PAPRIKA

ZELENINA, KOŘENÍ A LÉK

RECEPTY

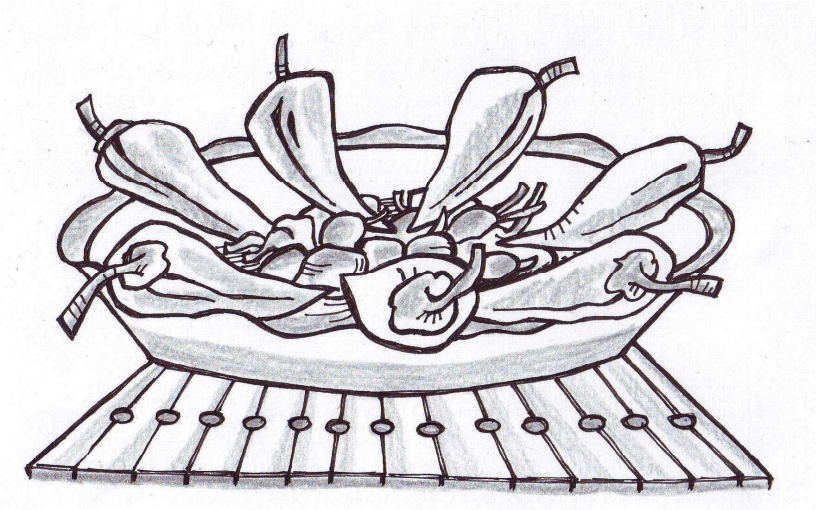
TRADIČNÍ A VYZKOUŠENÉ, ALE I NOVÉ A PŘEKVAPUJÍCÍ
PRO VŠECHNY KUCHAŘKY A KUCHAŘE BEZ ROZDÍLU VĚKU

VŠEM ODVÁŽNÝM DEGUSTÉRŮM PŘEJEME

DOBROU CHUŤ!

Obsah:

1. Proč vařit, upravovat a jíst papriky 2
2. Paprika je úžasná zelenina 3
3. Z čerstvých paprik 4
4. Polévky 9
5. Plněné papriky 15
6. Pečení paprik 24
7. Papriky se nemusí jen plnit 25
8. Lečo 27
9. Saláty a chuťovky z pečených paprik 31
10. Pomazánky 34
11. Zavařování 41
12. A taky něco s chilli 44
13. Poznámky 46
14. Index 48



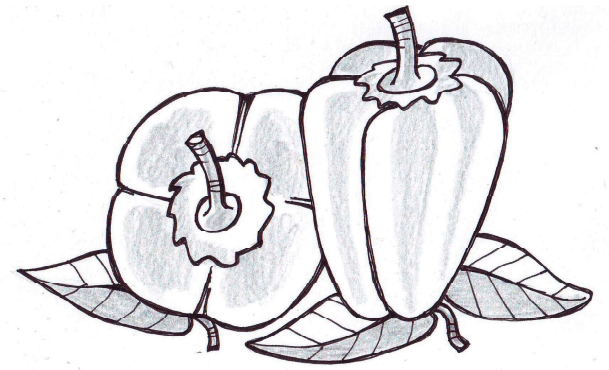
Proč vařit, upravovat a jíst papriky

Paprika je nejen chutnou zeleninou, ale i kořením a lékem.
Paprika je z 93 % tvořena vodou, obsahuje trávení prospěšnou vlákninu, mastné kyseliny, celou řadu vitamínů a minerálních látek.

Tahle zelenina, ať už žlutá, červená nebo zelená, je dobrým zdrojem několika vitamínů. V prvé řadě je to vitamín C: v jedné středně velké paprice je šestkrát více vitamínu C jako v pomeranči nebo ve šťávě z citronu a 40krát více než v jablečné šťávě. V paprikách jsou vysoké koncentrace dalších vitamínů – B1, B2, B3, provitamínů A, E, P. Dále obsahuje minerály (železo, mangan nebo hořčík) a vlákninu.

Důležitými látkami, které jsou obsaženy v paprikách, jsou kapsaicinoidy, které právě způsobují charakteristickou chuť paprik a pálení v ústech. Jejich množství se liší v různých odrůdách papriky. Velké množství obsahují chilli papričky. Kapsaicinoidy podporují zahřátí organismu, vyšší výdej energie a navíc potlačují chuť na nezdravé jídlo. Mají antimikrobiální účinky a v lékařství jsou používány jako analgetikum.

Paprika je prostě ohromně zdravá!



Paprika je úžasná zelenina

Paprika přichází v krásné škále barev a tvarů. Dodává chuť, barvu a říz mnoha pokrmům a prospívá našemu zdraví.

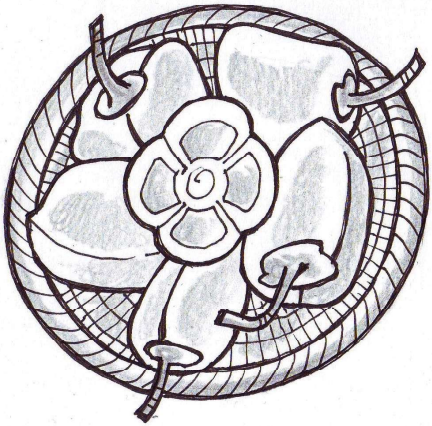
Paprika je velmi variabilní surovinou. Dá se jíst v syrovém stavu i tepelně upravená, samostatně i jako součást jídel. Sušená a mletá je výborné koření. Můžeme ji zapékat, dusit, smažit, konzervovat. Kdo by neznal jeden z nejznámějších způsobů přípravy papriky paprikový lusk plněný mletým masem. Vynikající je ale i plněná sýrem, houbami, bulgurem, fazolemi, variací je spousta. Salátů a čalamád z paprik je nepřeberné množství,
Kuchařka, kterou právě držíte, se tohle vše snaží obsáhnout. Recepty jsou sesbírány z časopisů, kuchařských knih, internetu. Berte je jako inspiraci a do vaření zapojte svou fantazii, nebojte se přidat vlastní suroviny podle vašich chutí a zvyklostí. Někdo to rád ostřejší, tak si přidá trochu víc chilli papričky.
A na úvod jedna chuťovka z papriky k vínu nebo pivu.

Paprikové proužky v pivním těstíčku

Suroviny: 2 silnostěnné papriky, 150 ml světlého piva, 1 vejce, hladká mouka, mletá paprika, oblíbené koření (třeba grilovací), petrželka, špetka chilli (nemusí být), na špičku nože kypřící prášek, sůl, pepř, olej na smažení
Postup: Z piva, vejce, koření a mouky uděláme polotekuté těstíčko. Papriky nakrájíme na asi 6–7 mm silná kolečka a obalíme je v mouce. Namočíme do těstíčka, necháme okapat a ihned vkládáme do horkého oleje. Smažíme pozvolna z obou stran do zlatova. Usmažené odkládáme na papírový ubrousek odsát přebytečný tuk. Podáváme s oblíbeným dipem. Nejlépe chutnají ještě teplé, jsou hodně křupavé, ale dobré jsou i studené.

Dobrou chuť !

Z čerstvých paprik



Paprikový salát

Suroviny: 40 dkg paprik, 1/10 litru octa, 2 lžíce vody, 2 lžíce oleje, 6 dkg cibule, trochu soli a cukru

Postup: Dužnaté papriky omyjeme, podélně rozpůlíme, jádra a stopky vykrojíme a papriky nakrájíme na jemné nudličky a dáme do misky. Do hrnečku dáme ocet, vodu, trochu soli a cukru, nastrouhanou cibuli a olej, dobře vše promícháme a marinádou papriku polijeme. (Místo nastrouhané cibule můžeme do salátu přimíchat 2 stroužky jemně usekaného česneku.) Salát lehce promícháme a postavíme na jednu až dvě hodiny do chladu odležet.

Šopský salát I

Suroviny: 300 g papriky, 300 g rajčat, 1 ks salátové okurky, 1 ks cibule, 250 g balkánského sýra, 50 g slunečnicového oleje, špetka soli, pepře, citronová šťáva

Postup: Okurku omyjeme, oloupeme a nakrájíme na malé kousky. Rajčata a papriky rovněž omyjeme a nakrájíme, cibuli nakrájíme nadrobno, smícháme s olejem a citronovou šťávou, osolíme, opepříme. Šopský salát necháme asi 1 hodinu odležet. Pak salát jemně promícháme a bohatě posypeme strouhaným sýrem.

Šopský salát II

Suroviny: 2 čerstvé papriky, 1 okurka, 5 zralých rajčat, 1 cibule, 100 g balkánského sýra, zelená petrželka, feferonka, sůl, 3 lžíce oleje, ocet
Postup: Cibule nakrájíme najemno (nejlépe na proužky) a utřeme se solí (rukou). Okurku nakrájíme na půl kolečka a pokapeme octem (nepřeháníme). Rajčata pokrájíme na měsíčky, papriky na tenké proužky (1,5 cm). Pokrájíme najemno trochu petrželky a opatrně promícháme se solí všechno dohromady. Přidáme olej (zhruba 3 lžíce) a opět zamícháme. Nastrouhaný sýr přidáme až po přendání do salátových misek a nahoru položíme feferonku.

Izraelský salát

Suroviny: 1 červená paprika, 4 rajčata, 2 salátové okurky, 1 červená cibule, 1 stroužek česneku, šťáva z ½ citronu, sůl, mletý pepř, 3 lžíce olivového oleje, špetka mleté skořice, 2 lžíce nasekané petrželky, 2 lžíce nasekaného koriandru, 2 lžíce nasekané máty, lžička koření sumag
Postup: Papriku a okurku nakrájíme na kostičky, rajčata na menší kousky, všechny ingredience smícháme a dáme salát vychladit.

Pikantní salát se salámem a sýrem

Suroviny: 3 papriky (žlutá, zelená, červená), 1 cibule, 2 rajčata, 150 g goudy, 500 g měkkého salámu, 5 lžic oleje, 3, lžíce octa (vinný, balsamikový), lžička soli, ½ lžíce hořčice, pepř, cukr
Postup: Nakrájíme papriky, rajčata, sýr a salám na malé kostičky, cibuli velmi jemně. Vše promícháme. Smícháme zbývající přísady v zálivku, nalijeme na salát a necháme stát asi 1 hodinu.

Salát s kapií a okurkou

Suroviny: 1 kapie (i jiná silnostěnná paprika), 1 salátová okurka, 1 střední cibule, 2 stroužky česneku, lžička oleje, sůl, 3 lžičky cukru, 2 lžičky octu
Postup: Okurku oloupeme a nastrouháme nahrubo. Česnek a cibuli

oloupeme a s očištěnou kapií nasekáme najemno. Vše dáme do misky, osolíme a promícháme. Okurkový salát s kapií podáváme mírně vychlazený.

Letní salát z paprik

Suroviny: 4 papriky, 4 rajčata, 3 vejce (uvařená natvrdo), 150 g šunky (vcelku), 1 salátová okurka (malá), 150 g balkánského sýra, cukr, ocet, olej, sůl, pepř

Postup: Všechnu zeleninu si očistíme a nakrájíme. Vhodíme do salátové mísy, přidáme šunku a vejce nakrájené na malé kostičky a rozdrobíme balkánský sýr. Vše zakápneme troškou oleje, osolíme a opepříme dle chuti a opatrně promícháme. Uděláme si zálivku z vody, cukru a octa a nalijeme na salát. Zálivky dáváme jen trošku, aby byla šťáva. Nesmí se nám to v ní topit. Promícháme a podáváme nejlépe vychlazené.

Salát z papriky a mozzarelly

Suroviny: 6 barevných paprik, 1 cibule, 250 g mozzarelly, na zálivku: 200 ml majonézy, 200 ml bílého jogurtu, sůl, hrubě mletý vícebarevný pepř, lžička cukru (nemusí být)

Postup: Papriky a mozzarellu pokrájíme na kostičky, cibuli na kroužky. Smícháme se zálivkou. Poměr jogurtu a majonézy si upravte dle chuti, pokud je hustý jogurt, dát majonézy daleko méně.

