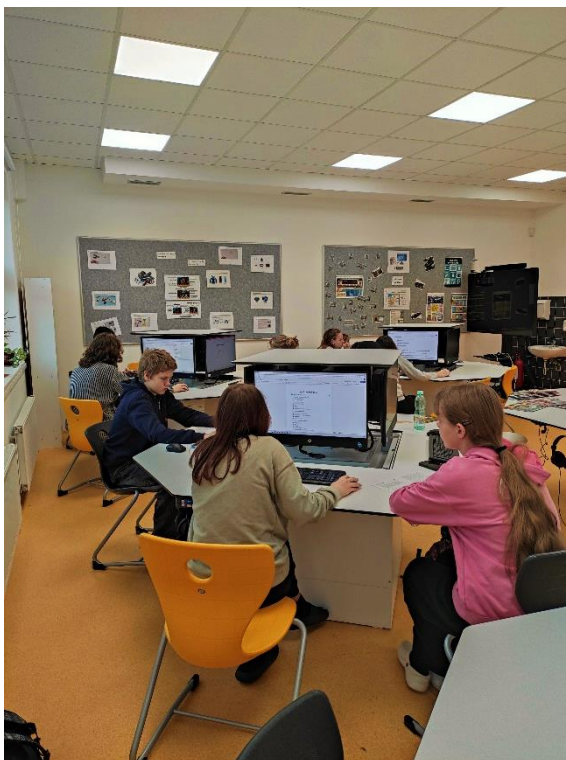


Jak jsme tvořili tento časopis



Milí čtenáři,

právě se Vám dostal do rukou časopis o vaření, a to ne jen tak ledajaký. Vytvořilo ho dvanáct odvážných žáků ze Základní školy Vrané nad Vltavou s cílem uvařit a sepsat recepty, které by Vám mohli přijít vhod, pokud přemýšlíte, co připravit na Silvestr nebo si lámete hlavu s novoročním obědem.

Nabídka pokrmů je pestrá, osvědčené pomazánky připravila Veronica, italskou bagetu k nim upekli Miky s Maxem. Poté je v pečení vystřídala Editka s Terkou, které pro Vás připravily tipy, co lze během pár minut vykouzlit z listového těsta. Eliška P. s Kačkou silvestrovský stůl odlehčily ovocnými špízy a přidaly i tři recepty na nealkoholické míchané nápoje.

Říká se jak na Nový rok, tak po celý rok a také, že snídaně je základ dne, proto doporučuji odstartovat rok 2025 lívanci dle receptu odzkoušeného Maxem a Mikym. A pro ty, kteří by měli málo sladkého, kluci připravili i brownies. Ale pozor, ať se nepřejíte, čeká Vás ještě novoroční oběd. Podávat se bude klasická čočková polévka a vepřové se zelím a výborným knedlíkem v podání Elišky L., Kristýny a Miši. Vše završí vláčné tvarohové buchty, které upekly Julča s Dančou, za tento recept dám ruku do ohně či do horkovzdušné trouby.

Závěrem bych chtěl podotknout, že vše bylo uvařeno a nafoceno během jednoho dopoledne a druhý den sepsáno a vytištěno. Proto Vás prosím o shovívavost s případnými tiskovými chybami či jinými drobnými nedostatky.

Klidné vánoční svátky a vše nejlepší v roce 2025 Vám přeje
Michal Mrlík
učitel a t.č. samozvaný šéfredaktor



Pomazánky

Veronica Campo

Inspirujte se těmito recepty na pomazánky na jednohubky, kterými uděláte radost každé návštěvě. Pomazánky jsou rychlé a zvládne je každý.

SÝROVO-ČESNEKOVÁ

Suroviny:

200 g tvarohu
100 g tvrdého sýra
2 stroužky česneku
2 lžičky zakysané
smetany
sůl a pepř

Postup:

Nejprve nastrouhejte tvrdý sýr a prolisujte česnek.

V míse smíchejte tvaroh s nastrouhaným sýrem. Přidejte prolisovaný česnek a zakysanou smetanu. Dobře promíchejte, aby se všechny ingredience spojily.

Podle potřeby dochuťte solí a pepřem.

Pomazánku můžete na závěr ozdobit čerstvými bylinkami podle vlastního výběru.

VAJÍČKOVÁ

Suroviny:

4 natvrdo uvařená vejce
100 g tvarohu
1 lžička hořčice
čtvrtina cibule
čerstvé bylinky
sůl a pepř

Postup:

Vařená vejce oloupejte a nakrájejte na malé kousky nebo je můžete rozmačkat vidličkou na jemnou hmotu.

V míse smíchejte vejce s tvarohem a hořčicí. Dochutíme solí a pepřem podle chuti. Přidejte jemně nasekanou cibuli pro výraznější chuť.

