

Jablíčková kuchařka



Barunka Pintravová (Beružky)

Obsah:

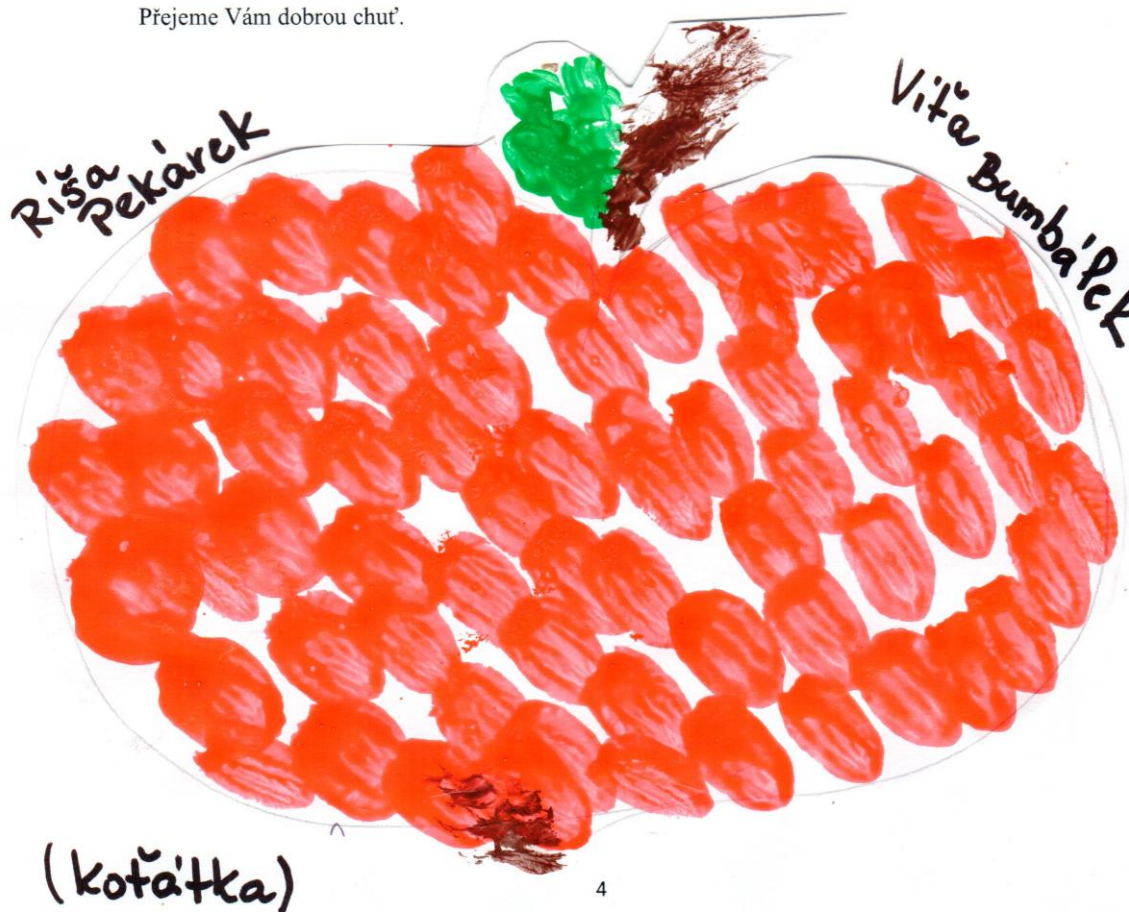
Jablečný štrúdl (Hanka P. a Motýlci)	7
Hlavní chody	9
Kuřecí masíčko s jablky a banány (paní Dvořáková a Maxík z Divišova)	9
Sladké jablečné dezerty	11
Jahelník s jablky (paní Břeská a Vojta)	11
Jablečné langoše (paní Břeská a Vojta)	12
Jablečné lívance (paní učitelka Hanka P.)	13
Piškot s jablky a zakysanou smetanou (paní učitelka Hanka D.)	15
Jablíčkový koláč bez vajec (paní Vildomcová a Kája)	17
Kuličky želé (paní Břeská a Vojta)	18
Nadívaná jablíčka v listovém těstě (paní Břeská a Vojta)	19
Štrúdl z pudinku (paní Štěpničková a Honzík)	20
Závin s jablky (paní Kaiserschadová a Deniska)	21
Jablkový závin (paní Kulakovská a Laila)	22
Obrácený jablíčkový koláč (paní Bumbálková a Vít'a)	25
Jablkový koláč (paní Atiová a Maxík)	27
Jablečný koláč, který voní skořicí (paní Pekárková a Ríša)	28
Jablečná bábovka se skořicí (paní Fárová a Adrianka)	29
Mřížkový koláč (paní Fárová a Adrianka)	30
Kuklova jablíčková buchta (paní Kuklová a Lála)	31
Rychlý jablkový koláč na plech (paní Pavelková a Daník)	33
Jablíčkový koláč (paní Sadílková a Ondra)	34
Sypaný koláč švédský (paní Kaiserschadová a Deniska)	35
Jablkové taštičky (paní Kaiserschadová a Deniska)	36
Nepečený jablečný dort (paní Břeská a Vojta)	37
Ovesné sušenky z jablek (paní Břeská a Vojta)	38
Tmavý jablkový moučník (paní kuchařka Oli a paní kuchařka Lucka)	40
Jablíčkové růžičky (vyzkoušela paní učitelka Hanka P.)	41
Selská povidla (paní Břeská a Vojta)	42
Rychlý jablečný mošt (paní kuchařka Oli a paní kuchařka Lucka)	43
Slavnostní menu od pana Pintravy a Barunky s Klárkou	44

Předkrm	44
Polévka.....	45
Hlavní jídlo 1.....	45
Hlavní jídlo 2.....	46
Dezert	47
Teplý nápoj.....	48
Studený nápoj.....	49

Úvod

Jablko je označováno za léčivé ovoce, obsahuje mnoho různých minerálních látek a stopových prvků, např. provitamin A, vitamin B, kyselinu listovou, vitamin C a E, draslík. Pektin obsažený v jablkách není v žádném jiném plodu obsažen v takovém množství. Mezi nejznámější léčivé účinky jablek lze jmenovat snížení rizika vzniku rakoviny, snížení krevního tlaku a také hladiny cholesterolu. Posiluje imunitní systém, srdce a krevní oběh. Čistí střeva a posiluje dásně. Původní domovinou jabloně byla Čína, odkud se později rozšířila do Evropy. Roubováním jabloní se zabývali už staří Římané a tak dnes známe více než 20.000 odrůd.

