

Na rozehrátém oleji necháme zpěnit nasekanou cibuli. Přidáme králíka rozděleného na porce a osoleného, opečeme je po všech stranách dozlatova a poprášíme moukou. Za stálého míchání necháme zapražit a potom zalijeme teplým vývarem z masa, v němž jsme rozpustili rajčatový protlak. Zjemníme bílým vínem a přidáme všechno koření. Přikryté dusíme na mírném ohni doměkka. Deset minut před skončením tepelné úpravy přidáme olivy předem spařené ve vroucí vodě. Podáváme s rýží.

Krúti řízky na hořčici

4 krúti řízky, 2 lžíce másla, sůl, pepř, 3 lžíce bílého vína nebo bujónu, lžíce hořčice, 2 dl smetany.

Řízky opečeme na pánvi na másle po obou stranách dozlatova, osolíme a opečíme. Potom je vyjmeme z pánve a uchováme v teple. Štávu z pečení zředíme bílým vínem nebo bujónem, povaříme, přidáme hořčici, smetanu a necháme ještě zahoustnout. Dokořeníme a omáčkou řízky přelijeme.

Alpští pstruzi

4 pstruzi, 4 plátky šunky, 100 g změkklého másla, + 15 g másla na vymaštění pekáčku, lžíce tymiánu, sůl, pepř, citron.

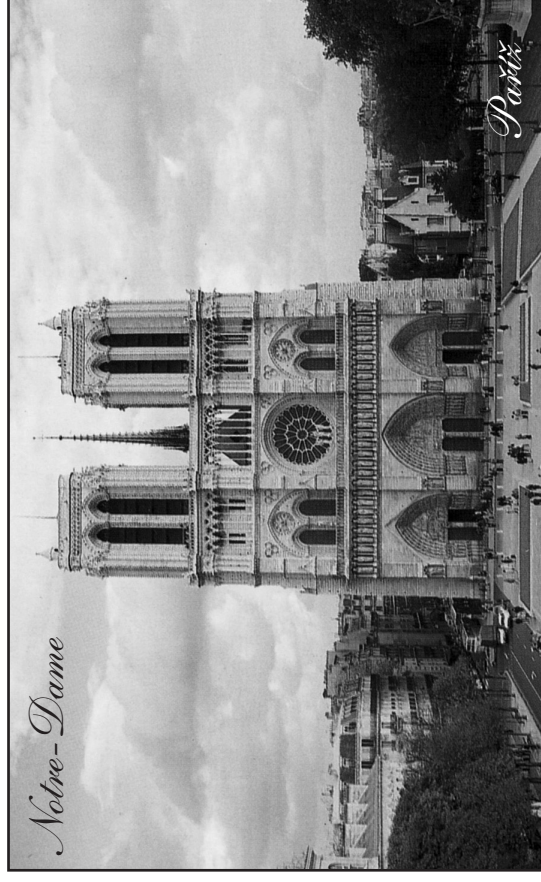
Pstruhy vykucháme a osušíme, vhodný pekáček vymastíme máslem. V misce utřeme 80 g změkklého másla se solí, pepřem a třemi čtvrtinami rozdrobeného tymiánu. Takto ochuceným máslem vytřeme vnitřky ryb. Pstruhy pak obalíme plátky šunky, naskládáme je do pekáčku a jejich povrch poklademe kousky zbyvajících másla, dopepríme a posypeme zbyvajícím tymiánem. Pečeme v předehráté troubě 20 až 30 minut, podle velikosti pstruhů. Hotové ryby pak poklademe kolečky citronu.

Makrela v alobalu

4 menší makrely, 500 g listového špenátu, sůl, pepř, 40 g másla, 40 g mouky, 1/3 l mléka, 50 g tvrdého syra, 2 lžíce hořčice.

