsVitana	60	60
Drcená rajčata Vitana	500	500
Křen	100	60
Smetana	80	80
Vegeta originál Vitana	25	25

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Přebranou a propranou čočku zalijeme vodou a uvaříme doměkka, scedíme. K vařené čočce přidáme restovanou cibuli Cronions, drcená rajčata, nastrouhaný křen, smetanu a promícháme. Ochutíme vegetou originál. Podáváme k uzeným, pečeným masům i ke klobásám.

## 60 CIZRNA SE ZELENINOU

Vařená cizrna promíchaná s teplou zeleninou. Chuť je po použitých surovinách.

**Hmotnost 1 porce:** 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Cizrna Vitana	600	1 200
Voda	2 500	0
Sůl	30	30
Olej rostlinný	100	100
Cibule	250	225
Drůbeží šťáva Vitana	26	26
Voda na zalití	250	250
Hrášek s karotkou Vitana - bez nálevu	200	200
Kukuřice sladká Vitana - bez nálevu	200	200
Vegeta originál Vitana	12	12

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Cizrnu namočíme den předem. Přivedeme k varu, první vodu po zavaření slijeme, zalijeme čistou a uvaříme doměkka. Během varu sbíráme z povrchu pěnu. Ke konci varu osolíme. Uvařenou cizrnu scedíme. Na rostlinném oleji orestujeme nadrobno nakrájenou cibuli, zasypeme drůbeží šťávou a zakápneme studenou vodou a 1 minutu povaříme. Přidáme vařenou cizrnu, hrášek s karotkou, kukuřici sladkou, ochutíme vegetou originál a před podáváním regenerujeme. Přílohu podáváme k pečeným i dušeným masům, roládám nebo k salátům.

## 61 CIZRNOVÁ KAŠE S PETRŽELKOU

Světle hnědá kaše s chutí římského kmínu a jogurtu.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Cizrna Vitana	750	1 650
Voda	3 000	0
Sůl	30	30
Petrželová nať Vitana	5	5
Bílý jogurt	500	500
Římský mletý kmín	20	20
Citronová šťáva	50	50

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Cizrnu namočíme den dopředu, poté zavaříme a vodu scedíme. Zalijeme čistou vodou a vaříme doměkka. Scedíme (necháme 1/4 vody), rozmixujeme (jemně semeleme) na jemnou kaši. Přidáme petrželovou nať Vitana, bílý jogurt a dochutíme římským kmínem drceným, solí a citronovou šťávou. Doporučujeme servírovat s uzeným masem, opečenou klobásou, grilovaným masem či grilovanou zeleninou.

## 62 CIZRNOVÉ PLACKY

Uvařená, rozmixovaná cizrna smíchaná s krkonošským bramborákem, kostičkami anglické slaniny, vše ochucené římským kmínem a uzenou vegetou.

Hmotnost 1 porce: 300g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Cizrna Vitana	400	800
Voda na vaření cizrny	1 000	
Voda z cizrny na rozmixování		300
Krkonošský bramborák Vitana	600	600
Voda do bramboráku	1 200	1 200
Anglická slanina	150	150
Vejce	160	160
Římský kmín mletý	20	20
Vegeta uzená Vitana	24	24
Olej rostlinný	400	400

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Cizrnu uvaříme podle návodu. Scedíme a část vody si necháme. Tu přidáme k 2/3 cizrny a společně rozmixujeme (můžeme i jemně semlít). Krkonošský bramborák připravíme podle návodu. Po chvilce do něho přidáme rozmixovanou cizrnu, část celé cizrny, kostičky anglické slaniny a celá vejce. Ochutíme římským kmínem mletým a vegetou uzenou Vitana. Promícháme a pečeme do zlatova v lívanečnicku nebo v pánvi. Placky můžeme doplnit pečeným, dušeným masem nebo zeleninovým salátem.

### 63 CIZRNOVÉ PYRÉ

Světlehnědá haše s výraznou chutí citrónové šťávy a římského kmínu.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Cizrna Vitana	500	1 000
Voda na vaření cizrny	2 000	
Sůl	25	25
Česnek sušený mletý Vitana	20	20
Voda do česneku	100	100
Jogurt bílý	500	500
Citrónová šťáva	20	20
Římský mletý kmín	8	8
Petrželová nať	20	16
Paprika lahůdková mletá Vitana	10	10
Olivový olej	50	50
Voda na zředění pure	400	400

#### POSTUP PŘÍPRAVY:

Cizrnu uvaříme podle návodu. Scedíme a vodu si uchováme k případnému zředění kaše. Cizrnu ochutíme solí, česnekem sušeným mletým předem namočeným ve studené vodě, bílým jogurtem, citrónovou šťávou, římským kmínem mletým, sekanou petrželovou natí, paprikou lahůdkovou mletou, olivovým olejem a společně rozmixujeme nebo jemně semeleme. K takto upravené kaši můžeme podávat uzená kuřecí stehna, klobásu nebo jiná masa.

### 64 ČOČKA NA KYSELO

Čočka zahuštěná, s chutí jemně kyselou.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Čočka Vitana	1 000	2 100
Voda na namáčení a vaření čočky	4 000	
Restovaná cibule CronionsVitana	60	60
Jíška Vitana	30	30
Voda do jíšky	50	50
Sůl	30	30
Ocet	50	50
Sušená petržel Vitana	1	1

#### POSTUP PŘÍPRAVY:

Přebranou a propranou čočku Vitana zalijeme vodou a uvaříme doměkka, scedíme. Přidáme restovanou cibuli Cronions, jíšku rozmíchanou ve vlažné vodě a promícháme. Společně krátce podusíme. Ochutíme solí, octem a petrželí. Podáváme k uzeným, pečeným masům, sázeným vejším nebo klobásám.

## 65 ČOČKA V ZELENINĚ

Čočka s kořenovou zeleninou mírně zahuštěná. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Čočka Vitana	900	1 890
Voda na namáčení a vaření čočky	4 000	
Restovaná cibule CronionsVitana	60	60
Jíška Vitana	30	30
Voda do jíšky	50	50
Podzimní zeleninová směs Vitana	100	600
Voda na vaření zeleniny	800	0
Vegeta originál Vitana	20	20
Petrželová nať	8	6

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Přebranou a propranou čočku zalijeme vodou, uvaříme do poloměkka a scedíme. Přidáme restovanou cibuli Cronions, jíšku rozmíchanou ve vlažné vodě a předem uvařenou zeleninovou směs. Promícháme a společně krátce podusíme. Ochutíme vegetou originál a sekanou petrželovou natí. Podáváme k pečenému, uzenému i vařenému masu.

## 66 FAZOLE PINTO SYPANÉ OSMAŽENOU HOUSKOU A STROUHANÝM SÝREM

Fazole Pinto jemně ochucené a při podávání sypané osmaženou houskou a strouhaným sýrem. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Fazole Pinto Vitana	800	1 760
Voda na vaření fazolí	3 000	
Vegeta originál Vitana	20	20
Restovaná cibule CronionsVitana	100	100
Máslo	50	50
Strouhaná houska	100	100
Olej rostlinný	80	80
Sýr eidam	100	100

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Fazole Pinto uvaříme podle návodu. Scezené ochutíme vegetou originál, restovanou cibulí Cronions a omastíme rozpuštěným máslem. Strouhanou housku krátce osmažíme na oleji. Fazole při podávání sypane osmaženou houskou a strouhaným sýrem. Příloha je vhodná k uzenému, pečenému masu.

