VSI RECEPTI IZZIVA MESECA FEBRUARJA

BANANIN FRAPE (Aljoša Fašun)

Sestavine:
150ml mleka
1 banana
1 žlica meda
Postopek:
Najprej damo v lonček za mešalnik vse sestavine, ki so navedene spodaj. Nato vse skupaj zmiksamo in nalijemo v kozarec.

MAKARONI PO BOLJONSKO (Bor Jeza)

Sestavine:
500 g mletega mesa
3 velike čebule
sol
vegeta
česen
poper
3-4 žlice paradižnikove mezge
1 žlica moke
origano, bazilika
Nasekljana zelena
Mleta paprika

Postopek:
Na olju prepražimo čebulo, dodamo mleto meso in malo premešamo. Dodamo še sol, vegeto, česen(mleti) in poper, premešamo, nekaj časa pražimo, potem zalijemo z vodo in pustimo, da se vse skupaj duši cca. 15 minut. Nato dodamo 1 žličko sladke paprike, Eno stebelno ali gomoljno zeleno, paradižnikovo mezgo, origano in baziliko. V lončku zmešamo eno žlico moke z malo vode in vlijemo v omako, da se zgosti. Pustimo kuhati še 10-15 minut.

ANANASOV CURRY (Erin Bregar Sabolić)

Sestavine:
300 gramov očiščenega ananasa, narezanega na manjše koščke
1 jušna žlica hladno stiskanega kokosovega olja
1 šalotka (30 g), olupljena in drobno nasekljana
1/2 čajne žličke curry začimbne meše
1 manjša kocka ingverja, olupljena in drobno nasekljana
čajne žličke čilija v prahu
1 cimetova palčka
1/2 - 1/4 čajne žličke soli, več po potrebi
4 skodelice vode
1 čajna žlica agavinega sirupa
1 jušna žlica limetinega soka

Postopek:
Na kokosovem olju prepražite šalotko, curry začimbno mešanico, ingver in čili. Dodajte ananas in prilijte toliko vode, da prekrije vse sestavine. Solite, dodajte cimetovo palčko in kuhajte 5-7 minut, da se ananas zmehča, a še vedno ohraní nekaj teksture. Po tem času odstranite cimetovo palčko in okus izpopolnite z agavinim sirupom, limetinim sokom in dodatno količino soli.(Jaz sem na koncu dodala še kokosovo mleko, tofu in čičeriko ter za zraven pripravila še riž.)

OCVRTI KROMPIRJEVI SVALJKI Z JABOLČNO ČEŽANO (Gaja Bitenc)

Sestavine za svaljke:
500 g krompirja
1 žlička masla
1 jajce
2 žlici pšeničnega zdroba
450 g moke
olje

Postopek:
Krompir olupimo in ga narežemo na rezine, zalijemo z vodo, solimo in skuhamo do m ehkega. Odlijemo vodo, krompirju dodamo žlico masla ter ga pretlačimo. Ohlajenemu dodamo jajce, zdrob in moko, ter zgnetemo v gladko testo.

S pomokanimi rokami testo oblikujemo v svaljke. Cvremo jih v vročem olju do zlatorja ve barve.

Sestavine za čežano:
5 srednje velikih jabolk
2 žlički sladkorja
½ žličke cimeta

Postopek:
Jabolka olupimo, jim odstranimo peške in jih narežemo na krhlje.V kozici jih zalijemo z malo vode in na zmernem ognju kuhamo, da postanejo mehka. Vmes jih večkrat premešamo.
Nato dodamo sladkor in cimet, pomešamo, ter pokuhamo, da se sladkor raztopi. Na koncu jih dobtro pretlačimo.

RIŽOTA (Jakob Likovič)

Sestavine:
2 jogurtova lončka riža,
1 čebula
2 stroka česna
1 por
40 dag piščančjega mesa
1 žlica mlete paprike
Poper, sol origano, bazilika, timijan, kuhana jušna zelenjava,
(iz goveje juhe),
Koren, koleraba, rumen koren.

Postopek:
Na olju prepražimo čebulo, nato dodamo meso, por in česen.
Po 10 min dodamo riž, mleto papriko, zalijemo z govejo juho, začinimo po okusu in kuhamo približno 20 min.

Dodamo narezano in kuhano jušno zelenjavo.
Kuhamo še približno 5 min.

In postrežemo!