Paprikový salát s vejci a uzeným masem

Suroviny: 4 barevné papriky, 4 natvrdo uvařená vejce, 200 g uvařeného uzeného jazyka (šunky, šunkového salámu), 1 kelímek zakysané smetany, 2–3 lžičky pikantní hořčice, sůl, pepř, svazek zelené petržele

Postup: Uvařená vejce nakrájíme na kolečka, maso na nudličky, očištěné papriky rovněž na nudličky. V zakysané smetaně rozšleháme hořčici, sůl, pepř a jemně nakrájenou petržel a vše promícháme dohromady.

Papriky plněné rajčatovou směsí

Suroviny: 500 g rajčat, 2 vejce (natvrdo vařená), jarní cibulka, ½ kelímku pomazánkového másla, sůl, pepř, 5 červených paprik
Postup: Omyté papriky rozpůlíme a vyndáme jádřince. Rajčata, vejce a cibulku nakrájíme, osolíme, přidáme máslo a zamícháme jen tak nahrubo. Po chvíli, až rajčata pustí šťávu, zamícháme důkladněji. Naplníme do připravených půlek paprik.

Paprikový salát s rajčaty, hlávkovým salátem a vejci

Suroviny: 4 papriky, 2 rajčata, 1 hlávkový salát, 4 vařené brambory, 2 natvrdo vařená vejce, 2 sladkokyselé okurky, 2 lžíce majonézy, 1 bílý jogurt, pepř, sůl, cukr, sekaná pažitka
Postup: Majonézu rozšleháme s jogurtem, solí, pepřem, špetkou cukru a jemně pokrájenou pažitkou. Nakrájíme na proužky očistěné papriky, hlávkový salát, na kostičky brambory, na kostky rajčata, nadrobno sladkokyselé okurky a vejce. Vše smícháme a necháme v chladu odležet.

Plněná paprika na studené pohoštění

Suroviny: 4 středně velké papriky masitějšího typu, 150 g pomazánkového másla s příchutí nivy, lahodná je i s příchutí křenu, 100 g másla, 1 červená cibule nakrájená nadrobno, 1 lžíce nadrobno nakrájených lístků petržele, sůl na dochucení
Postup: Z omytých celých paprik odřízneme větší kus špičky i větší kus vršku, které nakrájíme nadrobno. Z paprik odstraníme semeníky. Máslo pokojové teploty ušleháme společně s pomazánkovým máslem. Přidáme nakrájené kousky paprik, cibulku, petrželku, sůl podle potřeby a promícháme. Papriky naplníme a dáme zatuhnout do lednice, ideální je přes noc. Poté papriky nakrájíme na tenká kolečka a použijeme jako chuťovku k pečivu. Také můžeme použít na obložený talíř nebo kolečkem papriky ozdobit namazané pečivo. Uvedené množství

paprik je orientační. Papriky mají různé velikosti. Zbylou náplní, pokud nějaká zbude, můžeme namazat plátek šunky, zamotat do roličky a po vychlazení nakrájet na tenké plátky. Nebo ji jednoduše namažeme na rohlíky jako jednohubky.

Jiné možnosti náplně:

Náplň z nivy: 300 g tvarohu, 100 g nivy, 80 g másla, 200 g poličanu (nebo jiný salám), petrželka, 1 lžička mleté papriky, pepř
Utřeme tvaroh, máslo, nivu, přidáme na kostičky nakrájený salám, nasekanou petrželku, mletou papriku a pepř. Papriky naplníme směsí a dáme asi na 20 min zamrazit. Poté nakrájíme na kolečka.
Náplň se šunkou: 250 g salámu (šunkový), 2 balení taveného sýra ve střívku (bambino), 1 balení taveného sýru (trojúhelníkový), 150 g tvrdého sýru na strouhání, 2 lžíce hořčice, 2 lžíce majonézy, 3 vařená vejce, pažitka
Suroviny smícháme a plníme papriky. Dáme na 12 hodin vychladit do lednice a pak krájíme na kolečka.
Náplň s paprikou: ½ červené papriky, 50 g másla, 2 tavené sýry, 2 vajíčka na tvrdo, 70 g měkkého salámu, pažitka, sůl, pepř
Máslo se sýrem utřeme, přidáme nastrouhaný salám a vejce. Červenou papriku nakrájíme na malé kostičky a přimícháme do směsi spolu s nasekanou pažitkou. Osolíme, opepříme, promícháme a naplníme papriky, které jsme zbavili jadérek. Dáme vychladit do lednice. Před podáváním nakrájíme na kolečka.

Polévky

Krémová polévka z pečených paprik

Suroviny: 1,2 kg červených paprik, 1 velká brambora, cibule, stroužek česneku, ¾ l zeleninového vývaru, olivový olej, sůl, pepř, bazalka, balzamikový ocet, k podávání – bílý sýr řeckého typu nebo brynza

Postup: Papriky rozložíme na plech vyložený pečicím papírem a pečeme v troubě asi na 200 stupňů cca 20 minut. Když začne slupka krabatět a zlátnout, jsou papriky upečené. Přendáme je do nádoby, přiklopíme a necháme chvíli zapařit. Slupka pak půjde perfektně sundat. Semínek se nejlépe zbavíme opláchnutím paprik pod tekoucí vodou. Na olivovém oleji si orestujeme cibuli. Přidáme česnek, oloupané pečené papriky, velkou nastrouhanou bramboru a zalijeme asi ¾ litrem zeleninového vývaru. Povaříme 10 minut a rozmixujte do hladkého krému. Dochutíme. Na talíři posypeme rozdrobeným bílým sýrem řeckého typu nebo brynzou.

Tip: méně paprik můžeme nastavit oloupanými rajčaty.

Paprikový polévka s vejcem

Suroviny: 20 dkg zelených paprik, 20 dkg brambor, cibule, mouka (hladká nebo polohrubá), máslo, 2 dl kysané smetany nebo acidofního mléka, 2 vejce, petrželka, mletá paprika, sůl

Postup: Brambory rozkrájíme na kostičky, zalijeme horkou vodou, osolíme a povaříme. V kastrolu zahřejeme máslo, přidáme cibuli, proužky zelených paprik a lehce osmažíme. Zasypeme mletou paprikou, zamícháme a přidáme k bramborům. Polévku zahustíme smetanou nebo mlékem s rozmíchanou moukou a povaříme. Nakonec přidáme petrželku. Plátky vařených vajec dáme na talíř a zalijeme polévkou.

Paprikový polévka s klobásou

Suroviny: 3 masité papriky, 5 středních brambor, 1 lžíce paprikové pasty, 1 cibule, 3 stroužky česneku, olej nebo sádlo , 2 lžíce mouky, 1 pikantní klobása, mletá paprika (část může být pálivá), zeleninový vývar, sůl, libeček, petrželka

Postup: Na oleji zpěníme na jemno nakrájenou cibuli a česnek, vmícháme mouku, paprikovou pastu, mletou papriku, krátce osmahneme, zalijeme vývarem a přivedeme k varu. Vložíme na kostky nakrájené brambory a po chvilce vaření proužky paprik. Vaříme do změknutí brambor, papriky by neměly být rozvařené. Před koncem přidáme nakrájenou klobásu a libeček. Necháme ještě přejít varem. Na závěr vmícháme zelenou petrželku.

Paprikový polévka s pohankou

Suroviny: 1 l vývaru, 1 cibule, hrst zelených fazolek, 2 různobarevné papriky, 3–4 koktejlová rajčátka, kus pórku, plátek sádla (nebo olej), 3 hrsti loupané pohanky, 1 lžíce sójové omáčky, 1 lžička sušeného zázvoru (nebo kousek čerstvého), ½ drůbeží vývarové kostky, pažitka, sůl

Postup: Fazolky, papriky a rajčátka nakrájíme na menší kousky, pórek a cibuli na proužky. Do hrnce si dáme kousek sádla (nebo oleje), když je horké, dáme na něj cibulku, mírně osmažíme. Přidáme ostatní

připravenou zeleninu a všechno chvilku dusíme. Pak přidáme sójovou omáčku, zázvor, drůbeží kostku, pohanku a promícháme. Dolijeme vývarem a vaříme do změknutí surovin, je-li třeba dosolíme, vypneme a zasypeme pažitkou.

Selská polévka z paprik, rajčat a rýže

Suroviny: 4 čerstvé papriky, 1 jarní cibulka, 1 lžíce oleje, 2 lžíce másla, 1 plechovka sterilovaných rajčat, vývar slepičí (bujon), sůl, pepř, cukr, špetka skořice, 180 g uvařené rýže, strouhaný sýr, smetana

Postup: Cibulku omyjeme a nasekáme, přidáme omyté papriky, pokrájené na nudličky a orestujeme. Přilijeme sterilovaná rajčata a asi 800 ml vývaru. Povaříme cca 25 minut. Z polévky dáme stranou několik kousků rajčat a vše rozmixujeme. Dochutíme solí, pepřem, špetkou skořice a podle chutí přidáme cukr.

Přidáme smetanu a uvařenou rýži. Polévku dáme do misek, ozdobíme rajčaty z polévky a strouhaným sýrem.

Paprikova polévka s fazolemi

Suroviny: 500 g různě barevných paprik, 125 g anglické slaniny, 1 plechovka bílých fazolí v rajčatové omáčce, 1 plechovka loupaných krájených rajčat, ½ sklenice černých oliv, 700 ml vody, 1 ks menší cibule, 1 lžíce olivového oleje, černý pepř, sůl, nastrouhaný sýr na ozdobu

Postup: V hrnci zprudka orestujeme na kostičky nakrájenou slaninu, zalijeme ji lžící olivového oleje, přidáme nadrobno nakrájenou cibuli a osmahneme ji dozlatova. Do polévkového základu vložíme na 1–1,5 cm nakrájené kousky paprik, za občasného zamíchání je dusíme tak 3 minuty. Přidáme plechovku nakrájených rajčat a rozpůlené černé olivy, vše zalijeme vodou a na mírném ohni za občasného promíchání vaříme cca 25 minut. Do polévky dále přidáme plechovku bílých fazolí a necháme ji ještě 5 minut vařit. Polévku dle chuti osolíme a okořeníme pepřem, při servírování jednotlivé porce ozdobíme nastrouhaným tvrdým sýrem.

Polévka z pečených paprik

Suroviny: 6 silnostěnných paprik, chilli papričky dle chuti (1 do polévky pro většinu lidí bohatě stačí, spíše méně), cherry rajčata (cca 250 g), 3 stroužky česneku (ve slupce), sůl, pepř, volitelně smetana ke šlehání, mozzarella, olivový olej

Postup: Papriky omyjeme, rozkrojíme a vyndáme z nich semínka. Rajčata a chilli papričky omyjeme. Papriky, rajčata, chilli papričky i česnek ve slupce naskládáme na plech a dáme ho trouby, ve které jsme zapnuli gril (220 °C). Zeleninu ugrilujeme do takové podoby, kdy začnou slupky černat a oddělovat se. Papriky naskládáme do sáčku nebo mísy a dobře je uvážeme, aby se zapařily. Rajčata dáme do mísy (aby dobře chytala šťávu z nich) a přetáhneme fólií. Zapařenou zeleninu (asi po dvaceti minutách) zbavíme slupek. Čtyři půlky papriky si nakrájíme na tenké nudličky a dáme stranou. Zbytek paprik pokrájíme na větší kusy, dáme do hrnce, k nim přidáme rajčata – jednoduše je vymáčkeme ze slupky. Dáme i vypuštěnou šťávu, ze slupky vymáčknuté stroužky česneku, přidáme cca 1 l vody, osolíme, opepříme. Povaříme 10 minut a pak rozmixujeme. Na talíři doplníme nakrájenými paprikami, pár kapkami olivového oleje a natrhanou mozzarellou. Dosolíme a opepříme podle chuti, můžeme přidat sladkou smetanu.