## 67 HRACHOVEC

Uvařená rýže, hrách smíchaná s osmaženou cibulí, ochucená česnekem, solí a majoránkou. Směs zapečená do zlatova. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Hrách zelený Vitana	500	1 050
Voda na vaření	3 000	
Rýže dlouhozrná Vitana	400	960
Restovaná cibule CronionsVitana	100	100
Olej rostlinný	80	80
Česnek sušený mletý Vitana	20	20
Voda do česneku	80	80
Sůl	8	8
Majoránka Vitana	2	2
Olej rostlinný na vymazání	10	10

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Hrách a rýži dlouhozrnou uvaříme podle návodu (místo rýže můžeme použít kroupy). Smícháme, přidáme restovanou cibuli Cronions, olej, česnek sušený mletý, předem namočený ve studené vodě, sůl a majoránku. Promícháme a vložíme do vymaštěné gastronádoby nebo pekáče. Pečeme v konvektomu při 150 °C nebo v elektrické troubě asi 15 minut. Tuto přílohu podáváme k pečeným masům.

## 68 LUŠTĚNINOVÁ KAŠE

Kaše husté konzistence s chutí po luštěninách a koření.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Hrách zelený Vitana	300	600
Čočka Vitana	300	600
Fazole bílé Vitana	300	600
Voda na namočení	3 000	
Voda na uvaření	5 000	
Cibule	150	135
Olej rostlinný	80	80
Paprika sladká Vitana	60	60
Sušený česnek Vitana	6	6
Voda do česneku	50	50
Sůl	12	12
Olivový olej	40	40
Citónová šťáva	20	20

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Luštěniny propereme a přes noc namočíme. Uvaříme doměkka, scedíme a poté rozmixujeme nebo jemně semeleme. Cibuli nakrájíme na drobno, krátce orestujeme na oleji, přidáme papriku sladkou a zalijeme vodou. Přidáme sušený česnek mletý, který jsme předem namočili do studené vody. Směs přidáme do semletých luštěnin, ochutíme solí, olivovým olejem a citronovou šťávou. Podáváme s pečeným, uzeným masem nebo uzeninou.

## 69 LUŠTĚNINOVÝ PREJT

Prejt z luštěnin, ochucený česnekem, majoránkou, novým kořením.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Hrách zelený Vitana	300	625
Voda na vaření hrachu	1 000	
Pohanka	120	360
Jemná směs pro mletá masa Vitana	150	150
Voda do směsi	400	400
Mrkev	110	90
Slanina	150	150
Cibule	160	135
Majoránka Vitana	1	1
Nové koření mleté Vitana	1	1
Sušený česnek Vitana	5	5
Voda do česneku	20	20
Olej rostlinný na vymaštění gastronádoby	50	50
Strouhaná houska na vysypání	60	60
Slunečnicové semínko	6	6
Lněné semínko	4	4

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Hrách zelený uvaříme podle návodu. Pohanku uvaříme též podle návodu. Jemnou směs pro mletá masa Vitana vmícháme do studené vody a necháme chvíli namočit. Uvařené, chladné luštěniny smícháme s jemnou směsí pro mletá masa Vitana a hrubě strouhanou mrkví. Slaninu nakrájíme na kostičky, rozpečeme, přidáme drobně krájenou cibuli, krátce osmažíme a přidáme k luštěninám. Ochutíme majoránkou, novým kořením mletým, česnekem sušeným mletým, předem namočeným ve studené vodě a vše promícháme. Gastronádobu vymastíme olejem, vysypeme strouhanou houskou a rozetřeme připravenou hmotou. Povrch posypeme slunečnicovým a lněným semínkem, vložíme do konvektomatu, nebo horkovzdušné trouby a pečeme při teplotě 165°C asi 20 minut. Pečený prejt krájíme na úhledné kostky. Při podávání luštěninový prejt můžeme doplnit teplou zeleninou, pečeným, nebo uzeným masem či klobásou.

## 70 NASTAVOVANÁ HRACHOVÁ KAŠE S CIBULKOU

Uvařený a jemně semletý zelený hrách s bramborovou kaší, ochucený cibulí Cronions, česnekem a pepřem. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Hrách zelený Vitana	550	1 200
Voda na vaření hrachu	3 000	
Bramborová kaše s mlékem Vitana	250	250
Máslo do kaše	45	45
Sůl do kaše	4	4
Voda do kaše	1 250	1 250
Česnek sušený mletý Vitana	20	20
Voda do česneku	60	60
Restovaná cibule CronionsVitana	60	60
Pepř černý mletý Vitana	1	1
Vegeta speciál Vitana	10	10



**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Hrách zelený uvaříme podle návodu, scedíme a jemně semeleme. Bramborovou kaši s mlékem uvaříme podle návodu. Česnek sušený mletý promícháme ve studené vodě, po chvilce přidáme spolu se semletým hrachem do bramborové kaše a restovanou cibulí Cronions. Ochutíme pepřem černým mletým, vegetou speciál a podle potřeby povolíme teplým mlékem. Kaši podáváme k uzeným, pečeným masům, roládám i závitkům.

**71 BYLINKOVÝ BOCHÁNEK**

Pizza těsto ochucené bylinkami. Chuť jemná.

**Hmotnost 1 porce: 160g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Pizza těsto Vitana	1 000	1 000
Olej rostlinný do těsta	60	60
Voda do těsta	600	600
Petrželová nať Vitana	2	2
Pažitka Vitana	1	1
Hladká mouka na podsypání	30	30
Olej rostlinný na vymazání	20	20

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Pizza těsto Vitana připravíme podle návodu. Během míchání do těsta přidáme petrželovou nať a pažitku (můžeme přidat i čerstvé). Necháme chvíli odpočinout. Z těsta vyválíme váleček, překrájíme na špalíčky, z kterých vykoulíme bochánky. Skládáme do vymaštěné gastronádoby a necháme chvíli nakynout. Pečeme v konvektomatu, nebo v horkovzdušné troubě při 170 °C asi 10 minut podle velikosti bochánků. Tuto přílohu můžeme podávat k dušeným pokrmům, salátům nebo předkrmům.

**72 CIBULOVÝ BOCHÁNEK**

Pizza těsto ochucené restovanou cibulí Cronions. Chuť jemná.

**Hmotnost 1 porce: 160g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Pizza těsto Vitana	1 000	1 000
Olej rostlinný do těsta	60	60
Voda do těsta	600	600
Restovaná cibule CronionsVitana	80	80
Hladká mouka na podsypání	30	30
Olej rostlinný na vymazání	20	20

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Pizza těsto Vitana připravíme podle návodu. Během míchání do těsta přidáme restovanou cibuli Cronions. Necháme chvíli odpočinout. Z těsta vyválíme váleček, překrájíme na špalíčky, z kterých vykoulíme bochánky. Skládáme do vymaštěné gastronádoby a necháme chvíli nakynout. Pečeme v konvektomatu, nebo v horkovzdušné troubě při 170 °C asi 10 minut podle velikosti bochánků. Tuto přílohu můžeme podávat k dušeným pokrmům, salátům nebo k předkrmu.