KROMPIRJEVI NJOKI (Julija Vrečar)

Sestavine:

250g pire krompirja
200g skute
200g moke
2 jajci

Postopek:

V posodo damo pire krompir, ter moko in skuto. Vse skupaj premešamo in dodamo 2 jajci. Vse skupaj dobro zgnetemo, da dobimo testo, ki se ne lepi. Nato po delavni površini posujemo nekaj moke. Testo damo iz posode na pomokani površino in ga z rokami oblikujemo v dolg svaljek. Potem vzamemo nož in svaljek, ki smo ga naredili narežemo na enakomerne koščke. Tako so svaljki pripravljeni na kuhanje. V posodo natočimo vodo in jo malo solimo. Potem postavimo na štedilnik in počakamo, da voda zavre. Ko voda zavre damo vanjo svaljke in jih kuhamo toliko časa dokler ne priplavajo na površje (približno 15-20min). Ko so kuhani jih odcedimo in damo na krožnik. Svaljke lahko jemo same, lahko pa po njih polijemo različne polivke.

RIŽEV NARASTEK (Lana Bajc)

BANANA PANCAKES RECIPE (Lara Melihen)

Banana pancakes are theperfect thing to make if you have leftover ripe bananas at home. They are very easy and quick to make. It's a perfect meal for breakfast or dinner.

Ingredients you will need:

Wet ingredients:

-350 ml milk

-2 medium size eggs

-60 g unsalted butter

-2 ripe bananas

Dry ingredients:

-110 g whole wheat flour

-70 g all-purpose flour

-12 g baking powder

-1 tbsp brown sugar

-80 g chocolate chips

First melt the butter and whisk the eggs in a bowl. Add the milk and mix. Mash bananas and add to the mixture. Add the melted butter and mix together. In the other bowl combine all of the dryingredients. Add the wet mixture and mix. Lastly mix in the chocolate chips.Before baking,grease the pan with butter so the pancakes won't stick. Add ¼ cup of the mix on the pan. Bake on medium heat until you see bubbles appear. Then flip on the other side and bake for about a minute until they have the usual golden-brown colour,and you think they are done. You can bake 2-3 pancakes at the same time(depends on the size of a pan you use).You can serve these pancakes with some fresh fruit, coconut chips, chocolate syrup...

JUHA FISKESUPPE (Lea Senica)

To juho lahko pripravite če vam je od prejšnjega kosila ostalo kaj lososa in ne veste kaj bi naredili z njim.

Sestavine:

- kosi lososa, ki so vam ostali
- 2 korenja
- 1 čebula
- 2 stroka česna
- 1 por
- 4 žlice masla
- 4 žlice moke

- 2 dl sladke smetane
- kis
- sladkor

Postopek:
Pripravimo ribjo osnovo ali pa uporabimo vodo. Raztopimo maslo v ponvi ter dodamo česen in čebulo. Por narežemo na kolobarje, korenje pa naribamo. Zelenjavo posolimo in popopramo. V ribjo osnovo damo zelenjavo in kuhamo 5 minut. Med kuhanjem dobro mešamo, da se zelenjava zmehča. Moko zmešamo v smetano in dodamo v juho, ter zavremo. Postopoma dodajamo sladkor in kis, po okusu. Dobiti moramo pravo ravnovesje med sladkim in kislim. Dodamo lososa katerega natrgamo na različne kose in kuhamo, dokler se riba ne skuha. Približno 6-7 minut. Začinite s soljo in sveže mletim belim poprom in potresemo z nekaj na drobno nasekljanim drobnjakom.

MESNI ZAVITEK Z ZELJEM (Manca Gartner)

Sestavine:
- cca. 30 dag kislega zelja
- dve jušni zajemalki bolonjske omake (ostanek od prejšnjega obroka)
- 1 zavitek razvaljanega listnatega testa
- lovorjev list
- 1 jajce

Postopek:
Kislo zelje skuhamo v vodi z dodatkom lovorjevega lista. Odcejenega večkrat prerežemo in dodamo ostanek omake. Skuhaj pokuhamo, da odvečna tekočina izpari. Ohladimo. Stepemo jajce in ga dobro polovico dodamo ohlajenemu nadevu. Razprostremo listnato testo in po njem razporedimo zeljno - mesni nadev. Zavijemo v zavitek (začnemo na daljšem robu). Zavitek večkrat prebodemo z vilicami in ga premažemo z ostankom jajca. Pečico ogrejemo na 200° in pečemo približno 3/4 ure. Serviramo narezano na kose in z skledo poljubne solate.