Gulášová polévka s paprikami

Suroviny: 500 g hovězího masa, 250 g brambor, 0,8 l hovězího vývaru, 2 lžíce vepřového sádla, 2 lžíce rajčatového protlaku, 2 lžíce mleté papriky, 2 lžíce nasekané petrželky, 1 lžíce majoránky, 1 lžíce kmínu, 3 ks bobkových listů, 3 ks barevných paprik. 3 ks stroužků česneku, 2 ks cibule, 1 ks chilli papričky, ½ krajíce staršího tvrdšího chleba, mletý pepř, sůl

Postup: V kastrolu na rozehřátém sádle osmahneme dozlatova nadrobno nakrájené cibule. Očištěné hovězí maso opláchneme, osušíme, nakrájíme na kostky, vložíme do kastrolu k cibuli a ze všech stran orestujeme, přidáme mletou papriku, kmín, protlak, oloupané nadrobno nakrájené stroužky česneku, bobkové listy,

osolíme, opepříme, zalijeme vývarem a přiklopené na mírném ohni dusíme téměř doměkka (asi 60 minut). Brambory oloupeme a nakrájíme na kostičky, papriky i chilli papričku očistíme a nakrájíme na nudličky. Chléb nastrouháme a spolu s bramborami, paprikami i chilli papričkou přidáme do polévky a povaříme doměkka (asi 15 minut). Nakonec přidáme najemno nasekanou petrželku, majoránku a dochutíme solí i pepřem.

Sladká polévka z papriky a červené řepy

Suroviny: 1 polévková lžíce extra panenského olivového oleje, 2 velké šalotky, 3 červené papriky, 1 větší červená řepa, 2 polévkové lžíce čerstvě vymačkané citronové šťávy, 1 citron, 200 g měkkého kozího sýra nebo brynzy

Postup: Ve větším hrnci si na olivovém oleji zprudka orestujeme nahrubo nasekané šalotky, stáhneme na střední výkon a opékáme, dokud nejsou změklé. Přidáme nahrubo nakrájené papriky zbavené středů a oloupané nahrubo nakrájené kousky řepy. Promícháme, zvýšíme výkon a necháme pár minut orestovat. Zalijeme kuřecím vývarem, vodou, přivedeme k varu, stáhneme na nejnižší výkon a částečně zakryté povaříme hodinu. Jakmile se řepa rozpadá, sejmeme z plamene a necháme 10 minut zchladnout. Přilijeme citronovou šťávu, osolíme a opepříme dle chuti. Rozmixujeme dohladka tyčovým mixérem a servírujeme posypané sýrem nebo brynzou.

Polévka ze zelených paprik

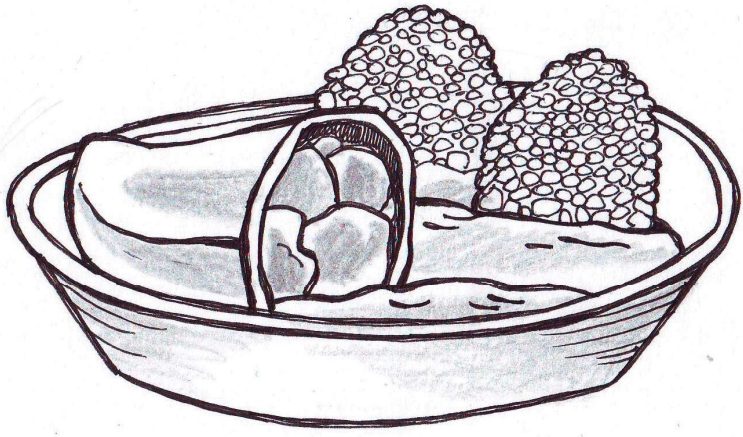
Suroviny: 4 zelené papriky, 4 středně velké brambory, 1 ¼ l vody, 40 g oleje, 1 cibule, sůl, ¼ l zakysané smetany, 30 g hladké mouky, mletá paprika

Postup: Oloupané brambory krátce povaříme v osolené vodě. Na oleji zpěníme drobně nakrájenou cibulku, přidáme očištěné papriky nakrájené na nudličky, okořeníme mletou paprikou. Přidáme brambory s vodou a dovaříme. Nakonec přidáme za stálého míchání smetanu s rozkvedlanou moukou a ještě krátce povaříme. Osolíme a doplníme drobně nakrájenou petrželkou.

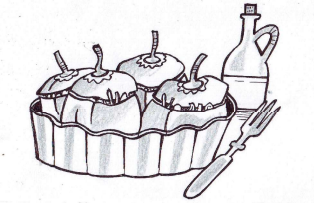
Lahodná paprikoová polévka se zakysanou smetanou

Suroviny: 4 červené cibule (nebo šalotky), 6–8 paprik, 2 lžíce olivového oleje, 250 g sterilovaných rajčat, 800-1000 ml vývaru slepičího nebo zeleninového, 1–2 bobkové listy, sůl, čerstvý mletý pepř, trocha pískového cukru, několik stonků petrželky, několik stonků bazalky nebo jiných bylinek, 4 lžíce zakysané krémovité smetany, tymián (čerstvý nebo sušený)

Postup: Cibule nebo šalotky oloupeme, omyjeme a pokrájíme na kostičky. Papriky rozpůlíme, vyřízneme semeníky, lusky omyjeme a rovněž nakrájíme na kostky. V hrnci rozpálíme olej a šalotku s paprikou na něm podusíme. Do hrnce přisypeme rajčata, přilijeme vývar, dochutíme tymiánem, bobkovým listem, špetkou soli, pepřem a pískovým cukrem a pozvolna vaříme asi 10 minut. Z vývaru pak odstraníme bobkový list, tymián (máme-li čerstvý, tak také) a polévku ponorným mixérem rozmixujeme najemno. Bazalku nebo petrželku opereme, vodu otřepeme a lístky pak nasekáme najemno. Před podáním do polévky vmícháme zakysanou smetanu a talíře přizdobíme nasekanými bylinkami. Polévka je velmi jemná.



Plněné papriky



Gurmánské plněné papriky

Suroviny: 6 baculatých barevných paprik, 4 rajčata, 3 cibule, 600 g mletého masa, 1 vejce, 1 lžíce hořčice, 1 lžíce smetany, sůl, pepř, čerstvá majoránka, bylinková sůl (vegeta), hrst strouhanky, 1 stroužek česneku, špetku koření čubrica, hrst syrové rýže, 2 bobkové listy, 4 kuličky nového koření, 4 kuličky celého pepře, 4 kostky cukru, rajský protlak (cca 500 g), kostka masoxu (může být na posílení chuti, ale nemusí) nejlepší je domácí vývar, špetka skořice, 1 dl vody

Postup: Připravené a očištěné papriky od žebroví a semínek naplníme masovou směsí. Tu připravíme z mletého masa (volíme vhodnou kombinaci hovězího a vepřového). Maso osolíme, opepříme, přidáme 1 jemně nasekanou cibulku, utřený česnek, lžíci hořčice, hrst strouhanky, čerstvě drhnutou majoránku, čubricu, 1 vejce a lžíci smetany. Směs dobře promícháme a přidáme syrovou rýži. Masovou nádivku pěkně upěchujeme do lusku a papriky naskládáme do pekáčku. Do pečicí nádoby kolem paprik rozházíme 2 na plátky pokrájené cibule, 2 nakrájené zelené papriky, 4 rajčata. K tomu 2 bobkové listy, 4 kuličky nového koření a stejný počet pepřových kuliček. Zalijeme dobrým rajským protlakem. Přidáme 1 dl vody, kolem paprik rozdrobíme kostku masoxu a do každého rohu zapékací nádoby vhodíme jednu kostku cukru, aby se chuť doladila do příjemného sladkokyselého tónu. Papriky by měly být v rajské šťávě potopené tak do poloviny výšky. Delikátní šmrnc opatří mrňavá špetka skořice a větvička tymiánu pohozená ladem v pekáči. Paprikám nasadíme uříznuté pokličky se stopkou a přiklopíme je druhým pekáčem nebo přikryjeme alobalem. Troubu rozehřejeme na 180 °C a papriky pečeme 1 a ½ h.

Paprikové lodičky plněné špagetami

Suroviny: 5 velkých paprik, 5 rajčat, půl balíčku špaget, sůl, pepř, oregano, česnek, strouhaný sýr, olej na pečení.

Postup: Špagety rozlámeme na malé kousky a uvaříme. Jednu papriku nakrájíme na kostičky a opečeme na oleji. Přidáme oloupaná, pokrájená rajčata, česnek, sůl a chvíli dusíme. Na konec vmícháme strouhaný sýr a těstoviny. Touto směsí naplníme lodičky (půlky) papriky, které jsme očistili od semínek. Zapékáme 20 minut v el. troubě nebo 1,5 minuty v mikrovlnné troubě.

Plněné pečené papriky

Suroviny: 8 ks paprik, 4 rajčata, 2 velké cibule, 300 g mletého masa, 1 menší celer, 2 střední mrkve, 1 petržel kořen, sladká paprika, sůl, pepř

Postup: Nejdříve uvaříme celer, mrkev a petržel – slijeme je a necháme vychladnout. Zeleninu nastrouháme nahrubo. Poté zeleninu smícháme s mletým hovězím masem (můžeme nahradit i drůbežím) a okořeníme solí, pepřem, sladkou paprikou a naplníme do paprik zbavených vnitřní části se semínky.

Plněné papriky naskládáme do pekáče, posypeme na kolečka nakrájenou cibulí a rajčaty, opepříme a osolíme.

Pečeme v troubě 40–50 minut při 180 st. Nepodléváme, paprika a rajčata si v průběhu pečení pustí šťávu, která je velmi chutná.

Kadlíkovy plněné papriky

Suroviny: čerstvé papriky, 500 g vepřového masa (odřezků), 2 vajíčka, strouhanka, cibule, česnek, sůl, pepř, tymián, majoránka, chilli, oříšek sádla, vývar

Postup: Maso pomeleme s jednou cibulí, přidáme vejce, česnek, koření, zahustíme strouhankou. Paprikám odkrojit vršek, zbavit je středů, naplnit připravenou masovou směsí. Pekáček vymažeme sádlem, naskládáme papriky, podlijeme vývarem a dáme do trouby. Jako příloha jsou výborné brambory, které dáme do trouby (horkovzdušné) zároveň s paprikami na druhém pekáčku, nakrájet

je i se slupkou, přidat rozčtvrcenou cibuli, posolit, pokmínovat, trochu tymiánu a trochu tuku. Pečeme cca 40 min při 180 °C.

Zapečené papriky s mozzarellou

Suroviny: 12 paprik, 250 g ricotty, 2 bochánky mozzarelly (po 125 g), 4 lístky šalvěje, snítka rozmarýny, svazek čerstvé petržele, 6 lístků čerstvé máty, 2 vejce, 30 g strouhaného parmazánu, sůl, pepř
Postup: Papriky omyjeme, odstraníme stopky, semínka a vnitřní bílé části, dáme pozor, aby papriky zůstaly celé. Všechny bylinky jemně pokrájíme, v misce smícháme ricottu s nakrájenou mozzarellou a vajíčky, vše důkladně promícháme. Přidáme parmazán, osolíme a opepříme. Papriky naplníme a vložíme na 90 minut do trouby při 170 °C. Podáváme horké.

Papriky s houbovou nádivkou

Suroviny: 4 velké čerstvé papriky, 3 dkg sádla, 1 cibule, hladká mouka, 12 dkg rajského protlaku, 2 dl mléka, cukr, pepř, sůl.
Pro nádivku: 25 dkg rýže, 30 dkg hub, sádlo, 2 vejce, 1 cibule, mletý pepř, sůl
Postup: Na nádivku zpěníme jednu cibuli na sádle, přidáme očištěné houby, propláchnutou rýži, osolíme, zalijeme vodou a dusíme do měkka. Do výsledné směsi přidám vejce. Z paprik seřízneme vršky, odstraníme semeníky a žebra a dobře omyjeme, naplníme a přiklopíme seříznuté vršky. Drobně pokrájenou cibuli zpěníme na sádle, zasypeme moukou, osmažíme, vmícháme rajčatový protlak, osmahneme jej, zalijeme trochou vody, rozšleháme a přivedeme k varu. Omáčku osolíme, opepříme a přidáme naplněné papriky a dusíme pod pokličkou asi půl hodiny. Při dušení papriky obrátíme a omáčku promícháme, aby se nepřipálila. Papriky vyjmeme, omáčku zalijeme mlékem, nepatrně osladíme a prolisujeme na papriky a vše ještě podusíme.