Jablka patří k podzimu a tak i my ve školce jsme si jablíčka nejen malovali nebo o nich zpívali v písničce. Ale i jsme je ochutnávali a společně jsme dělali různé dobroty. Přejeme Vám dobrou chuť.



Vyzkoušeno dětmi z MŠ

Jablečný kompot (Alenka a Kot'átka a Žabičky)

Ingredience: Jablka,
cukr,
skořice,
hřebíček,
citron,
voda.

Postup: Jablíčka zbavíme jádřinců a pomocí vánočních vykrajovátek nakrájíme a dáváme do hrnce. Ochutíme cukrem, hřebíčkem, skořicí a plátkem citronu. Zalijeme vodou a dáme vařit. Podáváme teplé nebo vychlazené.



Jablečné křížaly (Iveta a Berušky)

Ingredience: Jablíčka

Postup: Jablíčka opláchneme, zbavíme jádřinců a nakrájíme na slabší plátky.
Dáme cca na 4 hod. do sušičky a poté podáváme.



Laila
Kupakovská
(Berušky)

6

Jablečný štrúdl (Hanka P. a Motýlci)

Ingrediencie: Listové těsto,
jablka,
cukr,
skořice,
rozinky,
strouhanka,
mouka na vyválení těsta,
vejce na potřeni.

Postup: Z těsta vyválíme slabý plát. Jablka zbavíme jádřinců a nastrouháme. Těsto posypeme strouhankou a vrstvíme na něj nastrouhaná jablka. Ocukrujeme, přidáme skořici a rozinky (podle chuti můžeme i ořechy) a zabalíme. Šišky potřeme rozšlehaným vejcem a přendáme na plech s pečicím papírem. Upečeme.



Domácí jablečný mošt (Kotátko, Žabičky, Berušky, Motýlci a Myšky)

Ingredience: Velké množství jablek,
energie a chuť pracovat.

Postup: Jablíčka nadrtíme v drtiče. Jablečnou drť přendáme do lisu a začínáme vlastní silou lisovat. Výsledek – výborný přirozeně sladký jablečný mošt bez přidání chemie. Určený k rychlé spotřebě.



Martin SaPaě (Berušky)

Hlavní chody

Kuřecí masíčko s jablky a banány (paní Dvořáková a Maxík z Divišova)

Ingredience: 400 g kuřecího masa – prsa,
2 banány,
2-3 jablka podle chuti,
sůl,
pepř,
kari,
cibule,
voda na zalití.

Postup: Cibulku pokrájíme s kuřecím masem na kousky, orestujeme na pánvi, posolíme, opeříme. Bohatě posypeme kari. Jablka oloupeme a nastrouháme. Banány pokrájíme na kousky. Obě suroviny přidáme k masu, zalijeme vodou a dusíme dokud maso není hotové a kousky banánu se nerozvaří. Poté ještě dochutíme a dle potřeby zahustíme. Podáváme s rýží.

Krůta na jablkách (paní Zárubová a Barunka s Vojtíškem)

Ingredience: Krůtí maso (nejlépe vykostěné stehno, ale možno i křídla),
sůl,
kmín celý,
jablíčka,
máslo.

Postup: Jablíčka oloupeme, rozkrájíme na čtvrtky a zbavíme jádřinců. Vložíme na dno pekáčku, zapékací mísy. Čím více jablíček, tím více dobré šťávy- takže nešetříme:-) Maso osolíme, okmínujeme a vložíme do mísy na jablíčka. Podlijeme trochou vody a přidáme kousek másla. Zakryté pečeme v troubě do zkrehnutí, ke konci možno odklopit a potřít máslem pro zčervenání, pečeme-li křídla. Podáváme s vařeným bramborem.



Filipek
Gregor

10

(Berušky)

Sladké jablečné dezerty

Jahelník s jablky (paní Břeská a Vojta)

Ingredience: 50 g jáhel, nevařených,
750 ml sójového, mandlového, rýžového nebo plnotučného mléka,
4-10 lžic agáve, rýžového, javorového sirupu nebo medu,
200-300 g povidel,
450 g nastrouhaných jablek,
80 g hrozinek,
3 lžíce kukuřičného škrobu,
2 lžíce skořice,
špetka soli.

Postup:

1. Uvařte jáhlovou kaši z dobře propraných jáhel, špetky soli a 750 ml tekutiny. Můžete použít jakékoli alternativní mléko nebo třeba jablečnou šťávu. Vařte při středním výkonu, občas zamíchejte, dokud nedocílíte kašovitě konzistence. Hotovou kaši doslad'te podle chuti jedním ze sirupů, některá mléka bývají sladší než jiná a v případě jablečné šťávy už nebude třeba doslazovat vůbec. *Já použila mírně sladké mandlovo-rýžové a dosladila jsem 4 lžícemi javorového sirupu.*
2. Předehřejte troubu na 180°C. Než Vám trochu vystydne kaše, připravte si jablka. Nastrouhejte je a smíchejte se skořicí, škrobem a hrozinkami.
3. Do vymazané dortové formy (průměr 24 cm) nebo alternativně podobně velké zapékací nádoby lžící rozprostřete po celém dně menší polovinu kaše. Na vrstvu kaše rozetřete poloviční množství povidel, přidejte vrstvu jablečné směsi a zase povidla. Náplň uzavřete poslední vrstvou jahelné kaše a dejte péct na cca 40 minut. Ke konci pečení na chvíli zapněte gril, povrch jahelníku krásně zezlátne.

Jablečné langoše (paní Břeská a Vojta)

Ingredience: 2,5 dl mléka,
500g hladké mouky,
150g bílého jogurtu,
150g jablek,
20g droždí,
20g cukru,
špetka prášku do pečiva.

Postup: Jablka nastroháme najemno, vše smícháme a zalijeme vlažným mlékem. Těsto necháme asi 20 minut kynout. Tvoříme langoše, smažíme. Podáváme posypané cukrem a skořicí.

Jablečné lívance (paní učitelka Hanka P.)