Vykuchané makrely dobře očistíme. Listový špenát omyjeme, v nepatrném množství vroucí osolené vody krátce povaříme a necháme okapat. Připravíme si 4 kusy patřičně velkého alobalu, na každý z nich rozložíme vrstvu špenátu a na něj pak osolenou a opeřenou makrelu. Z másla a mouky připravíme jíšku, do které vmícháme mléko, povaříme a přidáme hořčici. Směsí pak makrely pokryjeme a povrch posypeme nastrouhaným sýrem. Alobal dobře uzavřeme, jednotlivé porce naskládáme na plech a pečeme v troubě.

JJ



FRANCOUZSKÁ KUCHYŇĚ

Alsaská zelná polévka

500 g kysaného zelí, lžíce hladké mouky, 3 lžíce oleje, 8 menších brambor, 1 velká cibule, sůl, pepř, 1 1/4 l bujónu.

Zelí povaříme v neosolené vařící vodě a scezené nasekáme. Ve velkém hrnci rozehrájeme olej, dáme do něj cibuli nakrájenou na jemné proužky spolu s nasekaným zelím a za stálého míchání smažíme dozlatova asi 5 minut. Poprášíme moukou, chvíli důkladně mícháme na prudkém plameni a poté přilijeme vroucí bujón. Přikryté pokličicí pak vaříme na slabém ohni asi 1/2 hodiny. Mezitím oloupeme brambory, nakrájíme je na plátky, přidáme k polévce a přikryté vaříme společně ještě asi 30 minut. Opepríme a podáváme velmi horké.

Vaječná bouillabaisa

500g brambor, 4 vejce, 3 rajčata, 2 pórký, 1 cibule, 4 stroužky česneku, svazeček petrželové natě, tymiánu a bokového listu, trochu šafránu, 1 nebo 2 zrnka fenyklu, kousek pomerančové kůry, půl skleničky oleje, několik plátků chleba, sůl, pepř.

Spatřená rajčata oloupeme, zbavíme semen a rozkrájíme na čtvrtky. Brambory, pórek, stroužky česneku a cibuli oloupeme. Brambory pouze otfíme a nakrájíme na kolečka o tloušťce asi půl centimetru. Ve velkém hrnci na hořkém oleji mírně osmažíme nakrájenou cibuli a pórek. Přidáme čtvrtky rajčat, utřený česnek, svazeček koření, fenykl a pomerančovou kůru. Zalijeme litrem vody, doplníme šafránem, bramborami, solí a pepřem. Uvedeme do varu a na prudším ohni vaříme odkryté 15 minut. Když jsou brambory uvařené, vyjmeme je, polévku procedíme a do vroucího vývaru vlijeme opatrně jedno po druhém rozklepnutá vejce, která tři minuty vaříme „na ztraceno“. Na dno polévkové misy rozložíme jemné plátky chleba, přelijeme vývarem a vejce s bramborami podáváme na zvláštní misce.

Hlávkový salát s ořechy

1 hlávkový salát, 2 jablka, asi 10 vlašských ořechů, lžičce smetanového syra typu žervé, lžička hořčice, šťáva z 1 citronu, sůl.

Hlávkový salát omyjeme, rozebereme na listy a rozložíme do salátové misy. Přidáme k nim oloupaná, jemně nakrájená jablka spolu s ořechovými jádry. V misce rozšleháme smetanový sýr s citronovou šťávou, hořčicí, solí. Můžeme i malinko přisladit. Směs nalijeme na připravené salátové přísady, promícháme a podáváme vychlazeně.

Salát z Liège

400g fazolových lusků, 4 brambory, 200g slaniny, 1 cibule, 3 lžičce octa, sůl, pepř, petrželka.