Pečené papriky s anglickou slaninou

Suroviny: 3 větší papriky, 100 g anglické slaniny, 100 g salám gothaj (nebo jaký máte v oblibě), 1 větší cibule, 100 g tvrdého sýra, 2–3 rajčata, pikantní koření (např. Adžiku), sůl, olej

Postup: Papriky si rozpůlíme, vyčistíme a dáme do pekáčku, který jsme potřeli olejem. Vnitřky paprik pokapeme olivovým olejem a posolíme, posypeme pikantním kořením. Na to skládáme plátek anglické slaniny, proužky cibule, kolečko gothajského salámu (ten poctivý, kde je použito více % masa), rajčata na kolečka, osolit, okořenit a do pekáčku dát trochu vody – asi 3 PL. Pekáček dáme do vyhřáté trouby na 180 °C asi na 20 minut, dokud papriky nezměknou. Pak na papriky dáme plátek sýra a zapékáme asi 10 minut. Podáváme s bramborem.

Zapečené papriky s bílou klobáskou a cuketou

Suroviny: čerstvé papriky, bílé grilovací klobásky, cuketa, česnek, tvrdý sýr, vejce, lahůdkové cibulky, bazalka, rozmarýn, červená paprika, olej, sůl

Postup: Papriky rozpůlíme a zbavíme semínek a bílých žeber. Klobásky a cuketu nakrájíme na malé kostičky, cibulku na kolečka, česnek a bylinky najemno posekáme. Na oleji necháme opéct klobásku, pak přihodíme cuketu, osolíme a chvilku dusíme, až vše pustí šťávu. Poté přidáme česnek, bylinky a cibulky, chvíli promícháváme a zaprášíme červenou paprikou. Dochutíme popř. solí. Odstavíme, necháme zchladnout a vmícháme vejce a nastrouhaný sýr. Směsí plníme papriky, které vložíme do zapékací misky s trochou oleje a pečeme v troubě na 200 °C. Můžeme během pečení trochu podlít vodou nebo vývarem. Nakonec ještě posypeme zbytkem sýra a necháme zezlátnout.

Zapečené papriky s fazolemi

Suroviny: 5 ks středně velkých paprik, 1 konzerva fazolí v tomatě, 100 g uzeniny (nemusí být), 1 malá cibule, 100 g eidamu, lžíce oleje, tymián, bazalka

Postup: Na oleji zpěníme cibuli nakrájenou najemno, přidáme salám, trochu opečeme, pak přidáme fazole i s nálevem. Papriky očistíme a podélně rozkrojíme. Každou půlku naplníme fazolovou směsí, rozdělíme jemně nasekané bylinky a posypeme nastrouhaným sýrem. Dáme zapéct.

Pečené papriky s bramborovou náplní

Suroviny: 4 velké masité papriky, tvrdý sýr na strouhání (asi 250 g), 1 cibule, 2 vejce, sůl, ¾ kg vařených oloupaných brambor (podle velikosti paprik), olej. Na dresink: velký bílý jogurt, 2–3 stroužky česneku, sůl, jarní cibulka, čerstvá bazalka, čerstvé oregano

Postup: Papriky rozpůlíme a očistíme. Vařené brambory rozmačkáme. Cibuli nakrájíme a osmažíme na oleji. Pak ji vmícháme k bramborám, přidáme nastrouhaný sýr a vejce. Směsí naplníme papriky a pečeme v troubě na plechu s pečícím papírem nebo vymazaném olejem asi 20–25 minut, aby papriky nebyly moc rozměklé. Mezitím si připravíme dresink: Do jogurtu přidáme utřený česnek se solí, nakrájenou jarní cibulku a nasekané bylinky. Papriky podáváme horké s dresinkem a bagetkou.

Pečené papriky pro labužníky

Suroviny: 2 zelené papriky, 1/2 lilku, 2 zelené cibulky, sušená rajčata (4 –5 kusů), 3 stroužky česneku, olivový olej, 4 plátky sušené šunky, 50 g Nivy, 100 g 20% tvrdého sýra, 50 g kuskusu, olej ze sušených rajčat

Postup: Nejdříve si připravíme lilek. Omyjeme jej, přepůlíme a nakrájíme do něj čtverečky jakoby do párku, osolíme, necháme vypotit cca 20 min. Pak otřeme sůl, pokapeme olivovým olejem a dáme péct do předehřáté trouby dohněda. Po upečení necháme trochu vychladit, upečenou dřeň vydlabeme lžící a odložíme bokem. Kuskus uvaříme podle návodu na krabičce, pouze si upravíme množství, které budeme potřebovat a odložíme bokem. Na 1 lžíci oleje ze sušených rajčat orestujeme cibulku, přidáme sušená rajčata nakrájená na nudličky, krájenou šunku, česnek nakrájený

nadrobno, osolíme a vše chvíli restujeme. Pak přidáme dřeň z lilku a zase chvíli opékáme. Nakonec přidáme kuskus, promícháme a odložíme bokem. Do směsi nadrobíme Nivu a nastrouháme tvrdý sýr a ještě teplé promícháme. Hotovou směsí plníme papriky, které potřeme olivovým olejem s utřeným česnekem. Dáme do pekáčku, přidáme trošinku vody a pečeme cca 20–25 minut, až papriky zhnědnou.

Pečené papriky s rajčátky a šunkou

Suroviny: 4 veliké červené papriky (pokud možno se stopkou), 8 cherry rajčátek, 8 plátků vepřové šunky od kosti či pršut, 2–3 stroužky česneku na plátky, čerstvá bazalka, olivový olej, bílý balsamikový ocet, strouhaný sýr na posypání

Postup: Troubu předehřejeme na 180 °C. Papriky omyjeme a rozřízneme na půlky (i se stopkou), vydlabeme semena a papriky naplníme: do každé dáme jeden plátek šunky, 4 půlky cherry rajčátek, pár plátků česneku, bazalkové lístky, pokapeme olejem, balsamikovým octem a posypeme sýrem. Položíme na pečícím papírem vystlaný plech a pečeme v troubě 30–45 minut. Podáváme s bagetou.

Zapečené papriky podle Alberta

Suroviny: 4 červené papriky, olej, 140 g pestrobarevné uvařené rýže, 270 g rajčatové salsy, 200 g vařeného kuřecího masa, 200 g plechovka červených fazolí, 40 g čedaru, 20 g koriandru

Postup: Vršky paprik odřízneme, vyjmeme semeník, vnitřek i vnějšek paprik potřete olejem a papriky naplníme směsí rýže, salsy, masa, fazolí, čedaru a koriandru. Přiklopíme odříznutým vrškem a pečeme v troubě zhruba 20 minut.

Pečené papriky plněné smetanovou směsí

Suroviny: 6 bílých paprik, 500 g mletého masa (půl vepřového, půl hovězího), 3 velké lžíce zakysané smetany, sůl, pepř, koření na mleté maso, 100 g anglické slaniny v tenkých plátcích

Postup: Maso dobře promícháme se solí, pepřem, kořením na mleté maso a zakysanou smetanou. Paprikám odřízneme vršky, vyndáme semeník, papriky naplníme připravenou směsí a naklademe do zapékací misky vytřené olejem.
Na papriky nasypeme anglickou slaninu nakrájenou na nudličky. Zapékací misku zakryjeme alobalem a vložíme do trouby vyhřáté na 220 °C. Pečeme asi 20 minut, pak alobal odstraníme a papriky dopečeme lehce dozlatova, dvakrát je přitom otočíme, aby se opekly ze všech stran. Podáváme s bramborami.

Papriky po turecku

Suroviny: 6–7 špičatých paprik, 1 velká červená cibule, 3 rajčata, 2 lžíce oleje, 250 g sýru Cottage, 1 stroužek česneku, čerstvá bazalka 6 větších lístků, libeček, sušené oregano, tymián, sůl, pepř, chilli
Postup: Papriku z vrchu odřízneme, opatrně vykrojíme jadérka. Cottage smícháme s nasekaným libečkem a naplníme papriky. Zapékací mísu vymažeme troškou oleje a položíme papriky. Cibuli nakrájíme na kostičky a rajčata na proužky. Posypeme tím papriky, osolíme a opepříme. Poté posypeme sušeným kořením a nasekanou bazalkou. Zalijeme zbytkem oleje a dáme do trouby na 220 °C 20 minut péct. V polovině pečení vše promícháme, aby se směs dostala i trochu pod papriky.

Papriky s balkánským sýrem a špenátem

Suroviny: 600 g kapie, 2 ks červené cibule, 100 g baby špenátu, 150 g balkánského sýra, 100 g sýru Lučina, 60 g sekaných mandlí, mletý černý pepř, olivový olej
Postup: Cibule oloupeme a nakrájíme na měsíčky. Špenát omyjeme a necháme okapat. Balkánský sýr nakrájíme na menší kousky, vložíme jej do mísy a opepříme. Přidáme lučinu, špenát a cibuli. Lehce vše promícháme. Papriky omyjeme, osušíme, odkrojíme jim vršky nebo spodní části a opatrně je zbavíme semínek. Poté je naplníme připravenou sýrovou směsí a vložíme do zapékací misky. V případě, že náplň zbude, rozmístíme ji do pekáčku pod papriky.

Naplněné papriky zakapeme olivovým olejem a dáme zapéct do trouby vyhřáté na 190 °C asi na 15 minut. V polovině pečení papriky posypeme nasekanými mandlemi. Upečené papriky podáváme s pečivem.

Papriky plněné vajíčkovo-cibulovou náplní

Suroviny: 4 ks papriky, 8 ks vajec, 2 lžíce hořčice, 1 velká cibule, sůl, mletý pepř, mletá červená sladká paprika, sušený česnek
Postup: Na tvrdo uvařená vajíčka nasekáme na drobno, přidáme hořčici, na drobno nakrájenou cibuli, podle chuti okořeníme, kdo má rád, přidá i chilli. Papriky omyjeme, odkrojíme vršky, vydlabeme semínka, naplníme směsí. Naplněné papriky dáme na plech vyložený pečícím papírem, přikryjeme dalším plechem. Pečeme cca 20 minut při 180 °C.

Plněné papriky se sýrem

Suroviny: 4 papriky čerstvé, 4 tavené sýry se šunkou, 4 vajíčka, sůl, sekaná zelená petrželka, strouhanka, kousek másla
Postup: Sýr rozšleháme s vajíčky v misce, osolíme a přidáme petrželku a strouhanku tak, aby byla směs hustá (nesmí vytékat z paprik). Touto směsí papriky naplníme, naskládáme je do pekáčku, trochu zalijeme vodou a na každou dáme kousek másla. Pečeme až se udělá kůrka. Podáváme s brambory a zeleninovým salátem.

Papriky plněné sýrem a tvarohem

Suroviny: zelená paprika, balkánský sýr, tvaroh, olej, grilovací koření, sůl
Postup: Papriku umyjeme, osušíme, odkrojíme stopku, odřízneme vršek a vydlabeme žebra a semínka. Naplníme směsí roztlačeného sýra a tvarohu (poměr asi 2:1), balkán je slaný - ochutnáváme! Přiklopíme „pokličkou“ z papriky, ne úplně do plna. Pokládáme na pečicí papír, potřeme olejem nebo směsí oleje a grilovacího koření. Pomalu pečeme v troubě. Do směsi tvarohu a sýra se

může přidat trochu pálivé papriky, česnek nebo jiné koření, kousky salámu, klobásy, zbytky jiných sýrů, brynzu. Pokud něco vyteče na plech, je to pak výborné na namáčení chleba.

Plněné bezmasé papriky s kuskusem

Suroviny: 3 čerstvé papriky, 2 stroužky česneku, hrst sušených hub (velká), 1 cibulka (mladá), 1 mrkev, 1 hermelín, 100 g eidamu, sůl, pepř, paprika mletá, ¾ hrnku kuskusu, olej

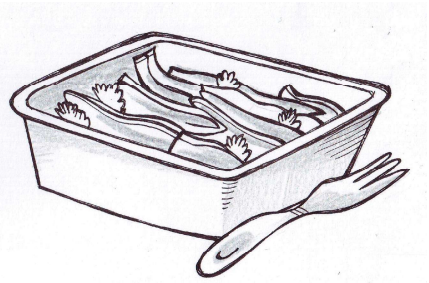
Postup: Papriky rozpůlíme, vydlabeme a plníme směsí ze spařeného kuskusu, nastrouhané mrkve, prolisovaného česneku, cibulky, namočených hub a nastrouhaného hermelínu. Poté na každou papriku dáme plátek eidamu a posypeme mletou paprikou. Poklademe na pečící papír trochu pokapaný olejem a pečeme v troubě cca 20 minut při 180 °C.