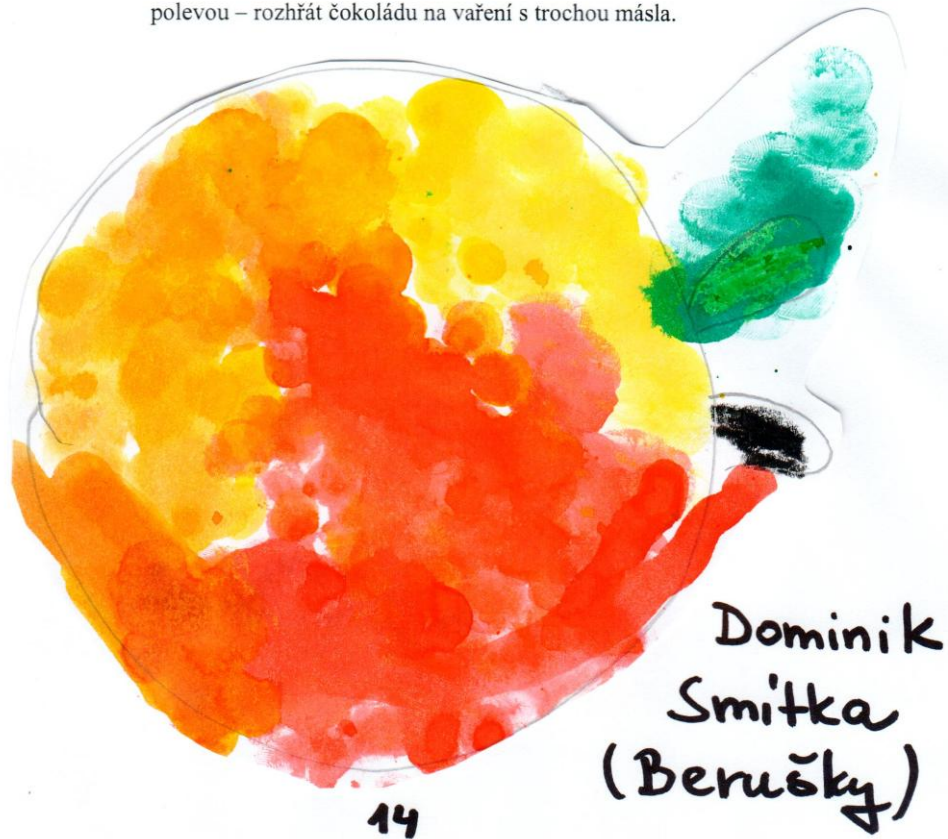
Ingrediencie: 250 g hladké mouky,
200 ml mléka,
1 vejce,
1 lžíce cukru,
15 g droždí,
1 lžíce másla,
3 jablka,
špetka soli,
tuk na smažení.

Postup: V teplém mléce rozmícháme droždí, přidáme trochu cukru a necháme vzejít kvásek. Pak přidáme vejce, máslo, cukr, špetku soli a mouku. Promícháme a dáme na teplé místo na 30 minut vykynout. Jablka oloupáme, zbavíme jádřinců, nadrobno nastroháme a vmícháme do těsta. Smažíme v horkém oleji na lívanečnicku a obalujeme ve skořicovém cukru.

Čokoládová buchta s jablky (paní učitelka Hanka D.)

Ingredience: 350 dkg polohrubé mouky
25 dkg cukru,
10 dkg hery/másla rozehtát,
2 vejce,
1 prášek do pečiva,
1 skořicový cukr,
300 ml mléka.

Postup: Rozkrájet 5 velkých jablek, vše smíchat a dát péct. Nahoru polít čokoládovou polevou – rozehtát čokoládu na vaření s trochou másla.



Piškot s jablky a zakysanou smetanou (paní učitelka Hanka D.)

Ingredience:

Na piškot:

4 žloutky,

4 lžíce horké vody,

$\frac{3}{4}$ skleničky cukru,

1 lžíce oleje,

1 hrnek (1/4 l) polohrubé mouky,

1 prášek do pečiva,

smíchat a přidat sníh ze 4 bílků.

Na náplň:

$\frac{3}{4}$ kg jablek nakrájet na kousky do kastrolu a zalít vodou.

Přidat 9 lžic cukru, nasypat 2 vanilkové pudinky, vše svařit a vlažné nalít na piškot.

Navrh ušlehat 1 šlehačku s 1 stužovačem a vmíchat 2 zakysané smetany a 1 vanilkový cukr.

Jablečný dort (paní Müllerová a Davídek)

Ingredience: 750 g jablek,
2 dcl vody,
8 lžic cukru,
2 banánové pudinky,
1 vanilkový cukr.

Postup: Vše se rozvaří, rozšlehá a přidá se opět 2 dcl vody a 2 banánové pudinky. Opět se vaří pozvolna cca 10 min. Dortová forma se vykládá piškoty a prolévá jablečnou směsí.



Filípek
Janoušek

16

(Berušky)

Jablíčkový koláč bez vajec (paní Vildomcová a Kája)

Těsto: 500 g polohrubé mouky,
250 g másla nebo jiného tuku,
1 vanilkový cukr,
1 prášek do pečiva,
2 lžíce vanilkového pudinku,
5 lžic mléka (může být i rýžové).

Náplň: 6 - 8 jablek, šťáva z jednoho citronu, rozinky

Postup: Suroviny jednoduše smícháme a uhněteme tužší těsto, které rozválíme na dvě stejně velké placky. Jednu dáme na plech (na pečící papír), na ní rozprostřeme nastrouhaná jablka smíchaná se skořicí, citronovou šťávou, kdo má rád, tak s rozinkami, a to celé přikryjeme druhým plátem těsta, případně ho na jablka můžeme nastrouhat na hrubém struhadle. Pečeme cca na 170°C asi 20 - 25 minut. Upečené těsto má být světlé, tmavší už nechutná tak dobře.

Kuličky želé (paní Břeská a Vojta)

Ingredience: 60 dkg jablek,
50 dkg cukru,
5 dkg pomerančové kůry,
3 dkg citronátu (=kandovaná kůra plodu zvaného cedrát s výrazným citrusovým aroma– *pozn. Šárka*),
6 dkg mandlí nakrájených na nudličky,
šťáva a kůra z 1 citronu,
2 lžíce rumu.

Postup: Oloupaná jablka nakrájíme na prst silně, přidáme cukr a ostatní ingredience, podlijeme rumem a citronovou šťávou a vaříme asi 1/4 hodiny. Z masy tvoříme kuličky, které obalíme v krystalovém cukru nebo kakau, případně v kokosu. Dáme sušit na prkénko.