### **73 PIZZA BOCHÁNEK S LNĚNÝM SEMÍNEM**

Pizza těsto ochucené lněným semínkem. Chuť jemná.

**Hmotnost 1 porce:** 160g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Pizza těsto Vitana	1 000	1 000
Olej rostlinný do těsta	60	60
Voda do těsta	600	600
Lněné semínko	90	90
Hladká mouka na podsypání	30	30
Olej rostlinný na vymazání	20	20

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Pizza těsto Vitana připravíme podle návodu. Během míchání do těsta přidáme lněné semínko. Necháme chvíli odpočinout. Z těsta vyválíme váleček, překrájíme na špalíčky, z kterých vykoulíme bochánky. Skládáme do vymaštěné gastronádoby a necháme chvíli nakynout. Pečeme v konvektomatu, nebo v horkovzdušné troubě při 170 °C asi 10 minut podle velikosti bochánků. Můžeme podávat k dušeným pokrmům (gulášům), k salátům nebo k předkrmu.

### **74 PIZZA BOCHÁNEK SE SLUNEČNICOVÝM SEMÍNEM**

Pizza těsto ochucené slunečnicovým semínkem. Chuť jemná.

**Hmotnost 1 porce:** 160g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Pizza těsto Vitana	1 000	1 000
Olej rostlinný do těsta	60	60
Voda do těsta	600	600
Slunečnicové semínko	90	90
Hladká mouka na podsypání	30	30
Olej rostlinný na vymazání	20	20

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Pizza těsto Vitana připravíme podle návodu. Během míchání do těsta přidáme slunečnicové semínko. Necháme chvíli odpočinout. Z těsta vyválíme váleček, překrájíme na špalíčky a z kterých vykoulíme bochánky. Skládáme je do vymaštěné gastronádoby a necháme chvíli nakynout. Pečeme v konvektomatu, nebo v horkovzdušné troubě při 170 °C asi 10 minut podle velikosti bochánků. Můžeme podávat k dušeným pokrmům (gulášům), k salátům nebo k předkrmu.

### **75 BOCHÁNEK PLNĚNÝ BROKOLICÍ**

Pizza těsto plněné brokolicí. Chuť jemná.

**Hmotnost 1 porce:** 170g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Pizza těsto Vitana	1 000	1 000
Olej rostlinný do těsta	60	60
Voda do těsta	600	600
Brokolice mražená	160	160
Hladká mouka na podsypání	30	30
Olej rostlinný na vymazání	20	20

### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Pizza těsto Vitana připravíme podle návodu. Necháme chvíli odpočinout. Z těsta vyválíme váleček, překrájíme na špalíčky, do kterých zabalíme brokolici předem krátce spařenou v konvektomatu. Zabalíme do tvaru bochánku, skládáme do vymaštěné gastronádoby a necháme chvíli nakynout. Pečeme v konvektomatu, nebo v horkovzdušné troubě při 170 °C asi 10 minut podle velikosti bochánků. Tuto přílohu můžeme podávat k dušeným pokrmům, k salátům nebo k předkrmu.

## **76 BOCHÁNEK PLNĚNÝ OLIVAMI**

Pizza těsto plněné olivami. Chuť po použitých surovinách.

**Hmotnost 1 porce: 170g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Pizza těsto Vitana	1 000	1 000
Olej rostlinný do těsta	60	60
Voda do těsta	600	600
Olivy černé bez pecek a nálevu	160	160
Hladká mouka na podsypání	30	30
Olej rostlinný na vymazání	20	20

### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Těsto Pizza Vitana připravíme podle návodu. Necháme chvíli odpočinout. Z těsta vyválíme váleček, překrájíme na špalíčky, do kterých zabalíme překrájené olivy a vykoulíme do tvaru bochánku, skládáme do vymaštěné gastronádoby a necháme chvíli nakynout. Pečeme v konvektomatu, nebo v horkovzdušné troubě při 170 °C asi 10 minut podle velikosti bochánků. Tuto přílohu můžeme podávat k dušeným pokrmům, k salátům nebo k předkrmu.

## **77 TOMATOVÝ BOCHÁNEK**

Pizza těsto ochucené rajčatovou omáčkou, vyválené bochánky a upečené do zlatova.

**Hmotnost 1 porce: 190g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Tomatová omáčka na pizzu Vitana	57	57
Voda do omáčky	450	450
Pizza těsto Vitana	1 000	1 000
Olej do těsta	70	70
Voda do těsta	550	550
Hladká mouka na vyválení	30	30
Olej rostlinný na vymazání plechu	20	20

### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Tomatovou omáčku na pizzu uvaříme podle návodu. Do směsi na pizzu přidáme chladnou rajčatovou omáčku, olej rostlinný, vlažnou vodu a vypracujeme vláčné těsto. Necháme chvíli odpočinout. Z těsta vyválíme váleček, překrájíme jej na špalíčky, z kterých tvarujeme bochánky. Ty skládáme do vymaštěné gastronádoby, necháme chvíli nakynout a poté je pečeme v konvektomatu nebo v horkovzdušné troubě při 170 °C asi 10 minut podle velikosti bochánků. Pečené podáváme k dušeným pokrmům, k salátům i doplněk k předkrmu.

## 78 ZELENINOVÝ ZÁVIN

Pizza těsto plněné směsí zeleniny se sýrem. Chuť jemná po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Pizza těsto Vitana	1 000	1 000
Olej rostlinný do těsta	60	60
Voda do těsta	600	600
Restovaná cibule CronionsVitana	30	30
Sýr mozzarella	120	120
Paprika červená	250	220
Hrášek s mrkví Vitana (bez nálevu)	250	250
Hladká mouka na podsypání	30	30
Olej rostlinný na vymazání	20	20

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Pizza těsto Vitana připravíme podle návodu. Necháme chvíli odpočinout. Z těsta vyválíme obdélník, který naplníme restovanou cibulí Cronions, mozzarellou, plátky papriky červené a hráškem s mrkví. Zabalíme do tvaru rolády, vložíme do vymaštěné gastronádoby a necháme chvíli nakynout. Pečeme v konvektomatu, nebo v horkovzdušné troubě při 170 °C asi 14 minut. Tuto přílohu můžeme podávat k pečeným masům nebo k salátům.

## 79 ZELNÝ BOCHÁNEK

Pizza těsto ochucené kysaným zelím. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 170g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Pizza těsto Vitana	1 000	1 000
Olej rostlinný do těsta	60	60
Voda do těsta	400	400
Kysané zelí	500	500
Hladká mouka na podsypání	40	40
Olej rostlinný na vymazání	20	20

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Pizza těsto Vitana připravíme podle návodu. Během míchání do těsta přidáme překrájené kysané zelí. Necháme chvíli odpočinout. Z těsta vyválíme váleček, překrájíme na špalíčky, z kterých vykoulíme bochánky. Skládáme do vymaštěné gastronádoby a necháme chvíli nakynout. Pečeme v konvektomatu, nebo v horkovzdušné troubě při 170 °C asi 10 minut podle velikosti bochánků. Můžeme podávat k dušeným pokrmům (gulášům), k salátům nebo k předkrmu.