Papriky plněné bulgurem a balkánským sýrem

Suroviny: 4 kusy červených paprik, 200 g bulguru, zeleninový vývar, 2 jarní cibulky, 6 ks cherry rajčat, 100 g balkánského sýra, 100 g šunky, 1 lžíce rajského protlaku, pepř, sůl, olivový olej

Postup: Bulgur uvaříme podle návodu na sáčku v zeleninovém vývaru a schováme jej do tepla, nejlépe do peřin. Cibuli, rajčata a šunku nakrájíme na malé kousky, osolíme, opepříme a krátce podusíme na olivovém oleji. Do směsi rozdrobíme balkánský sýr, přidáme lžíci protlaku a promícháme s bulgurem. Papriky opatrně rozkrojíme a naplníme hotovou směsí. Dáme do pekáčku, přidáme cca 1 dcl vody a v předehřáté troubě na 200 °C pečeme cca 20 minut.

Pečení paprik



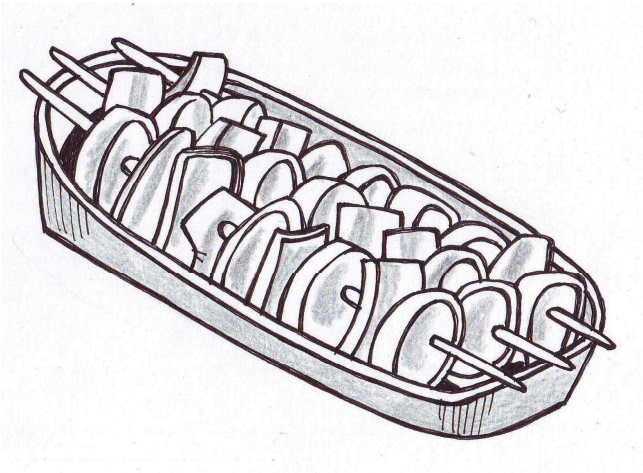
V řadě receptů jsou použity pečené papriky, je to sice trochu zdlouhavější příprava, ale výsledek stojí za to.

Na plech vyložený pečícím papírem poskládáme umyté a osušené papriky a dáme je do vyhřáté trouby péct při 250 °C na cca 25 minut, dokud se slupka nespálí do černa. Pak je pootáčíme a vrátíme zpět, aby se opekla i druhá strana. Můžeme taky rozkrojit a dát slupkou nahoru. Nebojte se péct do černa. Pomaleji pečené papriky jsou měkčí. Pak je vyndáme, dáme do hrnce a přikryjeme pokličkou nebo je vložíme do mikrotenového sáčku, aby se zapařily. Když papriky trochu vychladnou, slupka jde snadno oloupat v jednom kuse, zbavíme je i stopky a semínek. Takto očištěné papriky můžeme uskladnit v uzavřené nádobě v lednici 2–3 dny, pokud je hned nesníme.

Můžeme taky při pečení paprik postupovat tak, že omyté papriky nařízneme od špičky až po stopku na tolik částí, kolik mají žeber, tedy obvykle na tři, nebo čtyři části. Papriky nařežeme MEZI žebry! Otevřeme je (jako jakýsi troj, či čtyřlístek) a vylomíme semeník. V každém dílku je tedy žebro ve středu. Vyřízneme žebro a odstraníme zbytek semínek. Na pracovní ploše jednotlivé dílky (pokud jsou příliš vyklenuté) dlaní rozplacatíme a uložíme slupkou k plechu. Další postup je stejný.

Upečené papriky taky můžeme naložit do sklenice ve vrstvách prosypaných solí, plátky česneku, různými bylinkami, kořením (bobkový list, tymián, oregano, majoránka), podle chuti. V lednici takto vydrží i měsíc.

Papriky se nemusí jen plnit



Papriky na smetaně

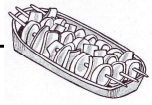
Suroviny: 8 paprik, 5 rajčat, 100 g uzené slaniny, 200 g šunkového salámu, 1 cibule, sůl, mletý pepř, 1 lžička mleté červené papriky, 150 ml sladké smetany, 1 lžička hladké mouky

Postup: Nakrájenou slaninu rozškvaříme, přidáme nadrobno nakrájenou cibuli, orestujeme, přidáme na proužky nakrájenou papriku, nakrájená rajčata, osolíme, opepříme, zasypeme mletou paprikou. Krátce orestujeme, podlijeme troškou vody a dusíme asi 10 minut. Přidáme nakrájený salám. Ve smetaně rozmícháme mouku, vlijeme a krátce povaříme. Podáváme s brambory, těstovinami nebo chlebem.

Paprikova zeleninová rýže

Suroviny: 2–3 ks červené papriky, 2 balíčky předvařené rýže, 1 konzerva sterilované hrášku, 2 lžíce olivového oleje, 1,5 lžičky mleté sladké papriky, kdo má rád – tak i chilli, 1 ks cibule, sůl, pepř

Postup: Nejdříve si uvaříme rýži podle návodu v osolené a paprikou ochucené vodě. Papriky očistíme a nakrájíme na malé kostičky. Cibuli oloupeme a nakrájíme na kostičky. V kastrolku rozehřejeme olivový olej, osmahneme cibuli, na kterou přidáme



papriku. Restujeme, osolíme, opepříme. Pak přidáme hrášek i s částí nálevu a prohřejeme. Zeleninovou směs přimícháme k rýži a podle chuti ještě okořeníme. Paprikovou zeleninovou rýži můžeme ihned podávat jako hlavní chod. Komu nestačí jen tak, přidá si ji k masu.

Paprikové rizoto s dýní

Suroviny: 1–2 červené papriky, 1 cibule, olivový olej, 250 g rýže na rizoto (Arborio nebo Carnarolli), 1 menší máslová dýně, 45 g strouhaného parmazánu, sůl, čerstvě namletý pepř

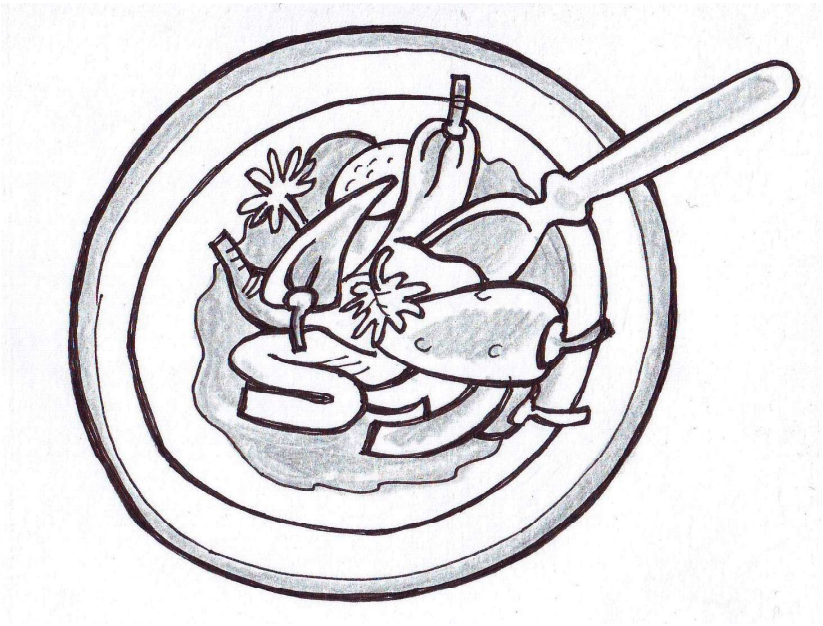
Postup: Ve velkém hrnci rozehřejeme olej, přidáme nakrájenou cibuli na tenké plátky a restujeme asi 5 minut, dokud nezměkne. Přidáme rýži a minutu ji důkladně promícháme, potom přidáme 600 ml vřelé vody a oloupanou dýni nakrájenou na malé kousky (bez semínek). Za občasného míchání vaříme na střední teplotě asi 10 minut, dokud se všechna tekutina skoro neabsorbuje. Přidáme dalších 300 ml horké vody a proužky červené papriky a vaříme asi 15 minut, až bude dýně měkká. Podle potřeby přilijeme vodu. Rizoto necháme pár minut před podáváním odpočinout. Vmícháme polovinu parmazánu, dochutíme solí a pepřem a podáváme posypané zbytkem parmazánu, pokapané olivovým olejem a posněžené čerstvě namletým černým pepřem. Můžete navíc dochutit česnekem, bílým vínem a přidáním čerstvých bylinek.

Papriky s česnekem

Suroviny: papriky, česnek, olivový olej, sůl

Postup: Papriky rozpůlíme jen rozkrojením směrem ke stopce, ale půlky neoddělujeme, ani nemusíme vyndávat semínka a žebra. Vnitřek posolíme a opékáme z obou stran na pánvičce na olivovém oleji, až slupka začne hnědnout. Pak přidáme prolisovaný česnek (množství dle chuti) a je hotovo. Výborné jako lehká večeře s tmavým chlebem.

Lečo



Lečo jako polotovar

Suroviny: papriky, rajčata, sůl

Postup: Papriky nakrájíme na proužky, rajčata nakrájíme. Množství podle vlastního uvážení, ale převažovat by měla paprika. Promícháme a posolíme. Na cca 3 kg dáme lžíci soli. Necháme 15 minut odstát, pak natlačíme do sklenic, uzavřeme a necháme sterilizovat 20 minut od bodu varu. Takto připravená směs má výhodu, že se může použít nejen na přípravu leča, ale do jakéhokoliv jiného jídla.

Výborné lečo bez zavařování

Suroviny: 1 kg čerstvých paprik, 1 kg cibule, 1 kg rajčat, 200 ml oleje, 200 g hořčice plnotučné, 35 g soli, 35 g cukru

Postup: Zeleninu si očistíme a nakrájíme na kolečka nebo jak jsme zvyklí, rajčata je možno oloupat. Dáme do hrnce olej a vsypeme cibuli a papriky, podusíme pod poklicí – pustí dostatečně tekutiny. Potom přidáme rajčata, opět podusíme, osolíme a osladíme,

nakonec dáme malý tj. 200 g kelímek hořčice a opět provaříme. Ještě vroucí plníme do sklenic, zavíčkujeme a postavíme dnem vzhůru – jako při marmeládě. Lečo se nekazí, jako konzervant slouží hořčice, kterou ale není v leču chuťově poznat.

Lečo s cuketou a hořčicí

Suroviny: 1 kg čerstvých paprik, 1 kg rajčat, 1 cuketu (velkou), 0,5 kg cibule, 1 malý kelímek hořčice, sůl, chilli (nebo feferonku)
Postup: Do hrnce dáme trochu oleje, pokrájenou cibulku na kolečka, krátce osmahneme a pak přidáme omytou zeleninu pokrájenou na kostičky, kolečka, jak kdo má rád. Provaříme, podusíme doměkka. Přidáme hořčici, sůl a chilli dle chuti. Ještě vroucí dáváme do sklenic, zavíčkujeme a dáme dnem vzhůru.

Lečo s fazolí

Suroviny: 1 kg čerstvých paprik, 1 kg uvařených fazolí, 1 kg rajčat, 1 kg cibule, 1 kg uzeniny – kabanos, špekáčky, párky, 1/4 kg cukru, 1/4 l oleje, 2 dcl octa, 1 DEKO bez semínek (nebo jakýkoliv nakladač)
Postup: Všechno nakrájet, smíchat, plnit do skleniček, sterilovat 20 min. při 80°C. Je možné dělat bez uzeniny a tu přidat až při konzumaci. Dá se jíst jak teplé – lehká večeře s chlebem, tak jako lehký studený salát. Už se nedává vajíčko!!!

Lečo

Suroviny: 5 čerstvých paprik na nudličky nakrájených, 3 lžíce sádla, 1 větší cibule nadrobno, 1 stroužek česneku utřený, 2 lžíce sladké papriky, 0,5 kg rajčat oloupaných a nakrájených, 0,5 lžičky soli, pepř, plechovka rajského protlaku (17 dkg), 0,5 kg uzeniny, 3 vejce
Postup: Ve hrnci rozehřejeme sádlo, zpěníme cibuli, přidáme česnek. Vmícháme sladkou papriku, aby byla cibule hezky obalená. Přidáme papriky, přikryjeme a dusíme 10–20 minut, až papriky změknou. Přidáme vše ostatní krom protlaku a vajec a dusíme, až je vše měkké. Přidáme vejce a prudce mícháme, až se vejce srazí. Nakonec přidáme protlak, který tomu dodá správnou konzistenci.