Pomazánku dobře promíchejte, aby se všechny ingredience spojily.

TUŇÁKOVÁ

Suroviny:

1 plechovka tuňáka ve vlastní šťávě
balení Lučiny
1 lžička hořčice
polovina cibule
1 lžička citronové šťávy
sůl a pepř podle chuti

Postup:

Tuňáka z plechovky scedte a přendejte do mísy. Pomocí vidličky tuňáka jemně rozmačkejte.

Přidejte lučinu, hořčici, citronovou šťávu a dobře promíchejte, aby se všechny ingredience spojily.

Do pomazánky přimíchejte jemně nakrájenou cibuli a podle chuti osolte a opepřete.



Italská bageta

Max Metelka, Mikuláš Vobora

Není nad to vytáhnout z trouby křupavou bagetu

Suroviny na 2 kusy

250 g hladké mouky

1 zarovnaná lžička
soli

půl lžičky cukru

150 g vlažné vody

17 g čerstvého
droždí

trochu oleje

Postup

1. Prosátou mouku smíchejte se solí a udělejte v ní důlek, do něj přidejte cukr a část z už odměřené vody.

2. Do důlku s vodou rozdrobte droždí a zhruba 10 minut nechejte stát. Pak vypracujte těsto a nechejte vykynout (asi 45 minut).

3. Předehrajete troubu na 220 °C. Po vykynutí těsto zpracujte do bochánku a rozdělte na 2 díly. Z každého dílu vytvořte bochánek a z něho vyválejte šišky. Pečte přibližně 22 minut.



Rychlé recepty z listového těsta

Tereza Kostrbová, Edita Podušková

Listové těsto je chuťově neutrální, je tak možné ho použít na sladké i slané recepty. Pokud koupíte už vyválené těsto, tak vám příprava následujících pochoutek zabere jen pár minut.

PIZZAŠNECI

Suroviny

listové těsto (vyválené)
100 g sýru
100 g šunky
kečup
grilovací koření
vejce na potření

Postup Listové těsto rozbalte a potřete ho kečupem, poté položte na kečup sýr a šunku. Srolujte těsto do valečku a nakrájejte.

Šneky potřete vejcem, posypte kořením a dejte péct do trouby 10-15 minut na 200 stupňů.

TYČINKY SE ŠUNKOU A SÝREM

Suroviny

2 listová těsta (vyválené)
100 g sýru
100 g šunky
kečup
grilovací koření
vejce na potření

Postup Listová těsta rozbalte, 1 těsto potřete kečupem, položte na kečup sýr a šunku, druhé těsto položte na první. Těsto nakrájejte na zhruba 2 cm široké pásy a zatočte je jako šroub.

Potřete tyčinky vejcem a posypte kořením. Pečte 10-15 minut na 200 stupňů.

CROISSANTY S NUTELLOU

Suroviny

listové těsto (vyválené)
Nutella
moučkový cukr
vejce na potření

Postup Listové těsto rozbalte a nakrájejte je na dlouhé trojúhelníky, na kraj dejte lžičku nutelly a zarolujte. Poté potřete croissanty vejcem a dejte péct 10-15 minut na 200 stupňů. Až se upečou můžete je posypat moučkovým cukrem.

JABLEČNÝ ŠTRÚDL

Suroviny

listové těsto (vyválené)
2-3 jablka
1 skořicový cukr
vejce na potření

Postup Listové těsto rozbalte a na to nasypete nastrouhaná jablka a skořicový cukr. Rohy zahrňte, aby jablka nevypadala. Poté posypte štrúdl skořicovým cukrem, pečte 15-20 minut na 200 stupňů.



Barevné ovocné špízy

Eliška Pfefferová
Kateřina Chrpová



Suroviny

Ananas
Hrozny
Jahody
Maliny
Borůvky
Špejle

Postup

Nejdříve si připravte dlouhé dřevěné špejle, a potom si nakrájejte ananas na kostky, velikost dle vašeho uvážení a jestli máte velké jahody, tak je nakrájejte na půlky a jestli už máte všechno připravené a nakrájené tak to začněte opatrně dávat na špejli a máte hotovo.

Rajčatový dip

Kateřina Chrpová, Eliška Pfefferová

Pro všechny milovníky pálivého jídla.

Suroviny

- 1 lžička olivového oleje
- 1 cibule
- 2 stroužky česneku
- 1 chilli paprička
- 400 g konzervovaných rajčat
- 80 g třtinového cukru
- 2 lžice jablečného octu
- 1 lžice hustého rajčatového protlaku
- 2 lžice worcesterové omáčky

Postup

V rendlíku na lžici olivového oleje opékejte 1 cibuli a 2 stroužky česneku nakrájené nadrobno spolu se špetkou drcené chilli papričky asi 3 minuty dosklovita.

