

ŠMK KLINKA izdaja kuharski priročnik

Kuhajeva skupaj

s Tomašem Javurekom

& Sašom Miljuševičem



Slika ni simbolična

"Mizica pogrni se" in tako se je napolnila tudi naša miza. Napolnila se je z dobrotami, ki smo jih ustvarjali celo dopoldne. Med sestavine so bili dodani še ščepec zabave, druženja in novo usvojenega znanja.

Pod skrbnim mentorstvom treh kuharskih mojstrov smo pripravili osemnajst gurmanskih jedi, med katere ni vključen pečen piščanec za nedeljsko kosilo ali klasična jabolčna pita. Študent ali ne, učenje je del našega življenja in vedno se je dobro naučiti kaj novega.

Ob izdaji Klinkine kuharske knjižice se zahvaljujemo trem kuharskim mojstrom Tomašu Javureku, Sašu Miljuševiču in Janiju Jugoviču, ki so pripravili številne kuharske ideje prav za to priložnost.

Velika zahvala gre tudi Srednji šoli za gostinstvo in turizem Radenci ter vsem, ki ste prispevali k pravljicni kuhinjski atmosferi.

Pa dober tek!



4 avokadi
1 velik paradižnik
1 šalotka
solni cvet, poper
olivno olje
1 limona

Tapenada:
400 g črnih oliv
80 g suhih paradižnikov
160 g feta sira
50 g olivnega olja
poper

Paradižnik na hitro blansiramo v vroči vodi. Postavimo ga v ledeno vodo, da se ohladi. Nato ga olupimo in razrežemo na četrtiny, tako da odstranimo sredico. Preostanek paradižnika narežemo na concasse. Olupimo šalotko in jo narežemo na drobno. Olupimo avokado in ga pretlačimo, da nastane fina krema. V avokadovo kremo dodamo šalotko, concasse, sol, poper, olivno olje in limonin sok. Vse skupaj dobro premešamo. Pokrit Guacamole postavimo v hladilnik.

Vse sestavine za Tapenado zmiškamo v blenderju, da dobimo gladko kremo.

Guacamole in Tapenada črnih oliv s suhiim paradižnikom in feto



2 čebuli
5 česnov
150 g ingverja
150 g sezamovega olja
500 g sladkega krompirja
300 g sladke smetane
50 g koriandra
120 g sončničnega olja
50 g sezamovih semen
1,5 l zelenjavne osnove
sol

Na 100 g sezamovega olja prepražimo čebulo, česen in sesekljani ingver (100 g). Dodamo olupljen in na manjše kose narezan sladki krompir. To zalijemo z zelenjavnim fondom. Dodamo sol in poper. Pustimo, da juha zavre, nato jo kuhamo tako dolgo, dokler ni krompir mehek. Juho zalijemo s sladko smetano, jo zmiksamo v gladko kremo ter po potrebi začinimo. Precedimo jo čez fino cedilo. Koriandrovo olje pripravimo tako, da koriander blanširamo v vreli slani vodi in nato hitro ohladimo v ledeni vodi. Dobro ga odcedimo, malo posušimo s papirjem in narežemo. Skupaj z oljem in ščepcem soli ga zmiksamo v termomikserju (pribl. 3 min.). Precedimo ga čez fino cedilo. Za dekoracijo potresememo sezamova semena.

Kremna juha sladkega krompirja s sezamom, ingverjem in koriadrom



500 g zelenih špargljev
250 g masla
Alpska smetana za step.
extra deviško olivno olje
timijan
koruzni škrob
česen
svež peteršilj
masleni toast kruh
250 g gorgonzole
sol, poper
3 dl belega vina

Šparglje olupimo, kjer so leseni in jih narežemo na koščke. Na maslu prepražimo dve žlici moke (tip 500) z malo škroba, stremo česen in ga na olju prepražimo skupaj z moko, nato dodamo narezane šparglje. Ko se prepraži, zalijemo z vrelo vodo ali jušno osnovo. Kuhamo pribl. 20 min. Med kuhanjem dodamo belo vino in sladko smetano. Juho fino premiksamo s paličnim mešalnikom, nato pa jo precedimo skozi sito. Na veliki kocki masla prepražimo na kockice narezan toast kruh, dokler ne porumeni na zlato. Gorgonzolo nadrobimo na peki papir in damo v pečico na 200 °C pribl. 10 min. Tako dobimo gorgonzoline hrustke, katere nadrobimo v krožnik, kjer bomo servirali juho. Kruhove maslene hrustljavčke dodamo po želji. Po potrebi dodamo sladko smetano.

