

Itálie pro malé gurmány

- **Polévka minestrone**
 - **Římský těstovinový salát s grilovaným kuřecím masem**
 - **Ravioli se špenátem**
 - **Citronový sorbet**
-



Polévka minestrone



Ingrediencie

- olivový olej
- 500 g pancetty
- 2 ks česneku
- 3 ks mrkve
- 3 ks cibule
- 1x menší fenykl
- 1x řapíkatý celer
- bobkový list
- tymián
- 5x rajče
- 5x konzerva sekaných rajčat
- ½ kapusty
- 3x konzerva bílých fazolí
- 100 g těstovin orecchiette
- sůl, pepř
- kuřecí vývar



Příprava

Nakrájíme si pancettu na malé kousky.

Oloupeme cibuli a česnek a nakrájíme je na malé kousky.

Nakrájíme mrkev, fenykl, řapíkatý celer a rajčata na středně velké kousky.

Nakrájíme kapustu na větší kousky

Uvaříme ve vroucí osolené vodě těstoviny, vaříme je cca 4-6 min. Po uvaření těstoviny scedíme a propláchneme studenou vodou.

Do hrnce dáme trošku olivového oleje, a po jeho zahřátí přidáme pancettu, kterou předtím mírně orestujeme.

Přidáme cibuli a česnek, vše mírně orestujeme.

Dále přidáme nakrájený fenykl, řapíkatý celer, rajčata a mírně povaříme.

Přidáme bobkový list a nasekaný tymián.

Přidáme sekaná rajčata z konzervy, promícháme a zalijeme kuřecím vývarem.

Vaříme do doby, kdy je zelenina měkká, poté přidáme bílé fazole a kapustu

Dochutíme solí a pepřem.



Počet porcí

15 porcí





Doba přípravy

25 min



rezervace@chefparade.cz



+420 730 155 087

Římský těstovinový salát s grilovaným kuřecím masem



Ingrediencie

- olivový olej
- 1 kg těstovin farfalle
- sůl, pepř
- 2x svazek jarní cibulky
- 2x červená paprika
- 400 g eidamu
- 500 g bílého jogurtu
- 2x česnek
- 1,3 kg kuřecích prsou
- rozmarýn, tymián
- granulovaný česnek



Příprava

Nakrájíme si červenou papriku, jarní cibulku a česnek na malé kousky. Nakrájíme sýr eidam na kostičky.

Do vroucí osolené vody s troškou oleje dáme vařit těstoviny, které vaříme až do změknutí, cca 6- 8 minut.

Po uvaření těstovin je přecedíme, dáme je do velké misky a promícháme je s troškou olivového oleje. Do ještě teplých těstovin přidáme nakrájenou papriku, jarní cibulku, česnek a sýr. Dáme chladit do ledničky.

Smícháme si bílý jogurt s granulovaným česnekem, přidáme sůl a pepř, důkladně promícháme a smícháme se směsí těstovin. Po promíchání vrátíme směs zpět do ledničky.

Kuřecí prsa si nakrájíme na 2- 3 kousky, okořeníme je nasekaným rozmarýnem a tymiánem, a upečeme je na grilovací pánvi nebo na grilu.



Počet porcí

15 porcí



Doba přípravy

30 min



Ravioli se špenátem



Ingrediencie

- olivový olej
- 500 g smolinové mouky
- sůl, pepř
- 200 g žluté cibule
- 400 g mraženého špenátu
- česnek
- voda
- parmazán
- 4x vejce



Příprava

Nakrájíme si cibulku a česnek na malé kousky

Na pánvičce si rozežřejeme olej, přidáme česnek a cibulku, kterou orestujeme do zlatavé barvy. Následně přidáme povolený špenát, a důkladně provaříme.

Dochutíme solí a pepřem a necháme vychladnout.

Do misky si dáme mouku semolina, sůl, žloutky, olivový olej a trošku vody.

Vypracujeme hutnější těsto, které následně rozvalíme pomocí válečku na tenké plátky.

Pomocí tvořítko nebo nože vykrojíme čtverečky, které plníme uvařeným a vychlazeným špenátem. Čtverečky následně přeložíme na půl a zaděláme pomocí příborového nože.

Vaříme ve vroucí osolené vodě s troškou olivového oleje, po uvaření přecedíme a promícháme s troškou olivového oleje.



Počet porcí

15 porcí



Doba přípravy

40 min



Citronový sorbet



Ingrediencie

- 8 ks velkých BIO citronů
- 300 g cukru krupice
- med
- vanička máty peprné
- 1,5 l vody



Příprava

Citron pečlivě omyjeme studenou vodou, osušíme a kůru nastrouháme. Zbytek citronu překrojíme na dvě půlky.

Do hrnce si dáme vodu, přidáme cukr a vše za stálého míchání přivedeme k varu.

Cukr se nám musí důkladně rozpustit. Poté směs v hrnci vypneme, přidáme do ní citronovou kůru a vymačkáme citronovou šťávu.

Směs necháme chvíli odstát, a následně ji přes sítko procedíme.

Nalejeme do sáčků nebo tvořítek na led a necháme v ledničce ztuhnout.

Před podáváním směs rozmixujeme v mixéru na led, vytvoříme ledovou tříšť.

Podáváme v kelímcích nebo malých miskách polité troškou medu a s lístky máty.



Počet porcí

15 porcí



Doba přípravy

20 min