Přidejte konzervu krájených rajčat, třtinový cukr, ocet, worcesterovou omáčku a rajský protlak a nechte na nízkém plamenu bublat asi půl hodiny do zhoustnutí.

Rozmixujte, případně dosolte a nechte vychladnout.

A můžete podávat s nakrájenou zeleninou nebo s nachos, v obou případech je dip



Silvestrovské drinky

Eliška Pfefferová, Kateřina Chrpová

STRAWBERRY HURRICANE ZERO

*Jahodové osvěžující nealkoholické
pití vhodné pro dospělé i mladistvé*

½ citron
½ limetka
jahody
sirup-lesní ovoce mix
perlivá voda
máta
čajová lžička cukrového sirupu
(voda a cukr)
pomerančový džus
cukr
led

ANANASOVÉ MOJITO

*Osvěžující, lahodné a perfektní
pro jakoukoliv párty*

½ citron
½ limetka
ananas
perlivá voda
máta
cukr
led

BLUEBERRY COSMOPOLITAN ZERO

*Borůvkový studený nápoj pro každou
silvestrovskou oslavu*

½ citron
½ limetka
borůvky
perlivá voda
sirup lesní ovoce
máta
cukr
led

Do hmoždíře vymačkejte ½ citrónu a ½ limetky, přidejte nakrájené ovoce a všechny ostatní suroviny kromě ledu a perlivé vody. Rozeřete směs v hmoždíři.

Pak si vezměte hezkou skleničku a pocukrujte okraje skleničky (citrónem potřete okraj vložte jej do misky s krupicovým cukrem).

Do skleničky vložte led a 100 ml perlivé vody (150 ml pro ananasové mojito). Pak zalijte rozeřenou směsí. Ozdobte mátou a na okraj skleničky dejte ovoce.

Snídaně: Lívance

Max Metelka, Mikuláš Vobora



Suroviny na těsto:

2 hrnky hladké mouky
1 prášek do pečiva
4 lžice cukru
krupice
2 vejce
2 hrnky mléka
2 lžice oleje do těsta
olej na smažení

Suroviny na dozdobení:

Šlehačka
Javorový sirup
Máslo
Čerstvé ovoce

Tyhle rychlé lívance z nekynutého těsta jsou jako dělané pro novoroční snídani, kterou zvládnete připravit, i když si budete chtít přispát po vítání Nového roku.

Postup

1. Všechny suroviny spolu dobře promíchejte.
2. Na pánvi s olejem nalívejte polévkovou lžící malé lívance.
3. Lívance pomalu smažte na mírném ohni z obou stran dozlatova.
4. Hotové lívance na talíři ochutíte a dozdobte šlehačkou, ovocem a polijte javorovým sirupem.

Brownies

Mikuláš Vobora, Max Metelka

Brownies jsou novodobá čokoládová pochoutka, která se skvěle hodí jako dezert k novoročnímu obědu.

Suroviny na 12 porcí

125 g másla
45 g kakaa holandského + na poprach
2 ks vajec velkých
200 g cukr krupice
150 g hladké mouky
60 g čokolády (50-70% kakaa)

Postup

1. Rozpusťte máslo v mikrovlnné troubě na slabý výkon cca 2 min. Vyndejte ho a vmíchejte do něj kakaový prášek.
2. V jiné míse vyšlehejte vejce do pěny, přisypte cukr do vajec a znova důkladně vyšlehejte do pěny, poté vmíchejte kakaovou směs. Přisypte mouku a spolu s nasekanou čokoládou ji vmíchejte do směsi.
3. Těsto nalijte pekáče (20x20cm) vyloženého pečícím papírem. Pečte v předehřáté troubě na 180 °C 25-30 min dokud nebude těsto propečené (kontrolujte špejlí), ale pořád vlhké.
4. Nechte vychladnout a potom nakrájejte na kostky. Poprašte dalším kakaovým práškem.





*Kynuté
buchty*

Julie Sottnerová, Daniela Martínková, Michal Mrlik

Pokud byste místo čokoládového brownies chtěli raději českou klasiku, tak následující recept je právě pro vás.