Špargljeva krema juha



5 melancanov
2 papriki
3 mlade čbule
1 česen
olivno olje
sol, poper

Melancane preluknjamo z vilico, prelijemo z oljem, solimo, popramo in pečemo na 200 °C pribl. 40 min. Papriko prelijemo z oljem, solimo, popramo in vstavimo v pečico na 200 °C za pribl. 30 min. Ko je oboje pečeno, ju pokrijemo s folijo in pustimo odstati približno pol ure, da se ohladi in laže lupi. Melancane olupimo, sredico iz melancanov postavimo na cedilo. Olupimo tudi papriko. Vse sestavine na drobno narežemo in zmešamo. Začinimo še s soljo, poprom, olivnim oljem in na fino sesekljanim česnom. Ohladimo.

Melančanova solatka s pečeno papriko



Solata:

600 g ledenke
100 g kruhovih kock
100 g parmezana
120 g pancete
500 g piščančjih prsi

Preliv:

100 g majoneze
1 žlička worchester
1 žlička gorčice
1 česen
10 g inčunov
50 g mletega parmezana
1 limona
150 g olivnega olja

Piščančja prsa solimo, popramo in popečemo na ponvi. Nato jih pečemo v olju v segreti pečici približno 50 min. na 130 °C. Ko so prsa pečena, jih pustimo stati v olju 1 uro, da se vse skupaj ohladi. Medtem si pripravimo mešanico $\frac{1}{2}$ sončničnega in $\frac{1}{2}$ olivnega olja, ki ga začinimo z zelišči (timijan, rožmarin, lovorov list, česen, sol, poper). Kruhove kocke položimo na pladenj, solimo, popramo in pokapljammo z olivnim oljem. Damo jih v segreto pečico na 140 °C za približno 10–15 min. Med pečenjem jih je treba obračati, da se zapečejo na vseh straneh. Zeleno solato narežemo na manjše kose in dobro umijemo. Na koncu dodamo še nariban parmezan.

Vse sestavine za preliv zmiksamo v gladko kremo.

Med miksanjem počasi vlivamo olivno olje, da se dobro poveže z ostalimi sestavinami. V preliv dodamo še malo vode, da ni toliko gost.

Caesarjeva solata s popečenim piščancem



Riž:
3 šalotke
3 česni
1 dl belega vina
280 g arborio riža
olivno olje
zelenjavni fond
sol

Špinačna krema:
olivno olje
3 šalotke
1 česen
300 g špinače

Na olivnem olju prepražimo šalotko, da se zmehča. Dodamo sesekljan česen in ga prepražimo. Dodamo še riž, ga prepražimo in zalijemo z belim vinom. Ko vino izhlapi, počasi zalivamo z zelenjavnim fondom in riž skuhamo do polovice. Odstavimo. Špinačno kremo pripravimo tako, da na olivnem olju prepražimo drugo šalotko, tako da se zmehča. Dodamo sesekljan prepražen česen. Dodamo še špinačo, sol in poper. Pretresemo v blender in zmiksamo v gladko kremo. Nato narežemo lignje na tanke kolobarje, jih prepražimo na olju in dodamo sesekljani česen. Dodamo še belo vino, do polovice skuhan riž, špinačno kremo, malo zelenjavne osnove, sol in poper.



Rižota:
sončnično olje
400 g lignjev
1 česen
80 g parmezana
100 g masla
olivno olje
sol, poper
100 g listov sveže
šinače
4 jajca - poširamo

Počasi kuhamo. Začinimo z žličko parmezana, masla in olivnega olja. Dodamo še liste mlade sveže špinače. Premešamo. Na koncu poširamo jajce. Posodo napolnimo z vodo, dodamo tri žlice kisa in pustimo, da voda skoraj zavre. Medtem jajce previdno razbijemo v plitko skledico in pri tem pazimo, da se rumenjak ne razlije. Vodo, ki je tik pred vretjem, z žlico rahlo premešamo in s krožnimi gibi ustvarimo vrtinec. Jajce spustimo točno v sredino in pri znižani temperaturi kuhamo pribl. 3 min. Jajce z zajemalko previdno vzamemo iz vode, ga osušimo in položimo na rižoto.