Nadívaná jablíčka v listovém těstě (paní Břeská a Vojta)

Ingredience: 8 menších vyzrálých jablek,
1 listové těsto,
50 g čokolády na vaření,
50 g oříšků,
hladká mouka na vál,
vejce na potřetí moučkový cukr na posypání,
smotky celé skořice.

Postup: Jablka rozkrojíme, kulatou lžičkou vykrojíme jádřince a odstraníme stopky. Oříšky nasekáme a smícháme s nalámanou čokoládou. Směsí naplníme otvory v jablečných půlkách. Na pomoučeném válu rozválíme listové těsto a rozdělíme na 16 dílů. Jablka do nich zabalíme, přeneseme je na plech vyložený pečícím papírem a povrch potřeme rozšlehaným vejcem. Místo stopek vtiskneme do těsta kousky skořice. Pečeme 10 minut při 190 °C. Před podáváním posypeme moučkovým cukrem.

Štrůdl z pudinku (paní Štěpničková a Honzík)

Ingredience: 40 dkg mouky hladké,
25 dkg másla,
4 lžíce cukru,
5 lžic mléka,
1 vejce,
1 prášek do pečiva,
1 vanilkový cukr.

Náplň: 90 dkg jablek,
8 lžic cukru,
1 vanilkový cukr,
2 pudinky.

Pudinkový prášek, vanilku a cukr zasypat do jablek a promíchat.

Postup: Na vále vypracovat těsto, rozdělit na dva díly. První díl vyválet na plech, pak přidáme náplň a druhým dílem přiklopit.

Závin s jablky (paní Kaiserschadová a Deniska)

Ingredience: 1 hera,
1 tvaroh,
1 vejce,
1 ½ hrnku hladké mouky,
3 středně velká jablka,
cukr,
skořice na posypání,
sekané ořechy, rozinky,
mouku a tuk na plech.

Postup: Z másla, mouky a tvarohu vypracujeme těsto, které vyválíme na vále. Posypeme strouhanými jablky, přidáme cukr, skořici, oříšky, rozinky a závin zatočíme. Položíme na vymaštěný plech a pečeme ve vyhřáté troubě.

Jablkový závin (paní Kulakovská a Laila)

Ingredience: 400 g hladké mouky,
240 g tuku,
12 lžic mléka,
2 žloutky,
2 lžice octa,
trochu prášku do pečiva,
jablka,
skořice,
cukr,
rozinky,
ořechy.

Postup: Na vále prosijeme hladkou mouku s práškem do pečiva, přidáme rozstrouhaný tuk, mléka, žloutky a ocet a dobře propracujeme těsto. Nahřejeme kastrol, zadělané těsto pod něj vložíme a necháme odpočinout. Jablka nastroháme. Těsto rozdělíme na 4 díly a tence rozválíme. Jablka rozložíme na těsto, posypeme cukrem, skořicí, přidáme rozinky, nasekané oříšky. Poté srolujeme a upečeme.

Tažený štrůdl (paní kuchařka Oli a paní kuchařka Lucka)

Ingredience: 40 dkg hladké mouky,
1 vejce,
1 lžíce rozehrátého tuku,
1 lžička octa,
sůl,
1/8 l vlažné vody.

Postup: Z ingrediencí vypracujeme těsto, které dle zkušeností a chuti plníme jablky, rozinkami aj. Zabalíme a upečeme dle zkušeností se svoji troubou.

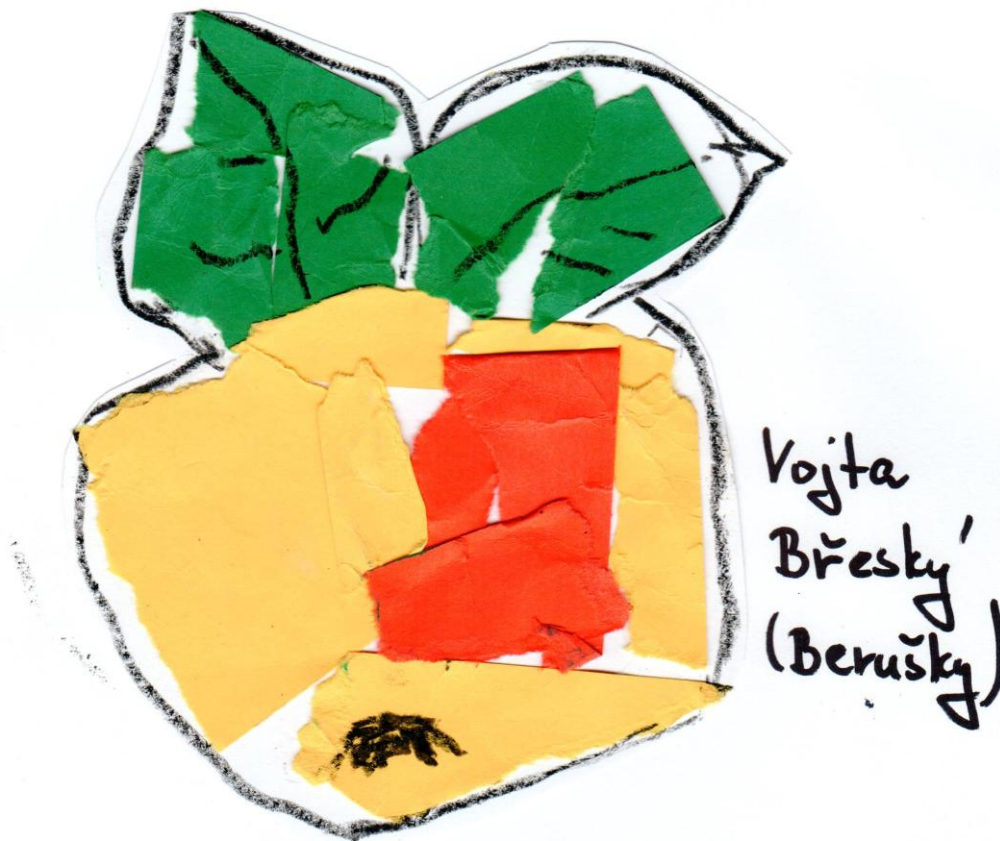


Deniska
Kaiserschadova'
(Berušky)

Jablkový závin z jogurtu (paní Pilátová a Anežka)

Ingredience: 1/2 kg polohrubé mouky
1 tuk na pečení
1 bílý jogurt (200 g max.)
1 prášek do pečiva

Postup: Vše smícháme, těsto vyválíme na plát silný asi 0,5 cm, rozkrojíme na 3 části, každou posypeme rozdrobenými piškoty, nastrouháme jablíčka, posypeme skořicí, kakaem, rozinkami a oříšky, srolujeme a upečeme.