## 80 CELEROVÁ RÝŽE

Rýže s nudličkami celeru a chutí použitých surovin.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Olej rostlinný	80	80
Cibule	200	160
Rýže kulatozrnáVitana	650	1 625
Voda na zalití	800	0
Drůbeží vývar Vitana	18	18
Celer na nudličky Vitana ( bez nálevu)	350	350
Sůl	12	12
Petrželová nať Vitana	2	2

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Na rostlinném oleji orestujeme do sklovita cibuli. Přidáme propranou rýži kulatozrnou a krátce osmažíme. Zalijeme vodou ochucenou drůbežím vývarem. Přidáme celer na nudličky a vaříme v konvektomatu nebo dusíme v horkovzdušné troubě (po vsáknutí tekutiny rýži přiklopíme) asi 30 minut. Upravenou rýži promícháme vidličkou, provoníme petrželovou natí a podáváme k pečeným nebo dušeným masům, roládám, závitkům.

## 81 KARI RÝŽE

Kulatozrná rýže s kari kořením, cibulkou. Chuť použitých surovin.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Olej rostlinný	80	80
Cibule	200	160
Kari koření	10	10
Rýže kulatozrná Vitana	900	1 800
Voda na zalití	1 200	0
Sůl	20	20

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Na rostlinném oleji orestujeme dosklovata cibuli, zasypeme kari kořením, přidáme propranou rýži kulatozrnou a krátce opražíme. Zalijeme vodou, osolíme a vaříme v konvektomatu nebo dusíme v horkovzdušné troubě (po vsáknutí tekutiny rýži přiklopíme) asi 30 minut. Upravenou rýži promícháme vidličkou. Tato příloha je vhodná k pečeným nebo dušeným masům, roládám i závitkům.

## 82 KVĚTÁKOVÁ RÝŽE

Rýže s květákem a chutí použitých surovin.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Olej rostlinný	80	80
Cibule	120	100
Rýže kulatozrná Vitana	650	1 625
Voda na zalití	1 200	0
Drůbeží vývar Vitana	18	18
Květák mražený	400	400
Sůl	12	12
Pepř černý mletý Vitana	1	1
Kmín drcený Vitana	1	1

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Na rostlinném oleji orestujeme do sklovita cibuli. Přidáme propranou rýži kulatozrnou a krátce opražíme. Zalijeme vodou ochucenou drůbežím vývarem. Květák rozebereme na malé růžičky, přidáme do rýže, osolíme, okořeníme pepřem černým mletým a kmínem mletým. Vaříme v konvektomatu nebo dusíme v horkovzdušné troubě (po vsáknutí tekutiny rýži přiklopíme) asi 30 minut. Upravenou rýži promícháme vidličkou. Tato příloha je vhodná k pečeným nebo dušeným masům s jemnou chutí.

### 83 PAŽITKOVÁ RÝŽE PARBOILED

Sypká, mírně nažloutlá rýže s kousky pažitky.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Rýže ParboiledVitana	800	2 160
Voda	1 100	
Sůl	20	20
Pažitka Vitana	2	2

#### POSTUP PŘÍPRAVY:

Rýži Parboiled uvaříme podle návodu. Do upravené rýže vmícháme pažitku a podáváme. Pokud máme čerstvé bylinky, lze připravit i bylinkovou rýži z nasekaných čerstvých bylinek (petrželka, šalvěj, celerová nať). Tato příloha je vhodná k dušeným, pečeným masům, roládám i závitkům.

### 84 RÝŽE DIVOKÁ S DÝŇOVÝMI SEMÍNKY

Divoká rýže s dýňovými semínky.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Rýže divoká Vitana	850	2 125
Voda	1 110	
Sůl	20	20
Dýňová semínka	40	40
Restovaná cibule CronionsVitana	20	20

#### POSTUP PŘÍPRAVY:

Rýži divokou propláchneme teplou vodou, přidáme vodu, sůl, dýňová semínka a restovanou cibuli Cronions. Uvaříme podle návodu, promícháme vidličkou a podáváme. Tato příloha je vhodná k dušeným, pečeným masům, roládám i závitkům.

### 85 RÝŽOVÉ TROJHRÁNKY

Rýžový nákyt se zeleninou. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Rýže kulatozrnáVitana	600	1 440
Sůl do rýže	10	10
Voda do rýže	800	
Olej rostlinný do rýže	30	30
Paprika červená	100	85
Sezam černý	1	1
Petrželová nať Vitana	2	2
Vejce	240	240
Hladká mouka	120	120
Smetana 33 %	80	80
Pórek	100	85
Vegeta speciál Vitana	16	16
Olej rostlinný na vymazání	20	20
Strouhaná houska na vysypání	30	30

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Rýži kulatoznnou uvaříme podle návodu. Papriku červenou, pórek a překrájíme na nudličky. Přidáme žlutky, smetanu, hladkou mouku, koření, vypárenou rýži a z bílků sníh. Tuto hmotu rozetřeme na vymaštěný a strouhanou houskou vysypaný gastroplech. Upravujeme v konvektomatu na kombinovaný program asi 20 minut při 140 °C, nebo pozvolna pečeme přiklopené v horkovzdušné troubě. Po upečení krájíme na jednotlivé porce. Směs můžeme také vložit do tvořítka vyložené fólií, povrch překrýt zbylou fólií a vařit v konvektomatu asi 20 minut. Podáváme k roládám, závitkům i pečeným masům.

**86 RÝŽE PARBOILED S JÁHLAMI A NUDLIČKAMI MRKVE**

Rýže Parboiled obohacená jáhlami a zeleninou. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Rýže ParboiledVitana	500	1 350
Sůl	10	10
Voda do rýže	650	0
Jáhly	200	540
Sůl do jáhel	8	8
Voda na vaření jáhel	1 000	0
Cibule	100	85
Olej rostlinný	110	110
Mrkev	120	100
Vegeta speciál Vitana	8	8

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Rýži Parboiled uvaříme podle návodu. Jáhly spaříme ve vodě, scedíme a zalijeme vodou, kterou osolíme. Uvaříme doměkka, scedíme a propláchneme studenou vodou. Cibuli drobně nakrájíme a krátce orestujeme na rostlinném oleji, přidáme hrubě nastrohanou mrkev a společně chvíli restujeme. Tuto směs a vařené jáhly promícháme s upravenou rýží Parboiled. Ochutíme vegetou speciál. Tato příloha je vhodná k dušeným pokrmům.

**87 RÝŽE PARBOILED S POHANKOU A PÓRKEM**

Rýže doplněná pohankou a pórkem s cibulkou. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Rýže ParboiledVitana	500	1 350
Voda do rýže	650	
Sůl	6	6
Pohanka	200	600
Voda na vaření pohanky	800	
Sůl do vody	8	8
Pórek	200	160
Olej rostlinný	30	30
Cibule	100	85
Vegeta originál Vitana	6	6

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Rýži Parboiled uvaříme podle návodu. Pohanku propláchneme a 3 minuty vaříme v osolené vodě, vypneme zdroj tepla a necháme asi 20 minut pod pokličkou dojít. Přebytečnou vodu scedíme. Očištěnou cibuli nakrájíme na proužky, vložíme na olej a osmažíme do slabě růžova. Přidáme proužky póru a vmícháme do upravené rýže spolu s vařenou pohankou. Ochutíme vegetou originál. Tato příloha je vhodná k rajčatovým omáčkám, dušeným pokrmům i k roládám.