Brambory uvaříme ve slupce doměkka, vodu slijeme a brambory oloupáme a uchováme v teple. Mezitím očistíme fazolové lusky a uvaříme tak, aby zůstaly chřupavé. Necháme okapat a promícháme s oloupanými a na kolečka nakrájenými bramborami. Obojí opět uchováme v teple. Slaninu nakrájíme na nudličky a smažíme na pánvi spolu nakrájenou cibulí. Když je slanina do zlatova usmažena, přidáme ocet a touto zálivkou přelijeme směs brambor s fazolovými lusky. Posypeme sekanou petrželkou, promícháme a ihned podáváme. Pro zvýšení nutriční hodnoty pokrmu je též možno přidat 2 natvrdo vařená vejce, rozkrájená na čtvrtky. Takto upravené může být podáváno jako samostatná večeře.

Oloupaný česnek jemně nasekáme spolu s bazalkou a směs zalijeme olejem. Vše společně dusíme na středním plameni tři minuty, poté vložíme plátky jater, zvýšíme výkon tepla a játra takto upravujeme po každé straně 3 minuty. Osolíme, opepříme a ihned podáváme.

Nadivané kuře s Calvadosem

1 kuře (1,2kg) 4 porce drůbežích jater, 1 vejce, 3 lžičce strouhanky, 150g žampionů, 125g anglické slaniny, 1 likérová sklenka calvadosu (lze nahradit kvalitní vodkou), 75g másla, sůl, pepř.

Nejprve si připravíme nádivku: jemně nasekáme játra, slaninu, žampiony a všechno smícháme se strouhankou. Přidáme vejce, sůl, pepř a směs kuře naplníme. Dobře uzavřeme, dáme do pekáčku, povrch kuřete osolíme, opepříme a poklademe kousky másla. Za občasného polévání a podlévání pečeme v troubě hodinu a půl. Měkké kuře vyjmeme a uchováme v teple. Do nádoby, kde se kuře peklo, nalijeme calvados a prohřejeme. Takto připravěnou šťávu podáváme ke kuřeti, obloženému event. na másle osmaženými cibulkami, ve zvláštní nádobce. Přílohu volíme podle chuti: opékané brambory, hranolky, rýže apod.

Pudink z drůbežích jater

500g drůbežích jater, 50g másla, 35g mouky, ½ l mléka, 2 stroužky česneku, 1 svazek petržele, 5 cl koňaku, 2 dl smetany na šlehání, 10 vajec, pepř, muškátový oříšek, sůl.

V menším kastrolku rozehrřejeme máslo, přidáme mouku a umícháme světlou jíšku. Zvolna vsleháme mléko, směs uvedeme do varu, osolíme, opepříme, přidáme muškátový oříšek a vaříme 5 minut. Takto připravený bešamel necháme vychladnout. Drůbeží játra jemně nameleme a vmícháme oloupaný nasekaný česnek a petrželku. Dáme do misy, přidáme vychladlý bešamel, promícháme a vsleháme koňak se smetanou. Vklepneme 5 celých vajec, 5 žloutků a event. dokořníme. Pudinkovou formu vymažeme máslem a naplníme ji připravenou směsí. Vložíme do vodní lázně, kterou uvedeme do varu, a pak vsuneme do předehřáté trouby, kde v této vodní lázni pečeme 40 minut. Poté pudink vyklopíme na nahřátou misu a ihned podáváme s rajčatovou nebo jinou omáčkou.

Králík po provensálsku

1 králík, 5 lžic oleje, 1 lžičce mouky, 2 lžičce rajčatového protlaku, 2 dl vývaru z masoxu, 2 dl bílého suchého vína, svazeček koření (tymián, bobkový list, petrželka), sůl, pepř, 100g oliv.

Vepřové kotlety po Dijonsku

4 kotlety, 1 lžice sádla, stroužek česneku, svazeček koření, 1 lžice mouky, 1 dl vody, sůl, pepř, 2 šalotky, 2 lžice hořčice, 1 lžice octa, 2 sladkokyselá okurky, estragon.