24

Obrácený jablíčkový koláč (paní Bumbálková a Vít'a)

Ingredience: cca 500 g jablek
šťáva z 1/2 citronu
4 vejce
100 g moučkového cukru
250 ml smetany
250g polohrubé mouky
1 prášek do pečiva
1 vanilkový cukr
skořicový cukr

Postup: Jablka oloupeme, vykrájíme a nakrájíme na tenké plátky. Poklademe je na dno vymazané koláčové formy (může jich být silnější vrstva), pokapeme citrónovou šťávou a posypeme skořicovým cukrem.

Vyšleháme vejce s oběma cukry a postupně přidáme smetanu, mouku a prášek do pečiva. Takto vypracované těsto nalejeme na nakrájená jablka. Pečeme ve vyhřáté troubě na 175 stupňů 25-30 minut.

Obrácený koláč (paní Pilátová a Anežka)

Dortovou formu vymažeme máslem, dno vysypeme strouhankou (asi 1 cm), poklademe plátky másla, posypeme vrstvou strouhaných jablek (asi 2 cm), cukrem, skořicí, trochu kokosu a celé zalijeme těstem.

Ingredience na těsto: Sníh ze 3 bílků + 3 žloutků

90 dkg cukru

50 dkg polohrubé mouky.

Po upečení se vyklopí tak, aby vrstva strouhanky byla nahore.



26

Jablkový koláč (paní Atiová a Maxík)

Ingredience: 1/2 kg pol.mouky (může být půl na půl s hladkou moukou),
1 hera,
1 vejce + 1 žloutek,
1 prášek do pečiva,
2-3 lžíce mléka,
5 lžic cukru.

Náplň: 1 kg jablek (krájených),
1 vanilkový cukr,
2 vanilkové pudinky,
12 lžic cukru.

Postup: Plech lehce vymazat, těsto rozdělit na 2 díly a vyválet z něj placky. Na plech vytvarujeme 1 placku, přidáme náplň, na ní druhou placku, tu lehce propícháme vidličkou a můžeme dát péct :-) na 180 °C až 200 °C do zlatova.

Jablečný koláč, který voní skořicí (paní Pekárková a Ríša)

Ingredience: 4 vejce
1 hrnek cukru krupice
2 hrnky hladké mouky
1 kypřicí prášek
2 lžičky mleté skořice
1 hrnek oleje
4 středně velká jablka

Postup: Začněte tím, že očistíte jablka. Ta oškrábejte, zbavte je jádřinců a nakrájejte na malé kostičky velké asi 1 x 1 centimetr. Vejce dejte do mísy, přisypte cukr a vše vyšlehejte do světlé tuhé pěny. Pak do hmoty postupně zašlehejte hrnek oleje a hladkou mouku prosátou se skořicí a kypřicím práškem do pečiva. Nakonec přimíchejte i připravené ovoce. Hluboký plech vystelte pečicím papírem nebo vymažte kouskem tuku a vysypte hrubou moukou, těsto na něj nalijte a rovnoměrně ho rozprostřete po celé jeho ploše. Pak ho vložte do trouby vyhřáté na 200 stupňů (horkovzdušnou stačí vytopit na 180 stupňů Celsie) a pečte asi 20 minut dozlatova. Hotový koláč nakrájejte na kousky, podle chuti ho můžete dozdobit čokoládou.

Jablečná bábovka se skořicí (paní Fárová a Adrianka)

Ingredience: 2 vejce,
250 ml oleje,
240 g moučkového cukru,
1 vanilkový cukr,
350 g hladké mouky,
¾ prášku do pečiva,
250 g nastrouhaných jablek,
50 g rozinek,
60 g nasekaných ořechů,
2 lžičky skořice.

Postup: Vejce vyšleháme s olejem a cukry do pěny. Mouku, prášek do pečiva a skořici smícháme s vaječnou směsí, přisypeme jablka, rozinky a ořechy. Vše promícháme a vylijeme do vymazané a vysypané formy.

Pečeme při 175°C 55 minut.

Mřížkový koláč (paní Fárová a Adrianka)

Ingredience: 30 dkg mouky (15 dkg hladké a 15 dkg polohrubé),
14 dkg změkklého másla,
14 dkg moučkového cukru,
1 vejce,
2-3 lžíce mléka,
1 prášek do pečiva,
½ kg nastrouhaných jablek,
tvaroh utřený s vejcem a cukrem.

Postup: Všechny suroviny zpracujeme v hladké a pevné těsto jako vánoční cukroví a necháme v lednici chvíli odpočinout. Pak jej na pečícím papíře vyválíme a 1/3 si oddělíme na mřížku. Zbylý plát těsta dáme s pečícím papírem na plech. Na těsto rozmažeme utřený tvaroh, nastrouhaná jablka a na závěr těstovou mřížku. Pečeme na 180°C cca 50 min.

Kuklova jablíčková buchta (paní Kuklová a Lála)

Ingredience: 2 hrnky polohrubé mouky,
1 hrnek cukru krupice – nemusí být celý,
½ hrnku oleje,
4 hrnky jablek nakrájených na kostky,
2 lžíce kakaa,
½ lžičky skořice,
1 prášek do pečiva,
4 vejce.

Postup: Všechny ingredience smíchat a vypracovat těsto. Těsto lze naředit vodou. Pekáč vyložit pečicím papírem, pečeme na 180°C asi 35 minut (dle vaší trouby). Po upečení polít čokoládou a posypat ořechy.



Pečená jablíčka se zmrzlinou (paní Káninská a Cilka)

1. Umyjeme jablíčka a vyjmeme z nich jádřince – 1 jablíčko na osobu
2. Nakrájíme je i se slupkou na větší kousky.
3. Pak si vyrobíme polevu z rozpuštěného másla, cukru a skořice.
4. Jablíčka polijeme a dáme péct na ¼ hod. do trouby (160°C -180°C)
5. Servírujeme je teplá se zmrzlinou (zmrzlina dle chuti) a posypeme mandlovými plátky.