## 88 RÝŽE PARBOILED S ČERVENÝMI FAZOLEMI

Sypká, mírně nažloutlá rýže s červenými fazolemi.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Rýže ParboiledVitana	600	1 620
Voda	800	
Sůl	20	20
Červené fazole v jemném nálevu Vitana	600	600

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Rýži Parboiled uvaříme podle návodu. Do upravené rýže vmícháme červené fazole a podáváme. Tato příloha je vhodná k dušeným, pečeným masům, roládám i závitkům.

## 89 RÝŽE S ČOČKOVOU MOZAIKOU

Dušená rýže s čočkou ochucená cibulí.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Čočka Vitana	500	1 050
Rýže dlouhozrná Vitana	500	1 200
Sůl	16	16
Restovaná cibule CronionsVitana	50	50
Voda do rýže	1 500	0
Olej rostlinný	70	70

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Čočku a rýži dlouhozrnou propláchneme v horké vodě, vložíme do gastronádoby, osolíme a ochutíme restovanou cibulí Cronions. Zalijeme horkou vodou, zakápneme olejem a promícháme. Vaříme v konvektomatu, nebo pozvolna dusíme přiklopené v horkovzdušné troubě asi 30 minut. Poté promícháme vidličkou a podáváme k různě upraveným masům (pečeným, dušeným, roládám, závitkům).

## 90 RÝŽE S KROUPAMI

Dušená rýže s kroupami, ochucená cibulí.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Kroupy střední velikosti	400	400
Rýže dlouhozrná Vitana	400	400
Sůl	12	12
Restovaná cibule CronionsVitana	50	50
Zeleninový vývar Vitana	26	26
Voda do rýže	1 350	1 350
Olej rostlinný	70	70
Petrželová nať Vitana	2	2

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Kroupy a rýži dlouhozrnou propláchneme v horké vodě, vložíme do gastronádoby, osolíme, ochutíme restovanou cibulí Cronions a zeleninovým vývarem. Zalijeme horkou vodou, zakápneme olejem a promícháme. Vaříme v konvektomatu, nebo pozvolna dusíme přiklopené v horkovzdušné troubě asi 30 minut. Poté promícháme vidličkou, provoníme Petrželovou natí a podáváme k různě upraveným masům pečeným, uzeným, dušeným pokrmům nebo i se zeleninovým salátem.



## 91 RÝŽE S OVESNÝMI VLOČKAMI

Rýže dlouhozrná s ovesnými vločkami. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Ovesné vločky	200	400
Máslo	100	100
Rýže dlouhozrná Vitana	700	1 680
Voda	910	
Sůl	16	16
Pažitka Vitana	2	2

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Ovesné vločky opečeme na másle. Přidáme propranou rýži dlouhozrnou, zalijeme odměřeným množstvím vody, osolíme a promícháme. Vaříme v konvektomatu nebo dusíme v horkovzdušné troubě (po vsáknutí vody přiklopíme) asi 30 minut. Upravenou rýži promícháme vidličkou a provoníme Pažitkou. Tato příloha je vhodná k pečeným i dušeným masům, roládám i závitkům.

## 92 ROZINKOVÁ RÝŽE

Rýže nasládlé chuti.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Rýže dlouhozrná Vitana	850	2 040
Sůl	10	10
Rozinky	100	100
Drůbeží vývar Vitana	11	11
Voda do vývaru	1 105	

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Rýži dlouhozrnou propláchneme horkou vodou. Osolíme a vmícháme rozinky. Zalijeme drůbežím vývarem, který jsme připravili podle návodu a tepelně upravujeme v konvektomatu nebo horkovzdušné troubě asi 30 minut. Upravenou rýži promícháme vidličkou. Podáváme k nasládlým pokrmům.

## 93 RÝŽE S VLASOVÝMI NUDLEMI

Rýže s nudlemi. Chuť másla a použitých surovin.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Vlasové nudle Vitana	400	1 280
Máslo	100	100
Rýže dlouhozrná Vitana	420	1 008
Voda	1 200	0
Sůl	10	10

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Vlasové nudle opečeme na másle. Přidáme propranou rýži dlouhozrnou a společně opražíme. Zalijeme odměřeným množstvím vody, osolíme a promícháme. Vaříme v konvektomatu nebo dusíme horkovzdušné troubě (po vsáknutí vody přiklopíme) asi 30 minut. Tato příloha je vhodná k pečeným i dušeným masům.

## 94 RÝŽOVÝ NÁKYP S PAŽITKOU

Vařená, ochucená rýže doplněná, smetanou, vejcem a pažitkou. Vše spojené a upravené v konvektomatu.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Kulatozrná rýže Vitana	700	1 750
Sůl	14	14
Voda do rýže	800	
Vejce	200	200
Hladká mouka	150	150
Smetana 33 %	100	100
Pažitka Vitana	4	4
Vegeta speciál Vitana	16	16
Olej rostlinný na vymazání	20	20
Strouhaná houska na vysypání	40	40

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Kulatozrnou rýži uvaříme v konvektomatu podle návodu. Do vychladlé vmícháme žoutky, sníh z bílků, hladkou mouku, smetanu, Pažitku a ochutíme Vegetou speciál. Rýžovou hmotu rozetřeme na vymaštěný, strouhanou houskou vysypaný gastroplech. Upravujeme v konvektomatu na kombinovaný provoz asi 20 minut při teplotě 140 °C, nebo pozvolna pečeme přikryté v horkovzdušné troubě. Po upravení krájíme jednotlivé porce. Pokud hmotu vložíme do tvořítka (tvaru tunelu), vyložíme pro lepší vyklopení formu fólií. Vaříme v konvektomatu asi 20 minut. Poté krájíme jednotlivé porce. Podáváme k dušeným masům.

## 95 RÝŽOVÉ COCA-COLOVÉ FLAMERI

Kulatozrná rýže upravovaná s nápojem coca-cola a poté připravená jako nákyp.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Kulatozrná rýže Vitana	700	1 860
Olej rostlinný	80	80
Sůl	4	4
Nápoj coca-cola	550	0
Voda do rýže	400	0
Vejce	160	160
Olej rostlinný na vymaštění	20	20
Strouhaná houska na vysypání	40	40

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Kulatozrnou rýži Vitana propláchneme, orestujeme na rostlinném oleji, zalijeme coca-colou a vodou. Ochutíme solí a vaříme v konvektomatu 30 minut. Rýži můžeme také dusit s přiléváním tekutiny doměkka. Hotovou rýži promícháme, necháme vypářit a zchladit. Poté přidáme vejce, zamícháme a vložíme do vhodné formy, vyložené fólií. Vaříme v konvektomatu asi 12-20 min (podle zvolené výšky). Rýžovou hmotu také můžeme vložit do vymaštěné gastronádoby vysypané strouhanou houskou. Upravujeme v konvektomatu na kombinovaný program při 150°C asi 20 minut. Při podávání vkusně krájíme rýžové flameri třeba na kostičky. Podáváme k nasládlým pokrmům.