RECEPT NJOKI (Manca Končar Mohar)

Sestavine:
1kg -Pire krompirja, ki ostane od kosila
200g -pšenične moke
1 jajce
1 žlička- soli

Postopek:
Na sredini pire krompirja naredimo luknjo v katero damo jajce in sol med mešanjem postopno dodajamo moko gnetemo toliko časa, da testo postne prožno in mehko.
Na štedilnik postavimo lonec z vodo, ki jo osolimo. Med tem, ko čakamo, da voda zavre testo spremenimo v dolg svaljek katerega kasneje spremenimo v več manjših.
Njoke po porcijah dodajamo v vrelo vodo, ko priplavajo na površino so kuhani.
Kuhane njoke odcedimo in jih postrežemo že h kuhanim jedem.
(Če jih pripravimo preveč jih lahko nekuhane damo v skrinjo in jih skuhamo naslednjič, ko si jih zaželimo)

ZELENJAVNA RIŽOTA (Manca Petrič)

Sestavine:
1 velika čebula
olivno olje
6 pesti zelenjave (korenje, grah)- zamrznjena ali sveža
3 skodelice riža
začimbe- kurkuma, timijan, sol in poper
3 žlice masla

Postopek:
Sesekljamo čebulo in jo popražimo na olivnem olju v posodi. Zmrznjeno zelenjavo dodamo čebuli. To mešamo in kuhamo par minut. Dodamo riž in premešamo. Zavremo vodo in jo zlijemo v rižoto. Dodamo začimbe, kot so kurkuma, timijan, sol in poper. Pustimo, da se kuha 15 minut, vmes dolivamo vrelo vodo (dokler se riž ne skuha). Ko se skuha dodamo maslo in premešamo, da se stopi. Postrežemo še vročo rižoto. Dober tek!

KROMPIRJEVI SVALJKI (Matic Ažman)

Sestavine:
Pire krompir,
Jajce,
Moka,
Olje

Postopek:
Pire krompirju dodamo jajce, olje nato gnetemo in dodamo moko. Ko zgnetemo vzamemo kos, in zvaljamo v »kačo«. Razrežemo na cca. 1 cm dolge trakce. To ponovimo dokler nam ne zmanjka mase.

KROMPIRJEVA OMLETA (Naja Ferfolja)

Sestavine:
- ostanek pireja približno dveh krompirjev
- 1 jajce
- 1dl mleka
- 1, 5 žlice moke
- ščep soli
- malo muškatnega oreščka

- pol žlice peteršilja
- dve veliki žlici parmezana
- malo popra
- na kockice narezana šunka

Postopek:
Najprej zmešamo jajce in pire, nato pa dodamo še vse ostale sestavine. V segreto ponev damo malo olivnega olja ter nato vlijemo polovico mase. Ko je masa zlato zapečena, jo obrnemo kot palačinko. Čez spečeno omleto lahko posujemo malo parmezana in peteršilja.

KRUHOVA ŠTRUCA (Naja Ručigaj)

Sestavine:

10 žemelj
1 dcl mleka
4 dcl mleka
2 žlici maščobe
2 mali čebuli
5 jajc
1 žlička moke
Peteršilj, sol, poper

Postopek:

Na majhne kocke nareži žemlje. Prepraži čebulo, ki ji proti koncu dodaš peteršilj in še malo popražiš ter dodaš narezanim žemljam. Maso prelij z mlekom, dodaj kislo smetano, žličko moke, jajca, sol, sol, poper. Dobro pregneti, da se sestavine povežejo. Oblikuj štručke in jih zavij v naoljeno srebrno folijo. Kuhaj 30-35 minut.

KRUHOVA ŠTRUCA V PEČICI (Neža Likovič)

Sestavine:

- ½ Starega kruha (kruh ki ga nismo uporabili par dni)
- Manjša čebula
- Dva stroka česna
- Dve jajci
- 1 dl mleka
- Sol
- Peteršilj
- 0,5 dl sladke smetane za kuhanje
- Sir (po želji)

Postopek:
Narežemo kruh na manjše kose, prepražimo čebulo in česen. Kruh damo v večjo posodo, dodamo popraženo čebulo, česen in nasekljan peteršilj. Stepemo jajca, sladko smetano in mleko. Mešanico zlijemo v posodo z kruhom. Dodamo nekaj soli in dobro premešamo. Nato damo zmes v pekač pogladimo in po želji čez posujemo sir.
Pečemo v pečici, pol ure pri 180 stopinjah.