Cilka
Káninská'
(Myšky)

Rychlý jablkový koláč na plech (paní Pavelková a Daník)

Ingredience: 1 hrnek polohrubé mouky,
1 hrnek pískového cukru,
½ hrnku nastrouhaných ořechových jader,
4 lžíce rozehřátého másla,
4 lžíce mléka,
2 lžíce rozinek,
3 vejce,
½ balíčku prášku do pečiva,
cca 500g jablek.

Tuk na vymazání a strouhanka na vysypání plechu s vyšším okrajem.

Postup: Oloupaná jablka nastrouháme nahrubo, promícháme s cukrem a necháme chvíli stát. Poté k nim vmícháme rozšlehaná vejce, rozinky, ořechy, mléko, vlahé rozehřáté máslo a nakonec mouku smíchanou s práškem do pečiva. Těsto rozetřeme na tukem a strouhankou vysypaný plech a upečeme ve středně vyhřáté troubě do růžova.

Jablíčkový koláč (paní Sadílková a Ondra)

Ingredience: 28 dkg hladké mouky,
8 dkg cukru moučka,
citronová kůra,
na špičku nože prášek do pečiva,
20 dkg másla,
2 žloutky,
½ kg jablek,
4 dkg rozinek,
2 dkg cukru,
3 dkg oříšků nebo mandlí,
1 vejce na potřetí.

Postup: Do hladké prosáté mouky přidáme prosátý cukr, citronovou kůru, na špičku nože prášku do pečiva, rozsekáme do všeho máslo, přidáme žloutky a vypracujeme dobře a lehce těsto, které dáme do studena ztuhnout. Těsto vyválíme na dvě placky, kruhem je vykrojíme. Jednu dáme s papírem na plech a potřeme vejcem. Ze zbylého těsta uděláme váleček, který dáme kolem placky. Prostředek naplníme udušenými, nakrájenými jableky, posypeme rozinkami, trochu cukrem a oříšky, druhou plackou přikryjeme. Povrch potřeme vajíčkem a koláč upečeme v mírně vyhřáté troubě. Upečený pocukrujeme.

Sypaný koláč švédský (paní Kaiserschadová a Deniska)

Ingredience: 1 hrnek krupice,
1 hrnek hrubé mouky,
1 hrnek cukru,
1 prášek do pečiva,
citronová šťáva,
6 jablek,
1/8 másla.

Postup: Do mísy nasypeme krupici, mouku, cukr, prášek do pečiva, přidáme citronovou šťávu a promícháme. Do vymazané a vysypané formy vložíme 1/3 směsi a navrstvíme na ni polovinu jablek hrubě nastrohaných i se slupkou. Opět přidáme část směsi, na ni navrstvíme druhou polovinu jablek a zakončíme poslední třetinou směsi. Ještě poklademe nakrájeným máslem a zvolna asi 1 hodinu pečeme. Do jablek můžeme podle chuti přidat rozinky, skořici, oříšky nebo badyán.

Jablkové taštičky (paní Kaiserschadová a Deniska)

Ingredience: listové těsto,

1 vejce na potřetí,

Náplň: 2 středně velká očištěná jablka,

1 vanilkový cukr,

½ lžičky mleté skořice,

½ hrnku nasekaných ořechů.

Postup: Těsto vyválíme na tloušťku 3 mm a rádýlkem ho nakrájíme na čtverce. Připravíme náplň. Jablka nakrájíme na malé hranolky a promícháme s vanilovým cukrem, skořicí a ořechy. Každý čtverec potřeme po okrajích dvou stran vejcem tak, aby se při přehnutí strany slepily. Doprostřed čtverců dáme jablečnou náplň kraje dobře spojíme. Uložíme na plech vypláchnutý studenou vodou, potřeme rozšlehaným vejcem a pečeme asi 12 minut v troubě vyhřáté na 230°C.

Nepečený jablečný dort (paní Břeská a Vojta)

Ingredience: 1 kg jablek, oloupaných a nastrouhaných,
2-3 lžice hnědého krystalového cukru (dle sladkosti jablek),
2–3 hřebíčky,
2 balíčky vanilkového pudinku v prášku,
1 balíček dětských piškotů,
2 lžičky citronové šťávy,
400 ml vody,
200 ml džusu,
lžičku skořice,
kousek másla.

Postup: Cukr rozpustíte na kousku másla a nechte ho mírně zkaramelizovat, pak vsypte jablka, rychle promíchejte a zalijte 200 ml vody. Přidejte hřebíčky a citronovou šťávu, skořici a přiveďte k varu. Vařte až budou jablíčka měkká, vyjměte hřebíček.

Pudink rozmíchejte v 200 ml vody a 200 ml džusu (lze asi použít jakýkoli džus) a vylijte na jablka. Přiveďte k varu a za stálého míchání vařte dvě minuty. Dortovou formu vypláchněte studenou vodou, vyložte vrstvou piškotů, zalijte třetinou jablečné směsi a stejným způsobem vytvořte další vrstvy. Nechte ztuhnout, vychladnout, opatrně vyklopte a podávejte.

Ovesné sušenky z jablek (paní Břeská a Vojta)

Ingredience: 150 g ovesných vloček mletých,
200 g ovesných vloček(špaldové, ječné ...),
1 velké jablko (cca 150 g nastrouhaného),
200 g bílého jogurtu,
100 g fruktosy,
1 lžíce vejce,
50 g rozinek,
1 lžička skořice.

Postup: V míse si smícháme namleté vločky, vejce, jogurt, fruktosu a skořici. Vyšleháme, aby se objem zvedl. Opatrně vmícháme nastrouhané jablko, směs vloček a rozinky. Lžící klademe hrudky na pečící papír a rozmáčkneme do tvaru sušenky. Pečeme při 150°C přibližně 40min. Studené sušenky můžeme potřít hořkou čokoládou.

Hraběčiny řezy (paní kuchařka Oli a paní kuchařka Lucka)

Ingredience: 40dkg polohrubé mouky
1 hera
20dkg cukru
4 žloutky
½ balení kypřicího prášku
8 bílků na sníh
jablka

Postup: Vypracujeme těsto, které dáme na vymaštěný a vysypaný plech. Část si necháme na ozdobu. Na těsto poklademe nastrouhaná jablka, můžeme podle chuti přidat rozinky, ořechy. Na jablečnou směs dáme vyšlehaný sníh z bílků a na něj nastrouháme zbytek těsta. Upečeme dle zkušenosti se svoji troubou.