Njoki:

400 g ajdove moke
6 dl vroče vode
100 g ostre moke
1 jajce
150 g kisle smetane
300 g krompirja
sol

Najprej skuhamo krompir, nato ga olupimo. Medtem ko se krompir kuha, pripravimo novo vodo, jo zavremo in solimo. Poparimo ajdovo moko, dobro premešamo in pustimo stati, da se ohladi. Kuhan krompir pretlačimo in mu dodamo poparjeno ajdovo moko. Zgnetemo v gladko testo in pustimo stati pribl. 30 min. Izdelujemo njoke želene velikosti. Nato na olju prepražimo brokoli in bučke, dodamo sesekljan česen in zalijemmo z belim vinom. Dodamo njoke in jih na kratko prekuhamo. Na koncu dodamo še parmezan, maslo, olivno olje in liste sveže mlade špinače.

Orehov pesto:

50 g bazilike
170 g praženih orehov
150 g olivnega olja
70 g limoninega oljč. olja
50 g parmezana
5 g soli, poper
15 g limoninega soka

Ostale sestavine:

1 brokoli
2 bučki
1 česen
0,5 dl belega vina
1 žlica masla
100 g sveže špinače

Domači ajdovi njoki z brokolijem, bučkami in orehovim pestom



100 g sezamovega olja
2 čebuli
1 česen
100 g ingverja
500 g piščančjih prsi
2 paradižnika
1 žlička kurkume
1 žlička kumine
5 dl kokosovega mleka
1 por
2 manga
sol, poper
1 limona
šopek sveže mlete
zelenjavni fond

Nasekljamo čebulo, česen in ingver. Na sezamovem olju prepražimo čebulo, da se zmehča, dodamo česen in ingver ter pražimo naprej. Dodamo na drobne koščke narezane piščančje prsi in na drobno narezani paradižnik. Dodamo začimbe: kurkumo, kumino, sol in poper. Na kratko prepražimo in zalijemo s kokosovim mlekom ter pustimo, da zavre. Medtem narežemo por na manjše koščke. Mango olupimo in narežemo na večje kocke. Oboje dodamo v ragu. Po potrebi ragu zalijemo z zelenjavnim fondom. Dodamo še malo limoninega soka in narezano svežo meto.

Piščančji ragu na indijski način s kokosovim mlekom, mango in porom



500 g kuskusa
600 g zelenjavnega fonda
100 g mandljev
100 g belih rozin
sončnično olje
maslo
sol

Kuskus damo v večjo posodo, prelijemo z vročim zelenjavnim fondom in pokrijemo s prozorno folijo ali pokrovom. Pustimo stati pribl. 5 min. Z metlico dobro premešamo, da se ves kuskus zdrobi in ga solimo. Mandlje prepražimo na sončničnem olju in jih pri tem ves čas mešamo (pazimo, da jih ne zažgemo). Ko so mandlji praženi, jih na ponvi solimo in stresemo na papirnato brisačko. Ko se ohladijo, jih na drobno sesekljamo. Rozine prepražimo na maslu. Ko so prepražene, jih stresemo na papirnato brisačko. Narežemo jih na manjše koščke. V večji posodi vse sestavine umešamo in postrežemo na krožnik.

Kuskus s praženimi mandlji in belimi rožinami



400 g gladke moke
200 g masla
2 žlici mrzle vode
1 rumenjak
ščepec soli, sladkorja
500 g fižola za pečenje
model za pito (26 cm)

Maslo naražemo na drobne kocke in ga pustimo na sobni temperaturi, da se zmehta. Zgnetemo ga v gladko testo in ga damo pokritega v hladilnik za pribl. 30 min. Testo razvaljamo na pribl. 3 mm debeline in položimo v pripravljen model za pito. Prebodemo ga z vilico, da se pri pečenju ne napihuje. Ponovno ga damo za pribl. 10 min. v hladilnik. Po 10 min. ga prekrijemo s papirjem za peko in obtežimo s suhim fižolom. Pečemo pribl. 20 min. na 170 °C. Nato odstranimo fižol in peki papir. Testo dopečemo še pribl. 5 min. na 170 °C.