Suroviny na těsto

500 g hladké mouky
½ lžičky soli
100 g másla
90 g krupicového cukru
1 vanilkový cukr
trochu citronové kůry
30 g čerstvého droždí
250 ml vlažného mléka
2 žloutky
asi 50-75 g rozpuštěného másla
na vymazání pekáče a potřetí
buchet

Suroviny na tvarohovou náplň

500 g tučného tvarohu v kostce
(ne ve vaničce)
120 g moučkového cukru
2 bílky
hrst rozinek (namočené v rumu
aspoň den předem)

1. Droždí smíchejte v hrnku se dvěma lžičkami cukru a nechte stát, než se rozteče.
2. Do mísy smíchejte všechny suché suroviny, žloutky, droždí s cukrem a vlažné mléko (tedy vše kromě másla).
3. Směs zamíchejte, tak aby se vše důkladně propojilo a poté zapracujte vlažné rozpuštěné máslo
4. Těsto je potřeba hníst cca 10 min, poté ho nechte vykynout v míse, proces opakujte dvakrát.
5. Mezitím připravte náplň: Do mísy dejte tvaroh, přimíchejte cukr a dva bílky. Vše důkladně zamíchejte. Konzistenci lze upravit rumem či mlékem, pokud by byla příliš tuhá. Do směsi přidejte rozinky a zamíchejte.
6. Podruhé vykynuté těsto lehce prohněťte a rozválejte (cca 8 mm) na ploše posypané hladkou moukou. Poté rozkrájejte na pásy a ty poté na čtverce (cca 6x6 cm)
7. Troubu předehřejte na 180 °C a pekáč vymažte rozpuštěným máslem.
8. Buchty naplňte, uzavřete a naskládejte spojem dolů vedle sebe, každou buchtu potřete svrchu i ze stran máslem, tak aby je šlo po dopečení odtrhnout od sebe.
9. Naplněný pekáč nechejte kynout 20-30 min kynout.
10. Pečte 10 min na 180 °C, poté snižte teplotu na 160 °C a dopečte 20-25 min podle barvy. Po dopečení ihned potřete rozpuštěným máslem s rumem.

Vepřo knedlo zelo

Eliška Lívová, Kristýna Kučírková, Míša Černochová

Vepřo knedlo zelo je klasické české jídlo, které mají rádi snad všichni. Pojdte si ho s námi připravit!

Suroviny na přípravu masa:

1 kg vepřové krkovice
1 lžíce sádla
1 velká cibule
1 palice česneku
kmín
sůl
pepř
půl sklenice vody na podlití

Suroviny na přípravu knedlíků:

250 g mouky
1 vejce
1 kypřicí prášek do pečiva
40 g nakrájené housky (nebo rohlíku)
voda podle potřeby (cca 100 ml)
sůl

Suroviny na přípravu zelí:

1 sklenice kysaného zelí
půl sklenice vody (cca 100 ml)
špetka soli
lžíce cukru

1. Připravte si pekáč. Nakrájejte maso na kostky. Na maso dejte lžici sádla, na hrubo nasekanou cibuli a palici oloupané česneku. Posypete kmínem. Přidejte sůl a pepř podle chuti a podlijte vodou. Přikryté dejte do trouby na 200 °C a pečte, do té doby, než bude maso měkké (přibližně 1,5 hodiny). Poté maso odkryjte a dopečte do hnědé barvy.
2. Zelí scedte, nálev odložte pro případné dochucení zelí na konci vaření. Dejte do hrnce, přidejte půl sklenice vody, špetku soli a lžíci cukru. Vařte, dokud není zelí měkké.
3. Do mísy si dejte mouku. Přidáte sůl, vejce, kypřicí prášek do pečiva a přibližně 40 g nakrájené housky. Zamíchejte, přidejte vodu a vypracujte tužší těsto. Poté z něho udělejte dvě části. Z každé části vypracujte menší válečky, které dáte do vroucí vody na 20 minut.



Čočková polévka

Tereza Kostřbová, Edita Podušková, Michal Mrlík

Není nad poctivou domácí polévku. Na Nový rok se nejlépe hodí polévka z čočky. Jestli vám zajistí plnou peněženku nevíme, ale to, že budete mít plný žaludek je jisté. Základní recept můžete vylepšit o anglickou slaninu pro všechny masožravce.

Suroviny

2 lžíce oleje nebo sádla
1 cibule
2 lžíce hladké mouky
300 g čočky
2–3 stroužky česneku
majoránka
čerstvě namletý pepř
drcený kmín
sůl



1. Čočku namočte ve vodě alespoň na dvě hodiny, aby nabobtnala.
2. Čočku slijte, propláchněte a zalijte novou vodou a dejte vařit.
3. Na tuku osmažte cibuli (případně přidejte i anglickou slaninu). Zprašte moukou.
4. Když je čočka měkká (asi po 15-25 min), tak ji osolte, moučnou směs rozmíchejte s trochou studené vody, aby vznikla kaše, kterou zamícháte do vroucí čočky. Povařte za občasného míchání asi pět minut.
5. Prolisujte do polévky česnek, dochuťte kořením
6. Pokud chcete, můžete zahustit polévku tím, že její menší část rozmixujete tyčovým mixérem a smícháte se zbytkem čočky.

Jak jsme tvořili tento časopis





Vytvořili žáci ZŠ Vrané nad Vltavou,
prosinec 2024