39

Tmavý jablkový moučník (paní kuchařka Oli a paní kuchařka Lucka)

Ingredience: 30 dkg nahrubo nastrouhaných jablek

25 dkg cukru

2 lžíce kakaa

1 prášek do pečiva

16 dkg rozpuštěné hery

3 vejce

Poleva: 10 dkg hery

10dkg moučkového cukru

2 lžíce kakaa

2 lžíce mléka

2 lžíce pudinku

Postup: Vypracujeme těsto a pečeme cca ½ hod. Na horký koláč rozetřeme polevu.

Jablíčkové růžičky (vyzkoušela paní učitelka Hanka P.)

Autor receptu: Lád'a Hruška



Ingredience: Jablka,
listové těsto,
skořicový a moučkový cukr,
marmeláda.

Postup: Jablka rozkrojíme a vyjmeme jádřince. Následně je pokrájíme na zhruba jeden až dva milimetrové plátky. Poté vyválíme listové těsto a rozkrájíme na pětcentimetrové proužky. Ty z poloviny potřeme připravenou marmeládou a zasypeme trochou skořicového cukru, na který položíme několik plátků jablek, vše pak překryjeme druhou polovinou těsta. Jednotlivé pláty těsta pak z jedné strany zavineme, aby vznikla „růžička“. Vše pak dáme na pečící papír a vložíme na čtvrt hodiny do rozpálené trouby (200 °C). Upečené růžičky pak lehce zasypeme moučkovým cukrem. A můžeme podávat!

Selská povidla (paní Břeská a Vojta)

Ingredience: 10 oloupaných, drobně nakrájených jablek,
1400 g cukru,
 $\frac{1}{2}$ l vody,
1 lžice petolu
citronová kůra z cca 3 citronů

Postup: Vše se rozvaří a horká směs se plní do zavařovacích lahví. Po uzavření se obrátí dnem vzhůru asi na 10 minut. Výborná povidla do buchet, závinů a vdolků.

Rychlý jablečný mošt (paní kuchařka Oli a paní kuchařka Lucka)

Ingredience: 5 kg padaných jablek bez stopek a jader,
voda,
1 kg cukru,
1dkg kyseliny citronová.

Postup: Jablka nastroháme, zalijeme 5 l vařící vody, přikryjeme utěrkou a necháme 24 hod. Pak slijeme a znovu zalijeme 5 l vařící vody a opět po 24 hod. slijeme. Svaříme 1 l vody, 1 kg cukru a přidáme kyselinu citronovou. Vychladlou cukrovou vodu smícháme se dvěma nálevy, nalijeme do lahví a ihned používáme.

Slavnostní menu od pana Pintravy a Barunky s Klárkou

Předkrm

Salát s kuřetem

Ingredience:

1/2 hrnku kvalitní majonézy,

½ lžice citronové šťávy,

pečené kuřecí maso – jakékoliv,

1 jablko,

2 stonky řapíkatého celeru nakrájeného na plátky,

1 hrst nahrubo nasekaných ořechů + na ozdobu,

1,5 lžice nasekané pažitky + na ozdobu,

sůl, pepř,

4 listy ledového salátu.

Postup:

Majonézu, citronovou šťávu a 1 lžici vody spolu v misce prošlehejte. Kuře vykostěte, případně zbavte kůže a nakrájejte na sousta nebo nasekejte nahrubo. Jablko rozkrájejte na čtvrtky, vyřízněte jádřinec a dužinu nakrájejte na plátky. Dejte do mísy spolu s kuřetem, celerem, ořechy a pažitkou. Promíchejte a osolte a opeřete. Z listů salátu vytvořte jakési kalíšky, do kterých dejte porci salátu a podávejte ozdobené pažitkou a ořechy.

Polévka

Sladká jablková polévka

Ingredience: ¾ l 100% jablečného džusu,
3 balíčky vanilkového cukru,
½ balíčku vanilkového pudinku,
300 g oloupaných jablek,
dle chuti citronová šťáva,
cca 5 cm skořice celá,
2 lžíce másla,
200 g bílého jogurtu.

Postup: Očištěná jablka pokrájíme na kostičky, osmahneme na másle a zalijeme větší částí džusu. Přidáme skořici, vanilkové cukry a přivedeme k varu. Ve zbylé části džusu rozmícháme pudink, vlijeme jej k rozvařeným jablekům a povaříme ještě 2 minuty. Polévku nakonec jemně rozmixujeme (vyndejte nejdřív celou skořici). Dochutíme citronovou šťávou, popřípadě ještě dosladíme. Polévku nandáme do misek a přidáme do každé porce lžici jogurtu.

Pro chuť můžete ke skořici přidat ještě hřebíček.

Hlavní jídlo 1

Kuře s jablky a karamellem

Ingredience: ½ kg kuřecí prsa,
1 lžička grilovacího koření na kuře,

2 jablka,
50 g cukr krupice,
1dl bílé víno,
½ dl olivový olej,
špetka mleté skořice,
pepř, sůl.

Postup: Opláchnutá a osušená prsa pokrájíme na menší medailonky, potom lehce naklepeme, posypeme kořením a z obou stran opečeme na oleji. Uložíme v teple. Do výpeku nasypeme cukr, který za stálého míchání necháme zkaramelizovat. Pak ho zředíme bílým vínem, vložíme na plátky pokrájená a oloupaná jablka zbavená jádřinců, krátce podusíme, dochutíme skořicí, solí, pepřem, přidáme zpět kuřecí maso, necháme prohřát a ihned podáváme. Příloha rýže nebo brambory.

Hlavní jídlo 2

Bramborové lívanečky s jablky

Těsto: 800 g brambory,
200 g polohrubá mouka,
200 ml mléko,
4 vejce,
špetka soli,
citronová kůra.

K ochucení: 4-5 jablek,

citronová šťáva z jednoho citronu,

skořicový cukr dle chuti.

Postup: Brambory uvaříme ve slupce a necháme vychladnout. Studené je oloupeme a nastrouháme na jemné nudličky. Přidáme k nim mouku, mléko, vejce, citronovou kůru, špetku soli. Důkladně promícháme. Na lívanečnicku rozežřejeme tuku, lžící nabíráme těsto a smažíme dozlatova. Jablka nastrouháme, zakápneme citronovou šťávou, smícháme se skořicovým cukrem, případně i vanilkovým a na každý lívaneček dáme tak lžičku.