Lečo s klobásou a majoránkou

Suroviny: 4–5 čerstvých paprik, 10-12 rajčat, 2 větší cibule, kousek másla, 4 nožičky párků, špekáčků nebo nějaké jiné uzeniny, 1 palička česneku na plátky, 3 vajíčka, hrst sušené majoránky, 2 lžíce čerstvé majoránky nasekané, sůl, pepř

Postup: Všechnu zeleninu si nakrájíme a párky nakrájíme na kolečka. Dáme na másle zpěnit cibuli, pak přidáme párky a chvilku je necháme opéct. Pak přidáme česnek a chvíli mícháme. Přidáme rajčata, papriky a sušenou majoránku. Necháme dusit, dokud se 3/4 vody z rajčat nevypaří. Osolíme, opepříme a přidáme čerstvě nasekanou majoránku. Pak přidáme vajíčka a mícháme ještě tak 1 minutu. Podáváme s bramborem nebo s pečivem.

Lečo c cuketou a medvědím česnekem

Suroviny: 3 tenkostěnné zelené papriky, 3 větší rajčata, 3 vejce, uzenina (klobása, párek, špekáček – co máte rádi), menší cuketa, 1 cibule, svazek medvědího česneku, sádlo, špetka červené i pálivé papriky, sůl, pepř

Postup: Cibuli nakrájíme najemno, zeleninu na větší kousky. Na sádle zpěníme cibuli. Nejdříve dáme rajčata a cuketu, po chvíli papriku. Dusíme tak, aby paprika zůstala křupavá a vydusila se všechna tekutina. Na druhé pánvičce opečeme nakrájenou uzeninu, vytáhneme ji a do výpeku přidáme vejce. Mícháme pomalu, aby z toho byly kousky. Vejce přidáme k paprikám společně s nakrájeným česnekem. Společně už jen prohřejeme. Dochutíme a podáváme s pečivem.

Brynzové lečo

Suroviny: 10 velkých paprik (kdo má rád, může dát z tohoto množství 1–2 ks ostré papriky), 4 velké cibule, 4 rajčata, olej, sůl, 150 g brynzy (příp. měkký natírací sýr)

Postup: Rajčata spaříme a oloupeme, nakrájíme na drobno. Cibuli nakrájíme na proužky, dáme na olej a podusíme. Nakrájíme

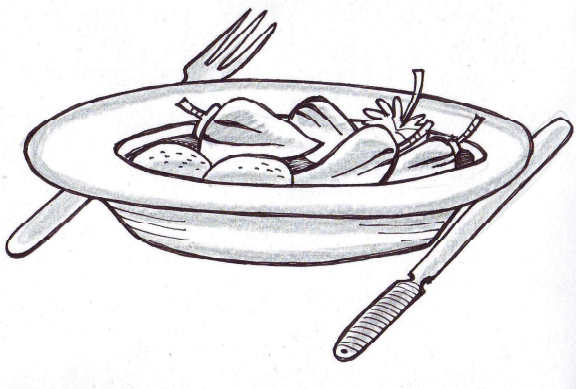
papriku na proužky a s rajčaty přidáme k cibuli. Osolíme a dusíme do námi oblíbené měkkosti papriky. Kdo chce, může lehce dosladit. V hotovém pokrmu rozpustíme brynzu, případně sýr. Solíme opatrně s ohledem na slanost brynzy. Podáváme s chlebem, ale výborné je i s těstovinami, brambory nebo haluškami.

Lečo s tvarůžky

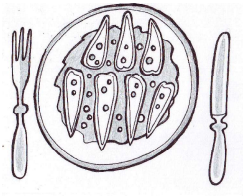
Suroviny: 200 g čerstvých paprik, 200 g rajčat, 125 g pravých olomouckých tvarůžků, zelený pepř, 2 cibule, 2 vejce, sůl, pepř, olej
Postup: Orestujeme nakrájenou cibuli, přidáme na nudličky pokrájené papriky, na kousky nakrájená rajčata, osolíme, okořeníme a doměkka podusíme. Dále vmícháme tvarůžkové kousky, které necháme rozpustit. Nakonec přidáme rozšlehaná vejce a ještě krátce povaříme. Podáváme s pečivem.

Květákové lečo

Suroviny: 3 papriky, 6 rajčat, 1 menší květák, 100 g uzené slaniny, 1 cibule, 6 stroužků česneku, sůl, pepř černý, tymián
Postup: Slaninu nakrájíme na kostičky a vyškvaříme, opečeme na ni nakrájenou cibuli. Přidáme růžičky květáku, podlijeme trochou vody a dusíme do poloměkka. Přimícháme prolisovaný česnek, na proužky nakrájené papriky, na kousky nakrájená rajčata, osolíme, opepříme a dusíme do měkka. Nakonec dochutíme tymiánem. Podáváme s tmavým chlebem.



Saláty a chuťovky z pečených paprik



Salát z opečených paprik

Suroviny: 3 červené papriky, 3 světle zelené papriky, 1 citrón – šťáva, ½ lžičky soli, ½ paličky česneku, zelená petrželka, bazalka, olej

Postup: Papriky opláchneme, rozpůlíme, vložíme na pekáček a dáme do trouby. Grilujeme nebo pečeme z obou stran asi na 180 °C po dobu asi 30 a více minut. Papriky musí změknout a trošku se opálit. Vyndáme papriky z trouby a vložíme je na několik minut do igelitového sáčku (pomáhá jejich oloupání). Poté z nich sloupneme slupku, zbavíme se semen, nakrájíme je na proužky a vložíme do misky. K paprikám přidáme šťávu z citrónu, sůl, rozmačkaný česnek a olej v množství, aby byly papriky z poloviny ponořené. Možno přidat zelenou petrželku nebo bazalku. Vše dobře promícháme a vložíme na 24 hodin do lednice. Výborné ke grilovanému masu nebo jako zeleninové jídlo s čerstvou či opečenou bagetou.

Salát z pečených paprik s česnekem a ořechy

Suroviny: 500 g paprik, 2–3 vejce, 5 stroužků česneku, 1 sklenka jader vlašských ořechů, 150 g zakysané smetany, 1 lžička sekané petrželové natě, sůl, pepř, ocet, cukr

Postup: Omyté papriky v troubě nebo na pánvi opečeme, zbavíme slupek a semen, nadrobno nakrájíme. Česnek a ořechy nastrouháme. Přísady dobře promícháme, zalijeme smetanou ochucenou solí, pepřem a cukrem a octem. Zdobíme plátky vajec uvařených natvrdo a posypeme drobně nakrájenou petrželkou.

Salát z pečených paprik s jogurtem

Suroviny: 200 g pečené papriky, 200 g balkánského sýra, 400 ml bílého jogurtu, 6 vajec vařených natvrdo, pepř, petrželka

Postup: Papriky opečeme na plotýnce sporáku nebo na grilu a zapaříme v igelitovém sáčku, pak je lehce sloupneme. Papriky zbavíme semínek, nakrájíme na proužky. Nakrájíme vajíčka uvařená natvrdo. Balkánský sýr rozdrobíme a promícháme s nakrájenými vejci, paprikami, jogurtem a dochutíme pepřem. Sypeme petrželkou. Kdo má rád, může přidat česnek. Jíme s pečivem nebo jako přílohu ke grilovanému masu.

Salát z pečených paprik

Suroviny: 1 červená paprika, 1 zelená paprika, 1 oranžová paprika, 1 žlutá paprika, 1 bílá paprika, 2 dcl olivového oleje, vinný ocet, sůl, pepř, oregano, chilli, petrželka čerstvá, několik stroužků česneku

Postup: Papriky rozkrojíme, vydlabeme a poskládáme na plech. Na plech přidáme i několik stroužků česneku pro aroma, pokapeme olejem a pečeme, dokud nezačnou zlátnout. Vyjmeme z trouby, přendáme do mísy, přikryjeme folií a necháme zapařit. Poté papriky sloupneme a nakrájíme na tenké proužky. V misce si připravíme marinádu: olivový olej, vinný ocet, drcený pepř, sůl, oregano, nakrájená petrželka a drcené chilli. Připravíme si nádobu, nandáme papriky do 3/4 nádoby a zalijeme zálivkou. Necháme odležet.

Šopský salát z pečených paprik podle sofijské babičky

Suroviny: rajčata, pečené papriky, salátová okurka (poměr podle chuti), cibule, čerstvá petrželka, vinný ocet, olivový olej, bulharský slaný ovčí sýr nebo jiný sýr balkánského typu

Postup: Cibuli nakrájíme na kolečka a se solí v misce pomačkáme, aby cibule změkla a pustila trochu šťávy. Přidáme nakrájená rajčata, okurku a upečené papriky. Přidáme posekanou petrželovou nať (může ji být hodně), pokapeme vinným octem a olivovým olejem.

Opatrně zamícháme. Na závěr přidáme na kostky nebo nahrubo nastrouhaný sýr. Pečené papriky dodají salátu delikatesní chuť.

Nakládané pečené kapie

Suroviny: 12 červených kapií nebo paprik, 2 lžíce kapary, hrst bazalky (lístky), sůl, 150 ml olivového oleje, 3 stroužky česneku

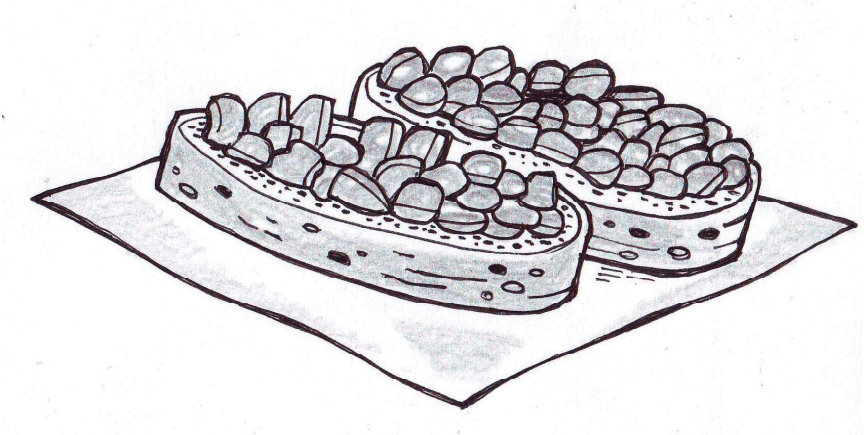
Postup: Kapie omyjeme, usušíme a pečeme vcelku na roštu v troubě 2–2,5 hod. na 120 °C (při horkovzdušné troubě 100 °C). Horké upečené kapie dáme do igelitové tašky a necháme zapařit, čímž se uvolní opečená slupka a lusk jde dobře sloupnout. Opečené a zapařené kapie natrhneme u špičky a šťávu uvnitř lusku zachytíme do misky, použijeme ji později do nálevu. Lusk roztrhneme na polovinu, vyjmeme jadřinec a sloupneme slupku. Oloupané kapie nakrájíme na menší proužky, přidáme tenké plátky česneku, kapary bez nálevu (ale neopláchnuté, aby část chuti ze svého slaného nálevu přenesly) a nasekanou bazalku. Přidáme šťávu z paprik a olivový olej, vše lehce promícháme, podle chuti osolíme a naplníme do menších skleniček. Pokud nálev nezakrývá papriky, dolijeme olivovým olejem (záleží na tvaru skleničky a množství šťávy, kterou jsme „pochytali"). Necháme cca 3 dny rozležet a prolnout chutě, skladujeme v lednici, nesterilujeme. Výborné s kouskem čerstvé bagety nebo i jako příloha.