Na pánvi opečeme na sádle předem naklepané kotlety po obou stranách dozlatova, okořeníme, zaprášíme moukou, chvíli necháme osmahnout a potom zředíme vodou. Přidáme nasekaný česnek, svazeček koření a přikryté dusíme na mírném ohni doměkka (asi 20 minut). Kotlety vyjmeme a uchováme v teple. Místo nich dáme do pánve drobně nasekanou šalotku, kterou pouze zpěníme, přidáme hořčici rozmíchanou v octě, dále nasekané okurky s estragonem. Touto omáčkou kotlety přelijeme a podáváme s bramborem.

Telecí á la marengo

1 kg telecího (hrudí, krkvice), 30 g másla, 2 lžice oleje, 2 cibule, stroužek česneku, 2 lžice mouky, 1 1/2 dl bujónu z kostky, 1,5 dl bílého vína, 500 g rajčat, sůl, pepř, tymián, bokový list, petrželka, 250 g žampionů.

Maso nakrájíme a osmahneme na směsi másla s olejem. Přidáme nasekanou cibuli a česnek, poprášíme moukou a zamícháme. Zalijeme bujónem a bílým vínem. Oloupaná rajčata nakrájíme a přidáme k masu. Okoříme uvedenými přísadami a přikryté dusíme asi 1 1/2 hodiny.

Dvacet minut před ukončením tepelné úpravy přidáme očištěné žampiony.

Jehněčí kotlety v alobalu

4 jehněčí kotlety o tloušťce asi 1 cm, 8 žampionů nebo větších lišek, 3 cibule, 2 lžice oleje, sůl, pepř, muškátový oříšek, 2 lžice másla, 8 plátků šunky.

Omyté kotlety naklepeme, po okrajích nařzneme, osolíme a opepříme. Očištěné houby nakrájíme nahrubo, zatímco oloupanou cibuli jemně nasekáme. Na pánvi v rozpaleném oleji zpěníme cibuli, přidáme houby, ochutíme muškátovým oříškem a na velmi slabém plameni dusíme asi 10 minut. Necháme vychladnout.

Nastříháme si čtyři pláty alobalu dostatečně velké, abychom do nich mohli maso dokonale zabalit, a potřeme je máslem. Na každý vložíme plátek šunky, který potřeme houbovou směsí, na to položíme jehněčí kotletu a překryjeme dalším plátkem šunky. Vše pečlivě zabalíme do alobalu, aby vznikly dobře uzavřené balíčky, naskládáme je na plech a pečeme v horké troubě 45 minut. Podáváme v alobalu.

Játra na bazalce

4 plátky jater (telecí, možno i vepřová), 12 listů bazalky, 3 stroužky česneku, 2 lžice oleje, sůl, pepř.

Michaný salát se sýrem

200 g tuňáka ve vlastní šťávě, 2 hlávkové saláty, 1 menší vařená červená řepa, 1 jablko, 1 lžice hořčice, 1 lžice octa, 4 lžice oleje, 150 g sýra typu emental, sůl, pepř.

Řepu oloupeme a nakrájíme na kostičky. Dobře omytý hlávkový salát rozebereme a jeho listy rovněž nakrájíme. Štávu z tuňáka necháme okapat a maso nakrájíme. Všechny tyto přísady poskládáme do salátové mísy a přelijeme hořčicovou zálivkou, kterou jsme připravili podle výše uvedeného množství jednotlivých komponentů. Posléze přidáme na kostičky nakrájené oloupané jablko a sýr. Promícháme a ihned podáváme.

Rajčata plněná okurkami

4 větší tvrdá rajčata, 2 středně velké salátové okurky, 4 lžice oleje, 1 lžice osvěžší hořčice, 1 lžice octa, sůl, pepř, několik snítek zelené petrželky.