Dezert

Jablečný perník s tvarohem

Ingredience: 250 g jablka,
180 g cukr krupice,
cca 240 g polohrubá mouka dle hustoty těsta,
1 prášek do perníku,
1 vejce,
80 g rozpuštěné máslo,
1 polévková lžice kakaá, tuk na vymazání.

Tvarohová náplň: 250g měkký tvaroh,
2-3 lžice cukru,
2 lžičky vanilkového pudinku v prášku,

cca 2 polévkové lžíce mléka na zředění.

Postup: Nastrouhaná jablka smícháme s cukrem, vejcem, rozpuštěným máslem, kakaem, moukou a kypřidlem. Těsto nalijeme do připravené formy (kulatá forma s průměrem 28 cm), uhladíme a z tvarohu uděláme na koláči mřížku. Koláč pečeme v předehřáté troubě na střední teplotu- vyzkoušíme špejlí, těsto se na ni nesmí lepit.

Teplý nápoj

Jablečný pečený čaj

Ingredience: 2 kg jablek,
600g cukru,
2 ks citron,
2 lžíce mleté skořice,
6 ks hřebíčku,
3 lžíce hnědého rumu.

Postup: Očištěné ovoce odpeckujeme a nakrájíme na drobné kousky. Citron oloupeme a pokrájíme na kousky. Všechno dáme do hlubšího plechu, zasypeme cukrem, přidáme koření. Promícháme a vložíme do vyhřáté trouby. Pečeme při 170°C 30-40 minut, občas můžeme promíchat. Ihned po vytažení z trouby vmícháme rum. Plníme do skleniček se šroubovacím uzávěrem, položíme je víčkem dolů a necháme vychladnout.

Použití: Do hrnku či sklenice dáme 3-4 lžičky ovocné směsi a zalijeme vařící vodou.

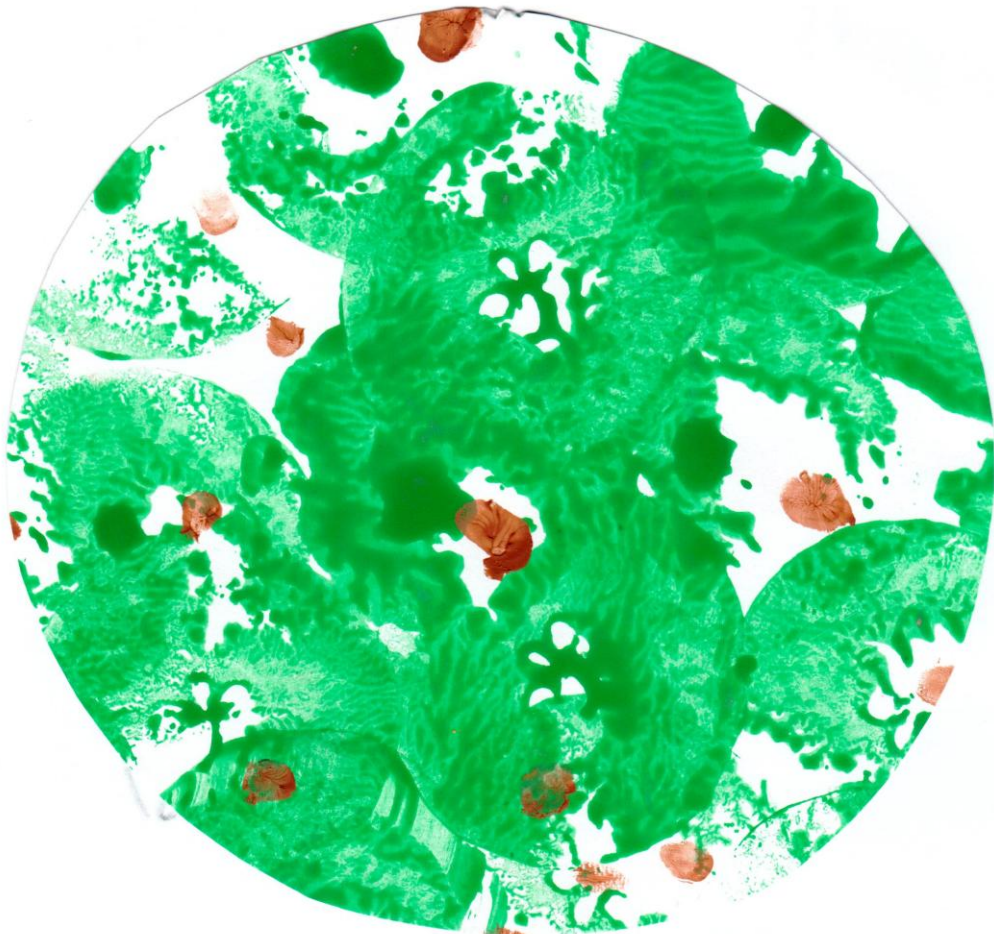
Studený nápoj

Smoothie z jablka

Ingredience: 2 ks řapíkatý celer stonky,
2 ks zelené jablko,
1 ks banán,
1 lžice limetková šťáva

Postup: Ze stonku celeru otrháme lístky, nejmenno nasekáme, vrchní část stonku odkrojíme na ozdobu. Spodní část oloupeme a nakrájíme na plátky. Jablka rozkrájíme a vykrojíme jádřince. V mixeru rozmixujeme do hladka lístky a stonky celeru, přidáme jablka, banán a limetkovou šťávu. Naředíme trochou vody.

La'pa kukpova' (Motýlca)



Jabpečny' kopač



Lukašek Musil
(Berušky)

topřeno, mřina

Ženetka Stenková (Myšky)



Jablečno' mafina



Barunka
Za'rubovo'

(Moty'lei)



KOULELO SE KOULELO, ČERVENÉ JABLIČKO. KOMU TY SE DOSTAVEŠ
MÁ MILÁ ANČIČKO.
BARVUKA ŽARUŽOVÁ / MOTÝLCI /





JOHANKA - OVOČNÁ' POLÉVKA (MUCHY)



Barunka Pintravovo' (Beruška)





Barunka Pintrovová
(Berušky)

DOBROU CHUŤ

přeje

kolektiv autorů:

Kot'átka

Žabičky

Motýlci

Berušky

Myšky

učitelky

kuchařky

a

naše maminky

a

tatínek.

Mateřská školka Divišov

2015/2016