## 96 RÝŽE S CIZRNOU

Dušená rýže promíchaná s cizrnou, ochucená cibulí a petrželovou natí.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Cizrna Vitana	300	600
Voda na vaření cizrny	1 000	0
Rýže dlouhozrná Vitana	600	1 440
Sůl	12	12
Restovaná cibule CronionsVitana	50	50
Zeleninový vývar Vitana	26	26
Voda do rýže	800	
Olej rostlinný	70	70
Petrželová nať Vitana	2	2

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Cizrnu uvaříme podle návodu. Rýži dlouhozrnou propláchneme v horké vodě, vložíme do gastronádoby, osolíme, ochutíme restovanou cibulí Cronions a zeleninovým vývarem. Zalijeme horkou vodou, zakápneme olejem a promícháme. Vaříme v konvektomatu, nebo pozvolna dusíme přiklopené v horkovzdušné troubě asi 30 minut. Poté promícháme vidličkou, přidáme vařenou cizrnu a petrželovou nať. Podáváme k dušeným masům, roládám, závitkům.

## 97 SLAVNOSTNÍ RÝŽE S ARAŠÍDY

Aromatická, pikantní chuť.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Rýže dlouhozrná Vitana	850	2 000
Sůl	10	10
Rozinky	100	100
Jemný drůbeží vývar Vitana	11	11
Voda do vývaru	1 100	0
Mandle	80	60
Arašídý	80	70
Voda na namočení	400	0
Olej rostlinný	80	80

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Rýži dlouhozrnou Vitana propláchneme horkou vodou. Osolíme, vmícháme rozinky a zalijeme jemným drůbežím vývarem, který jsme připravili podle návodu. Tepelně upravujeme v konvektomatu nebo horkovzdušné troubě asi 30 minut. Mandle a arašídý namočíme do vroucí vody a pak je oloupeme, rozpůlíme a osušíme. Osušené opražíme na oleji a vmícháme do hotové rýže.

## 98 COCA-COLOVÁ RÝŽE

Kulatozrná rýže upravovaná s nápojem Coca-cola. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Kulatozrná rýže Vitana	850	2 125
Olej rostlinný	80	80
Sůl	6	6
Nápoj cocacola	700	0
Voda do rýže	450	0

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Kulatozrnou rýži propláchneme, orestujeme na rostlinném oleji, zalijeme Coca-Colou a vodou. Ochutíme solí a vaříme v konvektomu asi 30 minut. Rýži můžeme také dusit s přidáním tekutiny v elektrické troubě doměkka. Před dokončením se přiklopí. Upravenou rýži promícháme, necháme vypářit. Podáváme k nasládlým pokrmům.

## 99 HOUBOVÝ KUSKUS

Kuskus ochucený slaninou, žampiony a pórkem.

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Kuskus Vitana	700	2 100
Voda do kuskusu	1 400	
Zeleninový vývar Vitana	24	24
Slanina	120	120
Čerstvé žampiony	100	90
Pórek	350	320
Vegeta houbová Vitana	10	10
Pepř černý mletý Vitana	2	2

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Kuskus, připravíme podle návodu. Vodu do kuskusu ochutíme zeleninovým vývarem. Slaninu nakrájíme na malé kostičky, rozpustíme, přidáme plátky žampionů a nudličky póruku. Orestujeme. Směs vmícháme do připraveného kuskusu. Dochutíme Vegetou houbovou a pepřem černým mletým. Můžeme podávat k pečeným masům, roládám i závitkům.

## 100 ITALSKÉ NUDLE ZAPEČENÉ S BROKOLICÍ

Zapečené široké nudle s brokolicí. Chuť po použitých surovinách.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Široké nudle Vitana	500	1 500
Voda na vaření	3 000	0
Sůl na vaření těstovin	40	40
Brokolice mražená	220	220
Vegeta originál Vitana	16	16
Olej rostlinný	10	10
Strouhaná houska	50	50
Mléko	200	200
Vejte	240	240

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Široké nudle uvaříme podle návodu. Přidáme překrájené růžičky brokolice, ochutíme Vegetou originál. Vložíme do vymaštěné a strouhanou houskou vysypané gastronádoby a pečeme v konvektomu, nebo v horkovzdušné troubě při 140 °C 15 minut. Po krátkém zapečení přelijeme těstoviny mlékem s rozšlehanými vejci. Dopékáme asi 25 minut do zlatova. Při podávání zdobíme sekanou petrželí a doplňujeme kuřecím, vepřovým nebo krůtím plátkem přírodním nebo na paprice.

### **101 KREVETOVÝ KUSKUS**

Kuskus s krevetami. Chuť po použitých surovinách

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Zeleninový vývar Vitana	20	20
Voda	1 000	0
Kuskus Vitana	500	1 500
Krevety předvařené vyloupané	500	500
Máslo	100	100
Pepř černý mletý Vitana	1	1
Petrželová nať Vitana	1	1

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Do vroucího zeleninového vývaru nasypeme kuskus, vypneme var, přiklopíme a necháme chvíli odpočinout. Předvařené, oloupané krevety rozmrazíme, lehce orestujeme na másle, vmícháme do hotového kuskusu, ochutíme pepřem černým mletým a petrželovou natí. Podáváme ke grilované zelenině nebo rybám.

### **102 KUSKUS S ANGLICKOU SLANINOU A ZLATOU CIBULKOU**

Kuskus s chutí opečené slaniny, cronions cibulky a římského kmínu.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Kuskus Vitana	650	1 950
Voda	1 300	0
Zeleninový vývar Vitana	30	30
Anglická slanina	90	90
Restovaná cibule Cronions Vitana	80	80
Římský mletý kmín Vitana	15	15

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Kuskus si připravíme podle návodu. Vodu na kuskus ochutíme zeleninovým vývarem. Anglickou slaninu nakrájíme na malé kostičky, rozpečeme a přidáme spolu s restovanou cibulí Cronions do kuskusu. Ochutíme římským kmínem mletým a promícháme. Můžeme podávat k dušeným masům, roládám i závitkům.

### **103 KUSKUS S VLASOVÝMI NUDLEMI**

Kuskus ochucený česnekem, cibulí upravovaný s vlasovými nudlemi.

**Hmotnost 1 porce: 240g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Máslo	100	100
Cibule	100	75
Vlasové nudle Vitana	300	960
Česnek sušený mletý Vitana	20	20
Voda do česneku	60	60
Voda na zalití	2 300	0
Zeleninový vývar Vitana	30	30
Kuskus Vitana	500	1 500
Petrželová nať Vitana	1	1
Vegeta originál Vitana	12	12

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Na másle orestujeme drobně krájenou cibuli, přidáme vlasové nudle a restujeme do světle hněda. Zalijeme odměřenou vodou, ochutíme zeleninovým vývarem a česnekem sušeným mletým předem namočeným ve studené vodě. Přiklopíme a mírně vaříme asi 7 minut. Potom vypneme var, vsypeme kuskus, promícháme, přiklopíme a necháme chvíli odpočinout. Poté zlehka promícháme vidličkou a provoníme Petrželovou natí. Příloha je vhodná ke kuřecímu masu, závitkům i dušeným pokrmům.

**104 ŠIROKÉ NUDLE SE ŽAMPIONY**

Uvařená těstovina promíchaná s podušenými žampiony.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Široké nudle Vitana	750	2 025
Voda	3 000	
Sůl	20	20
Máslo	80	80
Žampiony	110	100
Vegeta speciál Vitana	14	14

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Těstoviny Penne uvaříme podle návodu. Na másle osmahneme plátky žampionů a promícháme s vařenými těstovinami. Ochutíme Vegetou speciál. Tato příloha je vhodná dušeným pokrmům, roládám i smaženým rybám Vitana.