Marinované pečené papriky

Suroviny: papriky, česnek, sůl

Postup: Papriku omyjeme, osušíme, dáme na suchý plech, pečeme cca 40 minut, pokud se neudělají hnědé skvrny a paprika se nafoukne. Během pečení papriku otočíme. Po upečení papriky zakryjeme, např. v hrnci pod pokličkou nebo dáme na plech alobal a přikryjeme utěrkami, necháme zapařit. Papriky oloupeme, ale nemusíme. Zbavíme semínek, posolíme, přidáme prolisovaný česnek, olej, zlehka promícháme. Dáme do nádoby, uzavřeme a necháme pár hodin v lednici, nejlépe do druhého dne.

Pomazánky



Ďábelská směs na topinky

Suroviny: 2 kg paprik, 2 kg rajčat, 2 kg vepřového plecka nebo libovějšího bůčku (nebo obojí), 6 velkých cibulí, 1 hlavička česneku, 10 feferonek (nemusí být, když jsou pálivější papriky), 2 dl oleje, 1 DEKO na zavařování okurek

Postup: Na masovém strojku umeleme maso i zeleninu, deko umeleme na mlýnku na koření (nebo roztlučeme) a pak všecko smícháme dohromady. Dáme do pekáče a pečeme 2 hodiny v troubě. Prochladlou směs můžeme rozdělit do misek a zamrazit nebo dát do skleniček a zavařit (1 hodina při 100 stupních). Výborná na topinky, ale i čerstvé pečivo.

Paprikova směs

Suroviny: 1,5 kg červené papriky, 0,75 kg kapie, 0,5 kg rajčat, 0,75 kg cukety, 1 kg cibule, 100 g rajčatového protlaku, 150 g želírovacího cukru, 1,5 lžíce soli, 1 lžička nakládací směsi na ovoce za studena, 7 dl kečupu, 2,5 dl slunečnicového oleje, 1 lžička pepře, 2 lžičky koření na čínu, 1 lžíce cukru, podle chuti citronovou šťávu

Postup: Ve vyšším hrnci rozpálíme olej a lehce na něm podusíme

cibuli pokrájenou na menší kostičky. Přidáme papriky a oloupanou cuketu nakrájené na kostky, přidáme koření, sůl a vše dusíme 15 minut. Poté přidáme rajčata nakrájená na kostičky a dusíme dalších 5 minut. Podušenou směs lehce rozmixujeme tyčovým mixérem na hrubší kaši. Do této zeleninové kaše přidáme kečup, protlak, želírovací cukr, lžičku prášku na konzervování zeleniny za studena a vše za neustálého míchání 5 minut vaříme. V této době směs dochutíme citronovou šťávou a cukrem tak, aby směs měla paprikovou lehce nasládlou a v pozadí jemně kysele navinulou chuť. Dochucenou paprikovou směs dáme ještě horkou do menších skleniček, uzavřeme a necháme vychladnout víčkem dolů, směs nám takto ošetřená vydrží minimálně 2 roky. Z tohoto množství je cca 18–20 2 dl skleniček. Papriková směs se používá za studena.

Rajčatovo-paprikový směs

Suroviny: 1,3 kg červené čerstvé papriky, 1 kg rajčat, 2–4 feferonky, 3–4 stroužky česneku, 2 dkg soli, 20 dkg cukru, 1,5 dl oleje, 1,5 dl octa

Postup: Papriky, rajčata a feferonky pomeleme na masovém strojku, přidáme ostatní ingredience, dáme vše do hrnce a pomalu vaříme, odpařujeme, až dostaneme hustou směs (cca 1 hod.). Horké nalijeme do skleniček a sterilizujeme 20 min. na 90 °C. Možné použít jako pomazánku na chléb nebo jako přílohu.

Paprikovo-cuketová hořčice

Suroviny: 1 kg čerstvých paprik, 1 kg cukety, 3 lžíce soli, 100 ml olivového oleje, 100 ml bílého vinného octa, 6 lžic cukru (hnědý), 1 lžička kari, ½ lžičky pepře, 250 g hořčice, 6 stroužků česneku

Postup: Cuketu oloupeme a vydlabeme semínka, pokrájíme a vložíme do kastrolu. Papriky zbavené semínek a ostatní suroviny přidáme k cuketě. Povaříme cca 1 hodinu. Rozmixujeme a nalijeme do zavařovacích sklenic, sterilizujeme při teplotě 90 °C 15 minut.

Omáčka z paprik a cukety

Suroviny: 0,5 kg zelené papriky, 0,5 kg červené papriky, 0,5 kg cukety, 0,5 kg cibule, 1 kávová lžička soli, 1,5 dcl oleje, 5 lžiček worcestrové omáčky, 5 lžiček sójové omáčky, 600 ml (2x300 ml) sladký kečup, 600 ml (2x300 ml) kečup ostrý (tedy dohromady 1,2 l kečupu)
Postup: Vše nakrájíme na kostičky, přidáme sůl, olej, worchestr, sójovku a kečup, vařit 30 minut, míchat!!! Dáme do sklenic a zavařujeme 15 minut při 85 °C. Omáčka je dobrá na těstoviny, na rýži, pod maso, na čínu nebo jen na topinku, tousty. Chutná jako kupované omáčky Uncle Bens.

Čalamáda Uncle Bens

Suroviny: 1 kg čerstvých paprik (na nudličky), 1 kg cukety (na kostičky), 0,5 kg cibule (na drobno), 1 velká mrkev (nastrouhat), 1 lžíce soli, 2 lžíce cukru, 6 lžic sójové omáčky, 6 lžic worchesterové omáčky, ¼ l oleje, 1 menší kečup pálivý, 1 větší kečup sladký
Postup: Vše smíchat dohromady, směs vařit 25 minut a dalších 10 minut ještě sterilovat ve sklenicích při 90 °C. Používá se buď jako studená příloha nebo se přidává místo kupovaných omáček k orestovanému masu (jen se prohřeje s již hotovým masem).

Zámecká paprikový pochoutka

Suroviny: 2 kg paprik, 0,5 kg cibule, 1 palička česneku, 5 ks feferonek (kdo nechce pálivé, tak méně), 100 ml octu, 200 ml vody, 50 g cukru, 2 lžíce oleje, 1 lžíce DEKA
Postup: Papriku, cibuli, česnek a feferonky pomeleme na masovém mlýnku a dáme vařit. Když směs začne vařit, přidáme sladkokyselý nálev (vodu, ocet a Deko jsme převařili a přecedili). Dále vaříme za občasného míchání, po půl hodině přidáme olej a ještě cca 20-30 minut vaříme do požadované hustoty směsi. Pro barvu můžeme přidat lžičku červené papriky. Plníme skleničky a sterilizujeme při 100 °C, po dosáhnutí teploty odstavíme. Hodí se k masu, do guláše, k uzeninám i jako pomazánka.

Houbová směska na topinky

Suroviny: 1 kg krájených hub, 6 červených paprik, 4 cibule, 1 malý ostrý kečup, 1 rajčatový protlak, sůl, pepř, česnek, feferonky
Postup: Houby povaříme ve slané vodě asi 20 minut na mírném ohni, pak přecedíme a propláchneme. Cibuli a papriky nakrájíme nadrobno a společně podusíme, přidáme houby a vše smícháme, přidáme kečup a protlak. Dochutíme solí, pepřem, feferonkami a česnekem podle toho, jak má kdo rád ostré. Nakonec plníme do skleniček a sterilujeme.

Nakládaná paprika po chorvatsku

Suroviny: 2 kg červené papriky, 300 ml 9 % octu, 1 l vody, 3-4 stroužky česneku, 30 g cukru, 20 g soli, ½ lžíce celého černého koření, 4–5 ks bobkového listu, 400 g hořčice
Postup: Papriky umyjeme a očistíme od semínek. Nakrájíme na malé kousky. Do velkého hrnce nalejeme vodu, přidáme cukr, ocet, sůl, koření a bobkový list. Promícháme a přidáme papriku. Přivedeme k varu a od momentu, kdy začne voda vřít, vaříme 7–10 minut. Papriku potom scedíme a necháme dobře okapat. Olej vymícháme metličkou s hořčicí a tuto směs dáme k paprice. Směsí naplníme sterilizované sklenice, dobré je dát na povrch do každé sklenice trochu horkého oleje. Pak sklenice zavřeme, můžeme dát ještě na 10 minut do vyhřáté trouby, ale není to nutné. Po vychladnutí skladujeme na tmavém místě. Výborné k masu i jako pomazánka.

Domácí paprikové pomazánka

Suroviny: 1 kg paprik (raději červená), 1 kg cibule, 1 kg rajčat, 1 bal. menšího protlaku, 100 ml oleje, 2 lžíce plnotučné hořčice, 4 lžíce octu, 5 ks chilli papriček (nebo beraní rohy), 100 g krupicového cukru, 40 g soli, 3 ks jablek, 1 ks červené řepy (větší)
Postup: Papriku zbavíme jadérek, nakrájíme na proužky. Cibuli očistíme, nakrájíme na kolečka. Řepu nakrájíme na proužky. Rajčata

nakrájíme nebo rozmixujeme pyré. Do velkého hrnce dáme olej, osmahneme cibuli s paprikou, přidáme chilli papričky, červenou řepu, na kolečka nakrájené jablko i se slupkou (zbavili jsme se pouze jadérka). Krátce restujeme, přidáme rajčata nebo zalijeme rajčatovým pyré, osolíme a dusíme za občasného promíchání. Dusíme, dokud se neodpaří voda a pak přidáme hořčici, ocet, protlak, cukr a promícháme. Hmotu tyčovým mixérem rozmixujeme na hladké pyré. Nabereme do skleniček, které pořádně uzavřeme, vložíme do hrnce s vodou a sterilujeme 20 minut od bodu varu. Po 20 minutách skleničky vyjmeme, otočíme dnem vzhůru a zakryjeme ručníkem nebo dekou. Necháme zcela vychladnout (v případě, že nějaká sklenička netěsní, opravíme) a můžeme odložit do komory. Z této dávky vyjde cca 18–20 lahviček od dětské výživy.

Budapešťská pomazánka z pečených paprik

Suroviny: 5 červených paprik, olivový olej, 1 menší cibule, 1 tvaroh, 1 lžička mleté sladké papriky, dle chuti i špetku pálivé papriky, sůl, pepř

Postup: Troubu rozehřejeme na 250 °C na funkci gril. Papriky dáme slupkou nahoru na plech s pečícím papírem a pokapeme olivovým olejem. Pečeme, dokud se na paprikách nezačnou dělat černé strupy. Poté vytáhneme a necháme papriky zchladnout. Zchladlým paprikám oloupeme slupky a papriky rozmixujeme téměř do hladka. V misce si smícháme tvaroh, cibuli, mletou papriku, ochutíme solí a pepřem a přidáme rozmixované papriky.

Krém z pečených paprik s česnekem

Suroviny: 500 g červených paprik, 4 stroužky česneku, 1 chilli papričkа, 100 g šalotky (jarní cibulky), 200 ml olivového oleje, černý mletý pepř, sůl

Postup: Papriky opečeme nasucho v troubě nebo na grilu a oloupeme. Na třetině olivového oleje zpěníme najemno nakrájenou cibulku a česnek, přidáme chilli, sůl, pepř a odstavíme z ohně.

Poté přidáme papriky a zbývající olej. Vše vložíme do mixéru

a rozmixujeme. Získáme takto hladkou hmotu. Krém podáváme studený s bílým pečivem nebo jako doplněk k pečeným rybám či masu.

Pomazánka z pečených paprik a česneku

Suroviny: 4 červené papriky/kapie, 5 stroužků česneku, 250 g čerstvého sýra jako je gervais natur, extra panenský olivový olej, mořská sůl, čerstvě mletý pepř

Postup: Nejdříve si papriky opečeme v troubě na funkci gril nebo při nejvyšší teplotě. Papriky pak vložíme na 5 minut do sáčku a uzavřeme. Zapaří se a slupka po chvíli půjde snáz pod proudem vody smýt. Pak je rozkrojíme na poloviny a kromě opálených slupek odstraníme stopku, semena a bílé části dužiny uvnitř. Hotové papriky rozmixujte dohladka spolu s česnekem, sýrem, solí i pepřem podle chuti. Můžete servírovat ihned.