Okurky oloupeme, polovinu z nich nastrouháme na kolečka, zbytek nakrájíme na malé kostičky, které dáme do salátové mísy, osolíme a necháme 15 minut odpočívat. Mezitím omyjeme a osušíme rajčata, z nich skrojíme vršky a vnitřky pečlivě vybereme. Jejich dno osolíme, obrátíme je otvory dolů a necháme z nich takto okapat všechnu vodu. V misce si z octa, hořčice, oleje, soli a pepře připravíme zálivku.

Kostičky okurek dáme do síta, prolijeme studenou vodou, v utěrcě dobře osušíme a promícháme se zálivkou. Touto směsí pak plníme rajčata, která upravíme na misu, obložíme kolečky okurek a posypeme sekanou petrželkou. Podáváme dobře vychlazené.

Studený špenátový svitek

10 vajec, 1/2 kg špenátu, 30 g sekané petrželky, 2 malé cibule, 30 g másla, 1 lžice smetany, muškátový oříšek, sůl, pepř, tymián, bokkový list.

Špenát a petrželku omyjeme, cibuli oloupeme. Špenát uvaříme v nepatrném množství vody doměkka, procedíme, vymačkáme, nahrubo nasekáme, přidáme nasekanou cibuli, kterou jsme podusili na větší pánvi v másle, dále sůl, pepř, tymián, bokkový list a na mírném ohni povaříme. Potom přidáme petrželku, smetanu a nastrouhaný muškátový oříšek. Do vychladlé směsi vmícháme vejce ušlehaná na omeletu a eventuálně dochutíme. Hmotou naplníme olejem vymaštěnou formu a pečeme v troubě ve vodní lázni 40–45 minut.

Haše parmentier

500 g vařeného nebo pečeného masa, 1 cibule, 40 g másla, 2 lžice mouky, 1 1/2 dl masového vývaru, 1 lžice nasekané zelené petrželky, stroužek česneku, pepř, muškátový oříšek, asi 1 kg bramborové kaše, 1 žloutek, 30 g másla.

Na kousky nakrájené maso umeleme. Nadrobno nakrájenou cibulku zpěníme na másle, zaprášíme moukou a za stálého míchání osmažíme dozlatova. Zředíme vývarem a opět za stálého míchání povaríme. Přidáme maso s petrželkou a utřeným česnekem. Přikryté pokličkou chvíli povaríme a nakonec podle potřeby a chuti dokořeníme.

Do máslem vymazané zapékací misky nebo pekáčku dáme vrstvu bramborové kaše, dále vrstvu masa a tak pokračujeme až do vyčerpání přísad. Poslední vrstvu tvoří bramborová kaše. Vidličkou uděláme na povrchu rýhy, potřeme žloutkem a poklademe kousky másla. Zapékáme v předehřáté troubě 20 až 30 minut.

Obalovaná vejce

9 vajec, 100 g strouhaného parmezánu, 4 lžíce jemné strouhanky, 100 g rostlinného tuku, sůl.

8 vajec vaříme v osolené vroucí vodě 6 minut, potom je pod tekoucí vodou opláchneme a opatrně oloupeme, protože i když bílky jsou tzv. „chycené“, žloutky pevné nejsou. Deváté vejce vidličkou rozšleháme v jedné misce, v další pak smícháme parmezán se strouhankou. Uvařená vajíčka nejprve obalíme v rozšlehaném vejci a poté ve směsi strouhanky s parmezánem. Všechny tyto úkony provádíme velmi opatrně, protože vejce nejsou tvrdá. V pánvi rozpálíme tuk a vejce v něm opékáme. Obrátíme špachtlí nebo pohybujeme pánví tak, aby byla po celé ploše opečena dozlatova. Zásadně k obrácení nepoužíváme vidličku – vejce bychom mohli napíchnut a žloutek by se rozlil.

Tuňáková omeleta

8 vajec, lžíce nasekané petrželky, 200 g tuňáka ve vlastní šťávě, stroužek česneku, 2 sardelové řezy, 2 lžíce oleje, sůl, pepř.