Mediteranska pita - 1. del



Polnilo:
1 majhen malancan
2 bučki
10 češnjevih paradižnikov
3 jajca
1 dl sметane
150 g mozzarelle
sol, poper
šopek sveže bazilike

Holandska omaka:
3 rumenjaki
2 žlici vode
200 g prečiščenega masla
1 limona
sol, poper

Naredimo še polnilo za pito. Najprej narežemo melancane in bučke na manjše kocke. Na vročem olju jih prepražimo, solimo in popramo. Češnjeve paradižnice razrežemo na pol in narežemo mozzarello na debelejše rezine (pribl. 1 cm). Vse skupaj umešamo in damo na testo za pito. Nato v posodi umešamo jajca s sметano, soljo, poprom in svežo baziliko. Prelijemo čez pito. Dodamo še mozzarello in pečemo na 170 °C pribl. 30 min. Naredimo še omako. Nad soparo stepemo rumenjake. Med stepanjem počasi v zmes vlivamo stopljeno prečiščeno maslo. Začinimo s soljo, poprom in limoninim sokom. Precedimo čez fino cedilo.



500 g ješprena
1 korenje
1/2 bučke
1/2 kolerabe
1 šopek peteršilja
1 šopek mete
2 česna
30 g pancete
3 dl teleče obare
30 g parmezana
20 g masla
sol, poper, olje

Ješprenj čez noč namocimo in ga skuhamo do polovice. Vso zelenjavjo zrežemo na majhne kocke. Zelišča na grobo nasekljamo. Maslo narežemo na kocke. Parmezan naribamo. Najprej na olju dobro prepražimo na kocke narezano panceto, nato dodamo še korenje, bučko, zeleno, kolerabo in sušen paradižnik ter solimo in popramo. Dodamo ješprenj in zalijemo s telečjim fondom toliko, da se lepo pokrije in dušimo do mehkega. Odstavimo in vmešamo na kockice narezano šalotko, nasekljan česen, meto in peteršilij ter maslo in parmezan. Dobro premešamo in serviramo.

Tejani ričet



Losos:

800 g lososa

1 l vode

100 g soli

50 g sladkorja

olivno olje

Pire 1:

2 korenja

1 ščep pimenta

70 g masla

1 janeževa zvezda

Losos: Lososa narežemo na 4 kose, zarežemo po kuži in dobro obrišemo. Vodo, sol in sladkor zmešamo. V vodo potopimo fileje za 30 min. Odcedimo in na suho obrišemo ter postavimo v hladilnik za 30 min. Lososa popečemo do medium stopnje in postrežemo s prilogami.

Pire 1: Korenje olupimo in narežemo na kocke, stopimo maslo in na blagem ognju prepražimo korenje. Solimo, dodamo piment in zalijemo z vodo. Ko je korenje kuhan, odstavimo in vmešamo janeževe zvezde. Pustimo stati 3 min. in zvezdo odstranimo. Zblendamo in pretlačimo skozi fino cedilo.



Losos - 1. del

Pire 2:
1 zelena
4 česni
70 g masla

Pire 3:
1 bučka
70 g masla
1 žlička Xantana

Koromač:
1 koromač
1 žlička sladkorja v prahu
1 dl limoninega soka
5 dl olja grozdnih pešk
sol

Pire 2: Zeleno očistimo in zrežemo na kocke, česen olupimo. Maslo raztopimo in na njem prepražimo zeleno in česen, zalijemo in kuhamo do mehkega. Zblendamo in pretlačimo zkozi fino cedilo.

Pire 3: Bučko zrežemo na kocke. Maslo raztopimo in na njem prepražimo bučke, zalijemo in kuhamo do mehkega. Zblendamo in s xantano pretlačimo skozi fino cedilo.

Koromač: Koromač operemo in porežemo vejice. Na mandolinci (ribežnu) ga naribamo na tanke rezine. Sladkor in limonin sok zmešamo ter prelijemo čez nariban koromač. Postavimo v hladilnik za 25 min. Odcedimo in cvremo v olju grozdnih pešk.