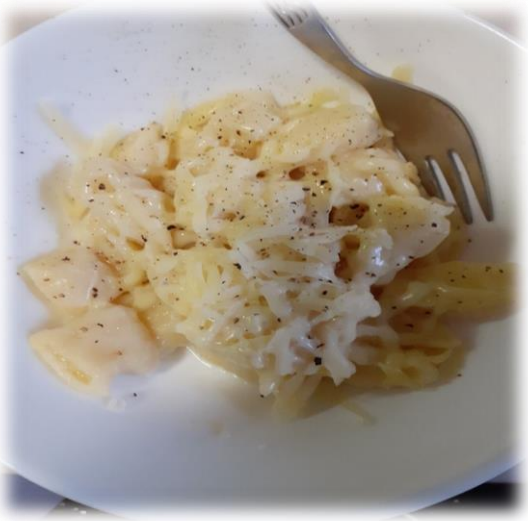
KREPKA BUČNA JUHA (Nežka Gartner)

Sestavine:

- Pol hokaido buče (400g)
- Čebula
- Žlica olja
- Nekaj žlic pire krompirja (ostanek)
- Žlička soli

Postopek:
Čebulo nasekljamo in jo prepražimo na žlici olja. Dodamo na kocke narezano bučo, ki je ni potrebno olupiti, zalijemo z vodo in kuhamo 20 minut. Nekaj minut pred koncem dodamo pire krompir in sol. Ko je kuha kuhana, jo gladko spasiramo s paličnim mešalnikom. Postrežemo z jušnimi kroglicami in žličko smetane.

DOMAČI NJOKI (Nika Habič)



Če vam doma kadarkoli ostane pire krompir, ga lahko hitro spremenite v njoke. Recept gre pa takole:

Sestavine:

-pire krompir (toliko kolikor ga ostane, ni važna količina)

-1 do 2 jajci (odvisno kako rumene hočeš njoke)

-moka (toliko, da se testo ne lepi več na tvoje prste)

Postopek:

Ko vse tri sestavine zmešaš v posodi, in se testo ne prime več na tvoje prste je testo pripravljeno.

Zvaljaš ga v kače, debele približno 2cm, nato jih narežeš na majhne koščke (prbl. 2cm dolge).

Za shranjevanje pa najprej pomokaš površino na kateri jih boš zamrznil, Ko vse bobke položiš na pladenj(na karkoli jih boš pospravil), vse skupaj postaviš v zmrzovalnik čez noč. Naslednje jutro jih prestaviš v vrečko, in jih imaš v zmrzovalniku dokler jih ne porabiš.

Zraven lahko skuhaš katerokoli omako ali pa samo naribaš sir. Njoki se kuhajo v soljeni vodi, toliko časa dokler vse ne priplavajo na površje, ter še dodatne 3min da se vse skuha tako kot je treba.

Upam da vam bodo všeč!

JABOLČNA PITA (Nina Bitenc)

Sestavine:

- ZA TESTO
- 300g bele moke
- 220g masla
- ščepec soli
- 1 žlica sladkorja
- 2 dl mrzle vode

- ZA JABOLČNI NADEV
- 8 srednje velikih jabolk
- 1 žlička cimeta v prahu
- 30g sladkorja v prahu

Postopek priprave testa:

- V večjo posodo stresemo moko, dodamo ji maslo, sol ter sladkor. Drobimo med prsti, da dobimo maslene drobtine. Nato dodamo še mrzlo vodo in zgnetemo v testo. Za dve uri ga postavimo v hladilnik.

- Ohlajeno testo razdelimo na dva dela (en naj bo večji kot drug) in večjega razvaljamo tako, da ima premer malenkost večji od pekača. Pekač namastimo z maslom in testo previdno položimo vanj.
- Sledi priprava jabolčnega nadeva: jabolka operemo, olupimo in narežemo na majhne koščke ali jih naribamo. Dodamo jim cimet in sladkor v prahu ter premešamo. Vse skupaj lahko pustimo stati nekaj minut da se okusi med seboj povežejo.
- Jabolčni nadev nato razporedimo po testu.
- Drugi del testa nato razrežemo na trakove, ki jih nato prepletemo po vrhu jabolčne pite. Pred peko testo premažemo z razžvrkljanim jajcem.
- Jabolčno pito nato postavimo v pečico in jo pečemo do ene ure pri 180 stopinj, da se obarva zlatorjavo.