**105 ŠNECI S LISTOVÝM ŠPENÁTEM**

Uvařená těstovina promíchaná s ochuceným špenátem.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Šneci Vitana	650	1 560
Voda	3 000	
Sůl	20	20
Olej rostlinný	70	70
Cibule	80	68
Špenát listový mražený	350	350
Bešamelová omáčka Vitana	18	18
Voda do omáčky	140	140
Vegeta speciál Vitana	12	12

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Těstovinu uvaříme podle návodu. Na rostlinném oleji osmahneme drobně krájenou cibuli, přidáme rozmrzlý špenát, bešamelovou omáčku promíchanou ve studené vodě. Společně krátce podusíme. Směs promícháme s vařenými těstovinami. Ochutíme vegetou speciál. Příloha je vhodná dušeným, pečeným pokrmům, roládám i jako bezmasý pokrm se sýrem.

## **106 PEKINGSKÝ KUSKUS**

Kuskus ochucený míchanými vejci, šunkou a zeleninou.

Hmotnost 1 porce: 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Kuskus Vitana	650	1 950
Voda do kuskusu	1 300	0
Sůl do vody na kuskus	14	14
Šunka	100	100
Pekingské zelí	250	230
Paprika červená	200	185
Olej rostlinný na orestování	50	50
Olej rostlinný do vajec	50	50
Vejce	120	120
Vegeta originál Vitana	12	12
Pepř černý mletý Vitana	1	1

### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Kuskus Vitana připravíme podle návodu. Šunkou, pekingské zelí a červenou papriku nakrájíme na nudličky a mírně orestujeme na oleji. Na oleji v pánvi si připravíme míchaná vejce a spolu se směsí šunky a zeleniny vmícháme do kuskusu. Dochutíme vegetou originál a pepřem černým mletým. Při podávání můžeme doplnit zeleninovým ragú a pečeným masem.

## **107 TARHOŇA**

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Olej rostlinný	80	80
Drobení Vitana	700	2 100
Voda	1 900	
Sůl	10	10

### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Na oleji orestujeme za stálého míchání do světle hněda těstovinu Drobení, zalijeme studenou vodou, osolíme, promícháme, přiklopíme a pozvolna vaříme. Po chvíli zamícháme a upravujeme asi 20 minut. Těstovina je po úpravě zlatavá a sypká. Tarhoňou doplňujeme pečená masa.

## **108 TĚSTOVINOVÝ NÁKYP S JÁHLAMI A ZELENINOU**

Těstovinový nákyp se zeleninou a jáhlami, krájený do tvaru trojhránku.

Hmotnost 1 porce: 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Vlasové nudle Vitana	280	1 120
Sůl na vaření nudlí	10	10
Voda na vaření těstovin	2 000	
Jáhly	150	500
Voda na vaření jáhel	800	
Mražená zeleninová směs	200	200
Vejce	120	120
Jemná směs pro mletá masa Vitana	150	150
Bramborové těsto Vitana	90	90
Vegeta originál Vitana	10	10
Olej rostlinný na vymazání	20	20
Strouhaná houska na vysypání	40	40

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Podle návodu si uvaříme vlasové nudle a jáhly, propláchneme studenou vodou a scedíme. Přidáme překrájenou mraženou zeleninu, vejce, Jemnou směs pro mletá masa, bramborové těsto a vše ochutíme vegetou originál. Promícháme, vložíme do formy vyložené potravinářskou folií, překryjeme též folií a vaříme v konvektomatu asi 25-30 minut. Těstoviny můžeme též rozetřít do vymaštěné, strouhanou houskou vysypané gastronádoby a péci v konvektomatu, nebo v horkovzdušné troubě při 160°C asi 20 minut. Upravenou těstovinu krájíme před podáváním na jednotlivé porce (trojhránky). Podáváme k jemným omáčkám i k pečeným masům.

### **109 TĚSTOVINOVÉ KNEDLÍKY**

Směs vařených barevných vřeten, zeleniny, hub, smetany zabalené do fólie.

**Hmotnost 1 porce: 150g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Vřetena tříbarevná Vitana	300	810
Sůl na vaření	15	15
Voda na vaření	2 000	
Mražená zeleninová směs	220	220
Petrželová nať Vitana	1	1
Paprika červená	150	120
Jemná směs pro mletá masa Vitana	80	80
Smetana 33 %	100	100
Vejce	240	240
Žampióny	100	90
Vegeta originál Vitana	12	12

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Vřetena tříbarevná uvaříme podle návodu. Poté scedíme, propláchneme studenou vodou a necháme okapat. Do těstovin přidáme mraženou zeleninovou směs, petrželovou nať, proužky červené papriky, Jemnou směs pro mletá masa (nenamáčet do vody), smetanu a žoutky, z bílku sníh. Směs ochutíme vegetou originál, vložíme do potravinářské folie, zabalíme do tvaru válečku a vaříme v konvektomatu asi 25 minut (podle velikosti). Příloha je vhodná k jemným dušeným i k pečeným masům (kuřecí, králíčí).

### **110 TĚSTOVINY PENNE S KARI KOŘENÍM**

Uvařená těstovina promíchaná s kari kořením a smetanou.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Těstoviny Penne Vitana	800	1 840
Voda	3 000	
Sůl	20	20
Máslo	70	70
Cibule	100	85
Kari koření	10	10
Smetana	80	80
Petrželová nať Vitana	1	1

### POSTUP PŘÍPRAVY:

Těstoviny Penne uvaříme podle návodu. Na másle zpěníme drobně krájenou cibuli, zasypeme kari kořením a po krátkém osmahnutí zalijeme smetanou. Tuto směs promícháme s vařenými těstovinami. Tato příloha je vhodná ke grilovaným rybám, zelenině a dušeným pokrmům.



### **111 TAGLIATELLE VAJEČNÉ SE SLANINOU**

Uvařená těstovina promíchaná se směsí slaniny, cibule a sladké papriky.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Tagliatelle vaječné Vitana	800	2 000
Voda	3 000	
Sůl	20	20
Olej rostlinný	40	40
Cibule	80	68
Slanina	70	70
Paprika lahůdková mletá Vitana	10	10
Vegeta uzená Vitana	10	10

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Tagliatelle vaječné uvaříme podle návodu. Na rostlinném oleji osmahneme drobně krájenou cibuli a kostičky slaniny, zasypeme paprikou lahůdkovou mletou a rychle promícháme s vařenými těstovinami (při větším množství můžeme papriku zakápnout vodou). Ochutíme vegetou uzenou. Tato příloha je vhodná dušeným, pečeným masům, roládám, smaženým rybám Vitana i jako bezmasý pokrm se sýrem.

### **112 VŘETENA NA ITALSKÝ ZPŮSOB**

Uvařená těstovina promíchaná s podušenou cibulí, česnekem a rajčatovým protlakem.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Vřetena Vitana	650	1 760
Voda	3 000	
Sůl	20	20
Máslo	80	80
Cibule	100	85
Rajčatový protlak	240	240
Česnek sušený mletý Vitana	18	18
Voda do česneku	40	40
Vegeta originál Vitana	20	20

#### **POSTUP PŘÍPRAVY:**

Těstovinu Vřetena uvaříme podle návodu. Na másle osmahneme drobně krájenou cibuli, přidáme rajčatový protlak a vše podusíme. Ochutíme česnekem sušeným mletým předem namočeným ve studené vodě. Směs promícháme s vařenými těstovinami a podle potřeby dochutíme vegetou originál. Příloha je vhodná dušeným pokrmům, roládám i závitkům. Při navýšení porce můžeme podávat jako bezmasý pokrm sypaný sýrem a zdobený lístky bazalky.