Losos - 2. del



700 g mleta mesa
500 g moke (tip 500)
2 korenčka
3 velike čebule
paradižnikov koncentrat
glava česna
400 g ribanega sira
1 mozzarella
muškatni orešek
2 jajci
olivno olje
sol, poper
5 dl mleka
3 dl sladke smetane
rdeče vino
češnjev paradižnik
sveža bazilika

Zamešamo rezančevi testo in ga pustimo 30 min. Pripravimo pribl. 0,5 kg bešamela, kateri se mora ohladiti. Prepražimo čebulo in korenček, dodamo mleto meso in pražimo, dokler se ne pokuha vsa odvečna voda. Dodamo česen, paradižnikov koncentrat, naknadno pražimo še pribl. 5 min. 2/3 mesa odstavimo v drugo posodo, preostalo 1/3 pa dokončamo v ragu. Dodamo malo žlico moke in pražimo dokler moka ne porumeni rjavo. Zalijemo z 1 dl rdečega vina in 0,5 dl jušne osnove. Ragu kuhamo, dokler se ne reducira na želeno gostoto. 2/3 odstavljenega mesa premešamo z ribanim sirom, parmezonom, mozzarellou, dvema velikima žlicama bešamela in nasekljano baziliko. Rezančevi testo narežemo na 15x8 cm velike krpice, na katere naložimo mesno maso in narolamo v obliko kanelona. V pekač namažemo tanek sloj bešamela, kjer naložimo pripravljene kanelone. Dodamo še malo bešamela, parmezana in pokapamo malo raguja ali paradižnikove mezge. Pečemo pribl. 20 min na 180 °C.

Mesni kaneloni



400 g piščančjih jetrc
200 g kraške pancete
ražnjič nabodala
instant polenta
200 g kozjega sira
sveža bazilika
svež timjan
pinjoli
olivno olje
2 rdeči čebuli
1 dl rdečega vina
100 g sladkorja
sol, poper

Jetrca obrežemo in narežemo na enake koščke, katere posamično narolamo na panceto in nabodemo po tri koščke na nabodalo. Med tem pripravimo čebulno marmelado, tako da čebulo dobro prepražimo s sladkorjem in malo rdečega vina, dokler se ne reducira na želeno gostoto.

Skuhamo polento ter pripravimo pesto. Na en sloj polente položimo pesto in kozji sir ter ga pokrijemo z dodatnim slojem polente. Narežemo na kocke ter dodatno zagratiniramo. Nabodala popečemo na vsaki strani pribl. 2 minuti. Polnjeno gratinirano polento s pestom postavimo na krožnik. Ob polenti postavimo nabodala in po občutku dodamo še polento.

Istrski piknik



moka (tip 500)

3 jajca

1 l mleka

5 dl Radenske

250 g masla

mozzarella

sir za ribanje

parmezan

3 glave rdečega radiča -

Trevižanski radič

čebula

muškatni orešček

sol, poper

Naredimo klasične palačinke. Nadev pripravimo tako, da prepražimo čebulo in rdeč radič, narezan na julienne. Dodamo sol, poper in malo mušktanega oreščka. Radiču, ko se delno ohladi, dodamo nariban sir, natrgano mozzarelo, parmezan, eno jajce in žličko bešamela. Palačinke namažemo s pripravljenim radičem in jih nato prepognemo v trikotnik.

Tako pripravljene palačinke naložimo na pekač, katerega smo rahlo premazali z bešamelom. Potresememo še sire, ki so nam ostali, malo bešamela pa še zredčimo s sladko smetano in prelijemo. Tako pripravljene palačinke gratiniramo pribl. 20 min. na 180 stopinj.