Pomazánka z paprik a mascarpone

Suroviny: 2 ks červené papriky, ½ červené cibule, 2 lžíce olivového oleje, 5 lístků čerstvé bazalky, 1 stroužek česneku, 100 g mascarpone, 1 lžička pesta ze sušených rajčat, 2 lžičky citronové šťávy, sůl, černý pepř

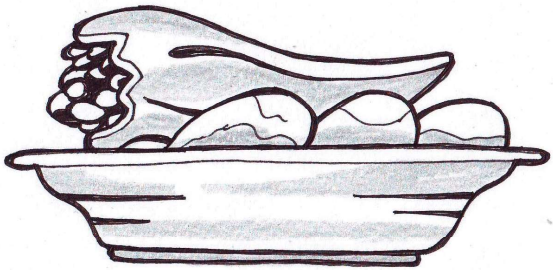
Postup: Papriky (nakrájené na velké kusy) a nasekanou cibuli dáme do pekáče, pokapeme olejem a pečeme 30 minut v předehřáté troubě na 200 °C, až budou papriky měkké. Necháme pár minut vychladnout, pak přesuneme směs do mixéru. Přidáme bazalku a v krátkých intervalech jemně mixujeme. Přidáme zbývající ingredience a opět v krátkých intervalech mixujeme, dokud nevznikne hladká pasta. Vychlazenou pomazánku podáváme s rozpečeným chlebem a křupavým zeleným salátem.

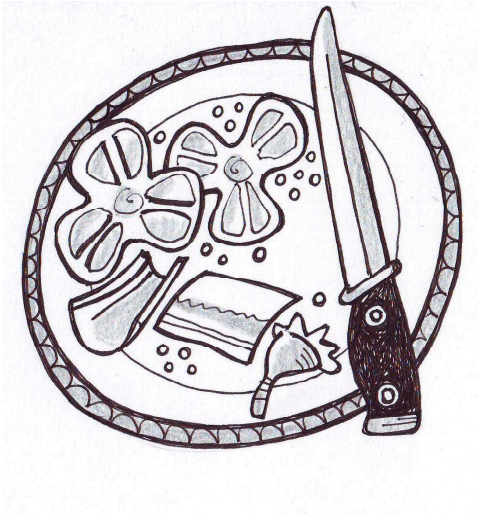
Pomazánka z pečených paprik

Suroviny: 3 červené papriky, 100 g sýru FETA nebo jiného sýra balkánského typu, lžička olivového oleje + na potření paprik, hrst posekané petrželky, pár kapek čerstvě vymačkané citronové šťávy, trocha vinného octa, pepř, sůl,

Postup: Papriky zbavíme semínek, potřeme lehce olejem a dáme je grilovat na pečícím papíře do trouby vyhřáté asi na 230 °C. Grilujeme nebo pečeme asi 15 minut – papriky vyndáme přesně ve chvíli, kdy se na povrchu objeví černé puchýřky.

Horké papriky přendáme do mísy a tu přetáhneme potravinovou fólií, aby se papriky zapařily. Necháme trochu zchladnout a ještě mírně teplé nožíkem oloupeme slupku. Oloupané papriky nasekáme najemno, smícháme s rozdroleným sýrem feta a posekanou petrželkou. Přidáme lžičku olivového oleje, zakápneme pár kapkami citronu a nakonec ještě jemně dochutíme vinným octem. Pomazánku necháme přes noc v lednici proležet, chutná mnohem lépe druhý den, až se chutě v chladu spojí.





Paprika v oleji

Suroviny: papriky, cibule, na nálev ¾ l vody, ½ l octa, 15 dkg oleje, 2 lžíce soli, 20 dkg cukru, 15 ks umělého sladidla (sacharin), 10 ks nového koření, 10 ks hřebíčku.

Postup: Nálev svaříme, papriky nakrájíme a při vkládání do sklenic proložíme cibulí, přelijeme nálevem, sterilizujeme při teplotě cca 80 °C asi 20 minut.

Paprika plněná čerstvým krouhaným zelím

Suroviny: papriky, zelí, na nálev 3 l vody, 1 l octa, 1 ks Deko, 50 ks umělého sladidla, 30 dkg cukru, 6 ks pepře celého, 6 ks nového koření, 6 ks bobkových listů

Postup: Nálev svaříme, seřízneme vršky paprik a vyčistíme od jadřinců, takto vzniklý „kornout" plníme čerstvým krouhaným zelím. Vložíme do sklenic, přelijeme nálevem, sterilizujeme při teplotě cca 80 °C asi 20 minut.

Čalamáda ze zelí a paprik

Suroviny: 1 kg paprik, 2,5 kg zelí, 2 velké cibule, na nálev – 2 l vody, 0,5 kg cukru, 2 dcl oleje, 2 dcl octa, 1 ks přípravku Deko

Postup: Oprané zelí nakrájíme na slabší proužky. Umyté papriky zbavíme jádřinců a také nakrájíme na tenčí proužky. Cibuli nakrájíme na kolečka. Vše promícháme ve větší míse a necháme odležet. Připravíme si nálev tak, že v hrnci smícháme ingredience na nálev a chvíli vše povaříme, až se nám cukr rozpustí. Vychladlý nálev scedíme a nalijeme ho na pokrájenou zeleninovou směs. Důkladně vše opět promícháme, zatížíme a necháme stát v chladné místnosti cca 24 hodin. Druhý den je čalamáda hotová a může se konzumovat nebo čalamádu můžeme napěchovat do sterilizovaných zavařovacích sklenic a uzavřenou skladovat v chladnu a temnu bez zavařování.

Hřibová čalamáda

Suroviny: 1 kg čerstvých paprik, 1 kg hřibů, 1 kg cibule, na nálev 3 l vody, ½ l octa, 6 dkg soli, 20 kuliček nového koření, 20 kuliček celého pepře, 6 bobkových lístků, 30 dkg cukru.

Postup: Nakrájíme houby a dáme je na pět minut povařit do osolené vody. Připravíme si nálev svařením všech surovin, přidáme do něj cibuli nakrájenou na kolečka a papriku na proužky a krátce povaříme. Přidáme povařené houby, zamícháme a necháme aspoň půl dne odstát, nejlépe 24 hodin. Potom plníme do sklenic a sterilujeme při 90 °C asi 30 minut.

Křupavá čalamáda po maďarsku bez sterilizace

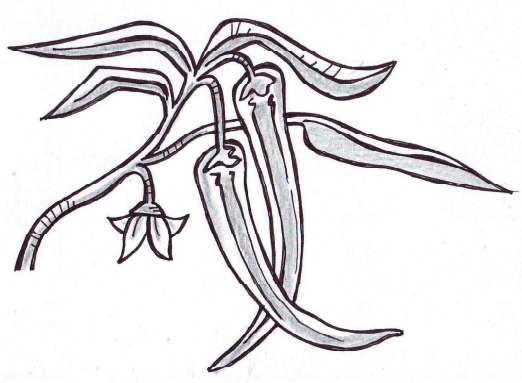
Suroviny: 1 kg různobarevné papriky, 1 kg okurky hadovky, 2 kg bílého hlávkového zelí, 0,4 kg mrkve, 0,5 kg cibule, na nálev: 300 ml kvasného octu 8%, 3 ks bobkového listu, 0,4 g cukru krystalu, 70 g soli, 1 lžička kyseliny citronové, 1 lžíce celého černého pepře, 1 lžička borkénu (borkén je dvojsiřičitan draselný-pyrosiřičitan, který se používá ve vinařství, má silné antioxidační a antibakteriální účinky. Zelenina nemění barvu a zůstane krásně křupavá. Borkén

lze koupit v různých obchodech, ve vinařských a zahradnických potřebách)
Postup: Zelí nakrájíme na tenké proužky, cibuli na měsíčky, okurku na plátky a papriku na proužky. Do misky zvlášť dáme cukr, sůl, potravinářskou kyselinu citronovou, borkén, sušený bobkový list polámaný na malé kousky a celý černý pepř. Dobře spolu promícháme, přidáme k pokrájené a nastrouhané zelenině a pořádně spolu všechno promícháme. Přilijeme ocet, ale vodu nepřidáváme, protože zelenina pustí vody dost. Všechno znovu spolu pořádně promícháme rukama a přikryjeme nádobu se zeleninou pokličkou. Směs odložíme do chladu odpočívat na 6 hodin, aby se dobře propojily všechny chutě. Po této době směs pořádně natlačíme do suchých vysterilizovaných sklenic téměř až pod okraj a dolijeme až po uzávěr šťávou, která zůstala ze zpracované zeleniny ve velké nádobě. Sklenice uzavřeme vysterilizovaným suchým víčkem. Naplněné a uzavřené sklenice se neotáčejí nahoru dnem, ani se nesterilizují. Hotové sklenice s čalamádou odložíme na polici do suché, chladné a tmavé spíže. Čalamádu můžeme konzumovat asi za 1 měsíc.

Paprika pod maso podle Věrky

Suroviny: 10–12 středních paprik, Knorr Bujon bohatý zeleninový (v plastových kelímcích), máslo (olej, sádlo), sůl
Postup: Nakrájené papriky nejlépe různých barev opékáme na másle nebo oleji nebo sádle, až jsou jemně hnědé pak je trošku posolíme a přidáme Knorr bohatý bujon zeleninový nebo jiný zeleninový bujon dle chuti. Chviličku povaříme a dáme do skleniček, sterilujeme 20 minut na 80 stupňů. Jedna přesnídávková sklenička je na 1 oběd.

A taky něco s chilli



Chilli můžeme přidávat do všech pokrmů, ale asi nejznámější pokrm, který má „chilli“ i v názvu, je Chilli con carne, takže tady nemůže chybět jeho recept.

Chilli con carne

Suroviny: 500 g mletého hovězího masa, 200 g fazolí, 50 g kukuřice, 2 lžíce rostlinného oleje, 1 ks cibule, 2 ks zelené papriky, 500 g rajčat, 2 stroužky česneku, 1 lžíce sladké papriky, ½ lžičky chilli, ½ lžičky oregana, 1/4 lžičky mletého pepře, bobkový list, petrželka, sůl

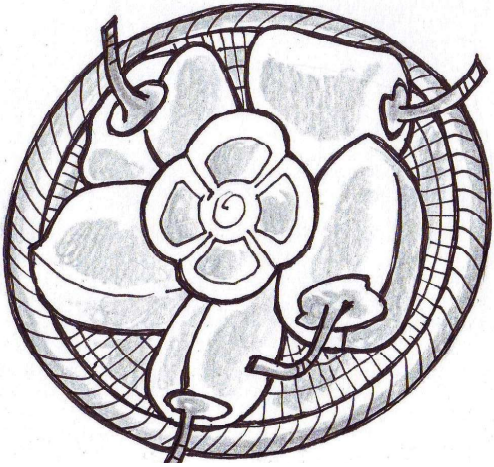
Postup: Fazole namočíme přes noc do studené vody a druhý den je teprve uvaříme do měkka. V dostatečně velkém hrnci osmažíme nadrobno nasekanou cibuli, přidáme rozdrcený česnek a společně restujeme asi minutu. Přidáme mleté maso a dále restujeme, až bude maso orestované ze všech stran.

Přisypeme nasekané papriky, rajčata, kukuřici, sladkou papriku, chilli, petrželku, koření, sůl a vše důkladně promícháme. Hrnec přiklopíme a směs velmi zvolna dusíme za občasného míchání asi jednu hodinu. Následně přidáme fazole a za občasného míchání dusíme další hodinu. Podáváme s chlebem.

KDO CHCE BÝT CELÝ DEN ČILÝ,
PO SNÍDANI SNÍ **DVĚ CHILLI**.

DŮLEŽITÉ UPOZORNĚNÍ!
CHILLI NĚKDY PÁLÍ DVAKRÁT!!

Poznámky



Neručíme za to, že ty recepty vám budou chutnat.
Chyby nejsou vyloučeny.

Pro ZO ČZS Jakubčovice u příležitosti výstavy

„*Paprika - zelenina, koření a lék*“

recepty sebrala a sestavila: Lenka Klementová
Redakce: Lenka Klementová, Marie Lollok Klementová
Obálka a ilustrace: Bořivoj Frýba
Zlom a grafická příprava: Marie Lollok Klementová
Náklad: 700 ks
Vytiskl: OPTYS Opava, září 2018

TATO KUCHAŘKA JE NEPRODEJNÁ

Vytiskl OPTYS, spol. s r. o. v roce 2018 jako sponzorský dar
Českému zahrádkářskému svazu v Jakubčovicích