### **113 ŠPENÁTOVÝ KUSKUS**

Kuskus s listovým špenátem s chutí česneku a římského kmínu.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Sůl	25	25
Voda	1 000	1 000
Kuskus Vitana	500	500
Listový špenát mražený	500	500
Česnek sušený mletý Vitana	30	30
Voda do česneku	50	50
Římský mletý kmín Vitana	15	15

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Kuskus připravíme podle návodu. V kastrolu podusíme rozmražený, listový špenát, ochutíme česnekem sušeným mletým, předem namočeným ve studené vodě, římským kmínem a promícháme s kuskusem. Doporučujeme servírovat se sázeným vejcem, uzeninou, k dušeným nebo pečeným pokrmům.

**114 TĚSTOVINY PENNE S ČOČKOU A CIBULÍ CRONIONS**

Uvařená těstovina promíchaná s čočkou, cibulí Cronions a ochucená kerblíkem.

**Hmotnost 1 porce:** 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Těstoviny Penne Vitana	650	1 500
Voda	3 000	0
Sůl	20	20
Čočka Vitana	220	570
Voda na vaření čočky	1 300	0
Restovaná cibule Cronions	80	80
Olivový olej	60	60
Vegeta speciál Vitana	18	18

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Těstoviny Penne uvaříme podle návodu. Čočku uvaříme také podle návodu. Do vařených těstovin přidáme čočku, restovanou cibuli Cronions, zakápneme olivovým olejem a ochutíme vegetou speciál a překrájeným kerblíkem. Tato příloha je vhodná pečeným rybám, jemným masům i k dušeným pokrmům.

**115 MEXICKÝ KUSKUS**

Kuskus s mexickým salátem. Chuť po použitých surovinách

**Hmotnost 1 porce:** 200g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Zeleninový vývar Vitana	20	20
Voda	1 000	0
Kuskus Vitana	500	1 500
Mexický salát Vitana (bez nálevu)	600	600
Sůl	2	2

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Do vroucího zeleninového vývaru nasypeme kuskus, vypneme var, přiklopíme a necháme chvilku odpočinout. Mexický salát zlehka vmícháme do kuskusu, podle chuti osolíme. Při podávání regenerujeme, sypeme čerstvou bylinkou a přikládáme k pečeným i dušeným pokrmům.

**116 FAZOLKOVÉ RAGŮ SE ŽAMPIONY**

Hustá krémová omáčka se žampiony a fazolkami. Chuť houbová, mírně navinulá.

**Hmotnost 1 porce:** 250g

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Houbová krémová polévka se slaninou Vitana	250	250
Mléko	1 000	1 000
Voda	500	500
Žampiony	450	400
Fazolové lusky Vitana	800	800
Petrželová nať čerstvá	30	20
Vegeta originál Vitana	6	6

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Houbovou krémovou polévku se slaninou Vitana uvaříme v mléce s vodou (hustá omáčka). Před dovařením přidáme měsíčky žampionů a dovaříme. Poté doplníme o fazolové lusky Vitana bez nálevu, sekanou petrželovou nať a podle potřeby dochutíme vegetou originál Vitana. Fazolkové ragů připravujeme těsně před vydáváním, aby si fazolky zachovaly svoji chuť. Podáváme s bramborem jako bezmasý pokrm, nebo doplníme pečenými kuřecími rolkami Vitana.

**117 HRÁŠEK SE ŽAMPIONY**

\_Hrášek jemný doplněný dušenými žampiony s cibulí. Chuť jemná po použitých surovinách.

**Hmotnost 1 porce: 200g**

DRUH POTRAVIN	Hmotnost v g/ml	
	Hrubá	Čistá
Máslo	80	80
Cibule	80	75
Žampiony	100	95
Hrášek jemný Vitana (bez nálevu)	1 900	1 900
Vegeta originál Vitana	12	12

**POSTUP PŘÍPRAVY:**

Na másle podusíme drobně krájenou cibuli, přidáme plátky žampionů a po chvíli i hrášek jemný. Společně prohřejeme a podle potřeby dochutíme vegetou originál. Podáváme k dušeným pokrmům, drůbežím rolkám Vitana a pečeným masům.



























**Název receptury:**

Suroviny	Hrubá hmotnost 10 porcí v g	Čistá hmotnost 10 porcí v g	Hmotnost.....porcí

**Technologický postup:**



**Název receptury:**

Suroviny	Hrubá hmotnost 10 porcí v g	Čistá hmotnost 10 porcí v g	Hmotnost.....porcí

**Technologický postup:**

**Název receptury:**

Suroviny	Hrubá hmotnost 10 porcí v g	Čistá hmotnost 10 porcí v g	Hmotnost.....porcí

**Technologický postup:**

**Název receptury:**

<b>Suroviny</b>	<b>Hrubá hmotnost 10 porcí v g</b>	<b>Čistá hmotnost 10 porcí v g</b>	<b>Hmotnost.....porcí</b>

**Technologický postup:**

**Název receptury:**

<b>Suroviny</b>	<b>Hrubá hmotnost 10 porcí v g</b>	<b>Čistá hmotnost 10 porcí v g</b>	<b>Hmotnost.....porcí</b>

**Technologický postup:**

**Název receptury:**

Suroviny	Hrubá hmotnost 10 porcí v g	Čistá hmotnost 10 porcí v g	Hmotnost.....porcí

**Technologický postup:**

**Název receptury:**

Suroviny	Hrubá hmotnost 10 porcí v g	Čistá hmotnost 10 porcí v g	Hmotnost.....porcí

**Technologický postup:**

Projekt Moravskoslezského kraje TIME je zaměřen na podporu odborného vzdělávání a návrh podmínek a nástrojů k nastavení krajského systému specifického odborně a profesně orientovaného dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků (DVPP) v Moravskoslezském kraji pro potřeby vybraných kategorií pedagogických pracovníků středních odborných škol.

Vzdělávací programy byly vytvořeny školními týmy metodiků odborného vzdělávání z partnerských škol, které zapojily do realizačních týmů významné odborníky z praxe a zástupce zaměstnavatelů s cílem zajistit co nejtěsnější vazby na potřeby praxe i vývojových tendencí v příslušném oboru. Tyto týmy zajišťují celý proces přípravy i realizace vzdělávacích programů od tvorby, pilotního ověření, inovace na základě zpětné vazby a získaných poznatků, následnou realizaci v rámci vzdělávání pedagogů jiných škol i akreditaci těchto programů pro potřeby DVPP. Takto mohou být výstupy projektu dále šířeny prostřednictvím pilotních partnerských škol, které v roli regionálního oborového centra zajistí specifické DVPP pro potřeby učitelů odborných předmětů, učitelů odborného výcviku a praktického vyučování z vybraných oblastí i po ukončení tohoto krajského projektu.

Tento vzdělávací program byl vytvořen ve spolupráci s odborníky z praxe v rámci projektu Moravskoslezského kraje a je určen učitelům odborných předmětů, odborného výcviku a praktického vyučování na středních odborných školách příslušného oborového zaměření.