Gratinirane palačinke z rdečim radičem



Panna cotta:

500 g sladke sметane
115 g sladkorja
250 g borovnic
1,5 g želatine

Kokosove meringue:

6 beljakov

350 g sladkorja v prahu
250 g kokosove moke

Mango pire:

1 mango
2 limeti
sladkor

Sladko smetano, sladkor in borovnice damo v kozico in zavremo. Ko zavre, kozico odstavimo in vsebino zmiksamo ter precedimo čez fino cedilo. Želatino namočimo v hladno vodo za 3–5 min., jo ozamemo in vmešamo v precejeno maso. Vse skupaj dobro premešamo, da se žalatina stopi in vlijemo v pripravljene posode. Damo v hladilnik za približno 2 uri. Naredimo še pire, tako da olupimo mango, ga obrežemo in začinimo s sladkorjem in limetinim sokom. Mango zmiksamo, da dobimo gladko kremo. Dodamo sesekljano limetino lupino. Kokosove meringue naredimo tako, da beljake stepemo v sneg in med stepanjem dodajamo sladkor v prahu. Na koncu na rahlo vmešamo kokosovo moko. Maso damo v slaščičarsko vrečko in brizgamo na pripravljen pekač s peki papirjem. Pečemo jih na 120 °C pribl. 1 uro.



Borovičeva panna cotta
z mangovim pirejem in
kokosovimi meringami

Vanilijeva krema:

350 g mleka
2 stroka vanilije
80 g sladkorja
4 rumenjaki
30 g koruznega škroba
35 g masla
120 g sladke sметane

Lešnikov krokant:

100 g masla
100 g moke
100 g sladkorja
100 g praženih lešnikov

V kozico damo 2/3 mleka, vanilijev strok in sladkor ter zavremo. V 1/3 hladnega mleka damo rumenjake in koruzni škrob. To zmešamo v gladko kremo. Ko mleko v kozici zavre, ga prelijemo čez kremo, premešamo in vlijemo nazaj v kozico. Kuhamo toliko časa, da se krema zgosti. Odstavimo jo in ji umešamo maslo. Pustimo, da se ohladi. Stevemo smetano in jo vmešamo v kremo. Kremo precedimo čez cedilo in z njo napolnimo slaščičarske vrečke. Naredimo lešnikove krokante. Lešnike spečemo v pečici na 180 °C pribl. 8 min. Pustimo, da se ohladijo in jih zdrobimo. Umešamo jih v testo. Pečemo v pečici na 170 °C pribl. 10 min. Pustimo, da se testo ohladi in ga nadrobimo.



Sveže jagode z vanilijevem kremo, lešnikovim krokantom in karne peno - 1. del

Kavna pena:
500 g sladke smetane
50 g kave v zrnu
60 g sladkorja

Jagode:
600 g jagod
1 žlička sladkorja
1,5 g žalatine
limonin sok
lupina ene limone

Naredimo kavno peno. Kavo v zrnu prepražimo na ponvi. Dodamo sladkor in smetano ter zavremo. Ko zavre, odstavimo in pokrijemo s prozorno folijo. Pustimo stati pribl. 15 min. Precedimo čez fino cedilo. Želatino namočimo v hladno vodo za 3–5 min, jo ožamemo in vmešamo v precejeno maso. Dobro premešamo, da se žalatina stopi. Vlijemo jo v sifon bombo za pripravo smetane „ISI“. Damo jo v hladilnik za pribl. 1 uro. Nato jo dobro pretresemo in jo dodamo kremi. Dobro umijemo jagode in jih narežemo na polovičke. $\frac{1}{4}$ jagod damo v posodo s sladkorjem in zmiksamo v pire. Začinimo z limonim sokom in sesekljano lupino.



Sveže jagode z vanilijevem kremo, lešnikovim krokantom in kavno peno - 2. del

225 g čokolade (70 %)

60 g masla

1/2 žličke kakava v prahu

4 jajca

60 g sladkorja

Čokolado, maslo in kakav skupaj stopimo ter pokrijemo s folijo. Rumenjake skupaj s sladkorjem stepemo. Nato umešamo sneg in na koncu še stopljeno čokolado. Premešamo. Modelčke napolnimo in pečemo 8 min. na 200 °C (ventilator). Postrežemo s sladoledom ali stepeno smetano.

Čokoladni fondant



Študentsko mladinski klub Klinka

Študentsko-mladinski klub KLINKA Gornja Radgona

spletna stran: www.klinka.si

e-mail: informacije@klinka.si

naslov: Trg svobode 15b
9250 Gornja Radgona
Slovenija



Fotografije: Denis Tratnjek

Kuharska mojstra: Tomaš Tamrek in Sašo Miljuševič