Oloupaný česnek nakrájíme na jemné nudličky, stejně jako sardelové řezy. Tyto přísady ušleháme společně s osolenými a opepřenými vejci, petrželkou a rozdrobeným tuňákem (bez šťavy). Na pánvi rozehejeme olej, do něhož vlijeme připravenou směs. Opékáme na každé straně na mírném ohni 5 minut. Podáváme horké.

Lotrinský koláč

400 g listkového nebo slaneého křehkého těsta, 100 g jemných plátků slaniny, 1 velká cibule, 200 g tvrdého sýra, 2 dl mléka, 1-1/2 dl smetany, 3 vejce, sůl, pepř, muškátový oříšek, máslo.

Těsto rozválíme, vyložíme jím koláčovou formu a dno propícháme vidličkou. (Při použití listkového těsta formu předem propláchneme studenou vodou, pro křehké těsto ji vymastíme máslem). Slaninu rychle osmahneme a polovinu z ní rozložíme na dno koláče. Jemně usekanou cibuli zpěníme na tuku ze slaniny a takto připra-

venou vložíme na opečené plátky slaniny. Posypeme nastrouhaným sýrem. Mléko, smetanu a vejce smícháme, okořeníme a vlijeme na sýr. Povrch zdobíme zbytky opečené slaniny. Pečeme asi 30 minut v troubě předehřáté na 220 °C.

Krokety se sýrem a šunkou

50 g másla, 60 g mouky, 1/4 l mléka, sůl, pepř, muškátový oříšek, 200 g tvrdého sýra, 4 žloutky, 100 g šunky. Na obaleni: půl šálku mouky, 2 bílky, šálek strouhanky.

Z másla a mouky umícháme světlou jíšku, přelijeme mlékem a za stálého míchání necháme na mírném ohni zhoustnout, okořeníme, přidáme nastrouhaný sýr, žloutky a na kousky nasekanou šunku. Hmotu rozetřeme na máslem vymaštěný plech do výšky 1 cm, překryjeme alobalem a necháme v chladu 2 hodiny odpočinout. Potom tvoříme pomoučenou rukou krokety, které postupně obalujeme v mouce, v mírně ušlehaném a okořeněném bílku a ve strouhance. Vkládáme je do horkého oleje, (190 °C) a smažíme dozlatova (3–4 minuty). Necháme okapat a podáváme s rajčatovým kečupem a s hlávkovým salátem.

Steaky na víně

4 plátky masa ze svičkové o tloušťce asi 1 cm, 1 lžíce másla, 4 lžíce oleje, 3 cibule, třetina šálku sladšího červeného vína, čtvrt šálku vody, lžíce nasekané petrželky, sůl, pepř.

Cibuli oloupeme a nakrájíme na jemné plátky. V pánvi ji potom na oleji za častého míchání smažíme asi 5 minut a děrovanou lžící ji z pánve vyjeme. Ve stejné pánvi pak prudce opékáme naklepané plátky masa – po každé straně 2–3 minuty. Přidáme lžici másla, sůl, pepř, víno, vodu, nasekanou zelenou petrželku a osmaženou cibuli. Společně vaříme ještě 4 minuty. V polovině této poslední tepelné úpravy maso obrátíme a pokrm podáváme horký.

Rokfórové roštěnky

800 g roštěnek, 4 lžíce oleje, sůl, pepř, 2 šalotky, 2 dl vína, typu portské nebo malaga, 6 lžic bujónu, 2 lžíce nivy, sekaná petrželka.

Na rozehrátém oleji prudce po obou stranách opečeme naklepané roštěnky a podusíme je doměkka. Teprve na konci této tepelné úpravy je osolíme a opepříme, vyjmeme z pánve a uchováme v teple. Ve šťávě z masa zpěníme usekanou šalotku, zalijeme vínem a bujónem.

Necháme přejít var a pak do šťavy všleháme rozdrobenou nivu. Omáčkou připravíme maso a podáváme s hranolky.