MLEČNI RIŽ (Peter Puškarić)

Od kosila vam je ostalo nekaj kuhanega riža. Zakaj si iz njega ne bi pripravili okusne večerje?

Potrebujete:

- 5 dl mleka
- 200 g riža
- Ščepec soli
- 75 g sladkorja
- 30 g masla

Mleko pristavite, ga posolite in zavrite. Ko mleko zavre, znižajte temperaturo in vanj stresite riž. Pri nizki temperaturi kuhajte dokler spet ne zavre. Med kuhanjem večkrat premešajte.
Primešajte še sladkor in maslo ter mešajte toliko časa, da se sladkor in maslo stopita. Riž odstavite in servirate v manjše skodelice.
Po želji lahko na vrh dodamo še kakav ali cimet.
DOBER TEK!

MLEČNI RIŽ (Ruben Cal Černe)

V soboto smo jedli riž z zrezki in ker nam je nekaj riža ostalo sem se odločil, da bom naredil Mlečni riž.

Sestavine:
- Riž-lahko ostanke od kosila ali pa na novo skuhanega
- mleko
- sladkor

Postopek:
V posodo z rižem dodamo mleko (približno toliko da pokrije riž) in vaniljev sladkor nato to damo na kuhalno ploščo na srednji ogenj ali na sredno nastavitev posodo postimo na plošči za približno 15-25 minut vmes pa nekajkrat premešamo da se riž ne zažge na dnu posode. Po končanem kuhanju damo riž v krožnik in dodamo kar koli hočemo npr. kakav, sladkor.

In dober tek.

SKUTINI ŠTRUKLJI (Taja Bertalanič)

Sestavine za testo:

- 500g moke,
- 200ml vode,
- 1 ščepec soli,
- 1 jajce,
- 1 žlica olja.

Postopek priprave testa: V veliko skledo damo moko, ter vanjo naredimo jamico. V jamico damo jajce, ščepec soli, žlico olja, ter vodo in vse skupaj dobro premešamo. Testo je pripravljeno takrat, ko se ne lepi več. Nato kepo testa prepolovimo in damo v dve posodi. Obe kepi premažemo z oljem, ter pokrijemo s krpo. Nato počakamo 30 minut ali 1 uro.

Sestavine za nadev:

- 2 jajci,
- 200g kisle smetane,
- 300g skute,
- 1 žlica sladkorja.

Postopek:

1. Pripravimo testo.
2. Medtem ko testo počiva, pripravimo nadev. V posodo stresemo skuto in jo z vilicami pretlačimo. Dodamo jajca in kislo smetano ter sestavine dobro premešamo. Za sladke štruklje dodamo še 1-2 žlici sladkorja. Po želji lahko dodamo še rozine.
3. Spočito testo na pomokanem prtu čim bolj tanko razvlečemo oz. razvaljamo. Debel rob ob straneh obrežemo.
4. Testo premažemo s pripravljenim nadevom in ga s pomočjo prta previdno zvijemo. Pripravljen zavitek zavijemo v namaščeno folijo za živila, po tradicionalnem postopku pa ga zavijemo kar v vlažno krpo ali gazo.
5. Štrukelj kuhamo v osoljeni vodi od 30 do 45 minut. Ko je kuhan, lonec odstavimo in pustimo, da štrukelj 15 minut počiva v vodi, v kateri se je kuhal. Kuhan štrukelj odvijemo in ga serviramo na večji krožnik ali pladenj. Prelijemo ga s prepraženimi drobtinami in narežemo na kose.

MARMELADNA PITA (Tara Conta)

Sestavine:

- 170 g namenske moke tip 500
- 330 g moke tip 400
- 200 g hladnega masla
- 150 g sladkorja
- 2 jajci
- 10 g vaniljevega sladkorja
- naribana limonina lupinica
- ščep soli
- 2 g vinskega kamna (ali pecilnega praška)
- Marmelada

Postopek:

V skledo za mešanje testa odmerimo vse sestavine hkrati. Nato ročno ugnetemo testo. Najprej se bo pojavil drobljenec, vendar takoj, ko se bo maslo pod prstki začelo topiti, se bodo sestavine z lahkoto povezale v kepo enotnega testa.

Testo razdelimo na dve kepi testa, en kos naj bo približno za 100 g večji. Testo ne rabi počivati, temveč ga lahko takoj uporabimo. Večji kos testa s pomočjo prstkov čimbolj enakomerno razporedimo po pekaču. Testo razporedimo tudi po stenah pekača. Uporabila sem keramični pekač, katerega predhodno ni potrebno premazati z maščobo. Če imate pekač na katerega se testo rado prime, ga predhodno premažite z maslom.

Testo v pekaču z vilicami prešpikamo. Nato pekač s testom za 15 minut damo v hladilnik.

Nato čez testo potrosimo žlico krušnih drobtin in preko enakomerno nanesemo marmelado. Od testa odvzemamo koščke in iz njih oblikujemo svaljke, katere polagamo čez češnjev nadev in sicer najprej po vsej površini vodoravno in nato še po vsej površini navpično. Pito damo peči v predhodno ogreto pečico na 180 stopinj Celzije, klasične peke. Pečemo 45 minut. Pito pustimo, da se ohladi, nato jo režemo na kose in ponudimo na krožniku.

PANAKOTA (Taya Košir)

Sestavine:

- 500 ml sladke smetane
- 50 g
- 1 vanilin sladkor
- želatina

Postopek:

1. V kozici za kuhanje zmešamo sladkor, smetano in vanilin sladkor in kuhamo na zmerni temperaturi dokler ne zavre.
2. Ko zavre znižamo na najmanjšo temperaturo in kuhamo še 6 do 8 minut (vmes mešamo).
3. Medtem želatino namočimo v mrzli vodi za približno 5 minut.
4. Po 6 do 8 minutah kuhanja zmesi smetane odstavimo kozico in v še toplo zmes damo želatino in mešamo dokler se ne raztopi.
5. Nato zmes prelijemo v kozarčke in postavimo v hladilnik za nekaj ur.

OMLETA Z MARMELDO (Tia Gorjanc)

Sestavine:

- 100g moke
- 30g sladkorja
- 100ml mleka
- Olje

Postopek:

V večjo skodelico damo moko, sladkor in mleko. Vse sestavine dobro premešamo, da dobimo gosto, tekočo zmes.

V ponev vlijmo olje in segrejemo na zmernem ognju. Ko je olje dovolj vroče, vanj vlijemo zmes ter pečemo nekaj minut, da postane zlatorjave barve. Ko je dovolj pečeno, obrnemo in z vilicami nekajkrat preluknjamo. Spečeno omleto položimo na krožnik, ki smo ga pred tem obložili s papirnato brisačo, da vpije odvečno maščobo.

Omleto postrežemo še vročo ter jo po želji namažemo z marmelado, čokolado ali pa jo obložimo s sveže narezanim sadjem.

SKUTINE PALAČINKE (Tjaša Kristan)

Sestavine za 2 osebi:

- 9 palačinke
- 9 žlic skute
- 1 jajce
- 1 žlica sladkor
- 4 žlice kisle smetane

Postopek:

Skuto, jajce in sladkor skupaj zmešamo. Palačinke, ki so lahko od prejšnjega dne nadevamo z sladko skuto, v vsako palačinko damo 1 žlico in palačinke zvijemo. Nato jih premažemo z kislo smetano in jih damo peči na 180 ºC, 15 minut.

ŠNITE (Zarja Čibej)

Sestavine:

- 1 jajce
- 3 dl mleka
- po želji 1 vanilin sladkor
- 2x 1 dan stara žemlja
- 50 g masla

Postopek:

Jajce, mleko in sladkor zžvrkljamo. Žemlji narežemo na približno 0,5 cm debele kose, jih na kratko namočimo v jajce z mlekom ter ocvremo v ponvi na maslu.

Na koncu po želji dodamo marmelado.

DOMA PRIPRAVLJENA PAŠTETA (Zoja Šebetić Golob)

Sestavine:

- ✓ 1x 80 g tune (rio mare)
- ✓ 1-2 večji kisli kumarici
- ✓ 3-4 stroke česnja
- ✓ 50 ml olivnega olja
- ✓ ščepec soli
- ✓ nekaj popra (po okusu)

Postopek:

Včeraj smo pripravili testenine »aglio olio e peperoncino« in nasesekljali preveč česnja. Nasesekljan česenj sem shranila in ga danes zjutraj pripravila na drugačen način. Naredila sem pašteto iz zgoraj naštetih sestavin, ki sem jih predelala s paličnim mešalnikom.