



MEDVĚDÍ KUČAŘKA

Kristýna Hruběšová



OBSAH

Domácí donutky	7	Čokoládový dort	45
Banánové lívance	9	Máslové croissanty	51
Americké sušenky	13	Čokoládové muffiny	53
Cheesecake	15	Šlehačková roláda	57
Banánový chlebík	19	Slané preclíky	59
Domácí koláč	23		
Toastové variace	24		
Domácí vafle	29		
Lívance naslano	31		
Domácí pizza	35		
Domácí burger	39		
Kakaové perníčky	43		



Snadné pečení pro děti

V této knize ti společně ukážeme, jak se správně připravují určité pokrmy. Co máš nejradši? Americké sušenky nebo čokoládové muffiny? V této knize určitě i ty najdeš svou dobrotu a naučíš se ji hravě upéct.

Příprava

Než začneš recept připravovat, tak si pozorně přečti celý recept. Pokud neumíš číst, nech si ho přečíst od maminky. Máte doma všechny potřebné přísady? Které kuchyňské elektrospotřebiče a další pomůcky si musíš připravit? Spolu s maminkou si promyslete, které pracovní kroky můžeš udělat sám a při kterých potřebuješ pomoc.

Krok za krokem

Každý recept je zde srozumitelně a podrobně vysvětlen krok za krokem. Hotové pokrmy vidíš na ilustracích. Pokud se budeš držet přesně návodu, určitě se ti to podaří. Napoprvé to možná nebude vypadat perfektně, ale to nevadí. I mistr cukrář se to vše musel nejprve naučit.

Tři hvězdičky

Jednotlivé recepty jsou různě náročné. Jak je příprava složitá ti prozradí počet hvězdiček u receptu. Když si nebudeš umět poradit, tak popros maminku a ta ti určitě ráda pomůže.



Tipy a triky

Čistota

Než se pustíš do pečení, umyj si ruce. Dlouhé vlasy si svaž do culíku a oblékni si zástěru. Tu mimochodem nosí také profesionální pekaři a cukráři.

Příprava pomůcek

Přečti si seznam a připrav si potřebné kuchyňské pomůcky a elektrospotřebiče.

Měření přísad

Potom si pozorně přečti seznam přísad. Recepty jsou hrníčkové, takže k měření budeme potřebovat jeden hrníček.

Oddělování bílků a žloutků

Vajíčko vezmi do jedné ruky a hřbetem nože ho uprostřed natukni. Prsty pak vajíčko rozklepni o okraj misky. Žloutek přelévej z jedné poloviny skořápky do druhé, dokud bílek nestече do misky.

Mytí ovoce a zeleniny

Omyjeme studenou vodou. Důkladně omyjeme všechny nečistoty jako písek či zbytky hlíny. Jíst písek nebo hlínu bychom přeci nechtěli.

Ostré nože

S noži pracujeme velice opatrně! Používej vždy prkénko na krájení a čepel nože měj pokaždé směrem dolů. Když ti nůž vyklouzne z ruky, nikdy se ho nesnaž zachytit. Nože by se měly vždy mýt po jednom pod tekoucí vodou. Tím se předejde riziku, že se člověk zraní. Při práci s nožem by ti měl vždy pomoci někdo z dospělých.

Prkénka na krájení

Na krájení se jako podložka nejlépe hodí umělohmotná prkénka. Dřevěná prkénka před krájením opláchni vodou, aby se vytékající šťáva tak rychle nevplavila do dřeva. Všechna prkénka po použití důkladně umyj.

Ruční mixér

Při práci s ručním mixérem postupuj opatrně. U těchto kuchyňských přístrojů je třeba dbát na to, abychom hnětací háky či metličky mixéru nejprve zastrčili do spotřebiče a až potom strčili do zásuvky. Mixér se může zapnout, teprve když jsou metličky hluboko ponořeny do mísy, pak totiž směs nebude stříkat na všechny strany. Před ukončením mixování musíš přístroj vypnout a až potom vytáhnout ze zásuvky. Až úplně nakonec vytáhni metličky z těsta nebo krému. Při mixování by ti také měl pomoci někdo dospělý.

Sporák a trouba

Neodcházej z kuchyně, dokud jsou sporák nebo trouba zapnuty. Po vaření nezapomeň sporák vypnout. Z trouby musíš před použitím vyndat vše, co je uvnitř. Po použití troubu zase vypni!

Teplota trouby

Elektrická

150 stupňů
175 stupňů
200 stupňů
225 stupňů

plynová

stupeň 1
stupeň 2
stupeň 3
stupeň 4

Pozor pálí!

Horký plech vytahujeme z trouby vždy pomocí chňapek nebo kuchyňských rukavic. Kdyby se stalo, že se popálíš, poraněné místo ihned opláchni studenou vodou.

Prosím, nerušit!

Během pečení se nenech rozptylovat, například návštěvou kamarádky nebo telefonováním. V případě, že je to důležité, odstav hrnec ze sporáku a ten ihned vypni stejně jako troubu.

Pořádek v kuchyni

K pečení neoddělitelně patří mytí nádobí a uklízení. Určitě se proto vyplatí, když během příprav budeš dbát na čistotu a pořádek v kuchyni. Občas utři pracovní plochu, odlož pomůcky, které už nebudeš potřebovat, a tak dále.

Vítejte u naší medvědí kuchařky!

Jsme medvědí rodinka, která ráda vaří a peče. Rozhodli jsme se ti ukázat naše rodinné recepty a pevně věříme a doufáme, že i ty si tu přijdeš na své a najdeš si tu nějaký svůj oblíbený recept na kterém si pochutnáš.



DOMÁCÍ DONUTKY

Máš rád donutky a vždycky si je chtěl vyzkoušet doma?

Tak tady máš návod jak na to.

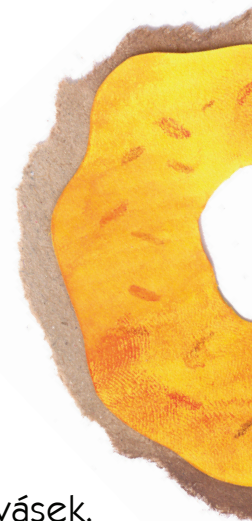


Co budeme potřebovat:

3 hrnky polohrubé mouky
1 hrnek mléka
2 žloutky
2 lžíce cukru krupice
1 kostka droždí
2 lžíce rozpuštěného tuku
Čokoláda

Stupeň náročnosti:





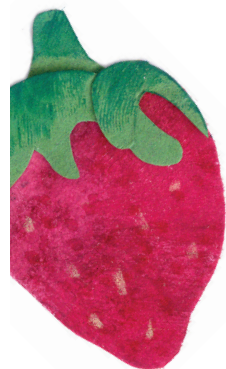
Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** Do teplého mléka dáme lžící cukru a droždí a necháme vzejít kvásek.
- 2. krok:** Zbytek surovin smícháme v míse a na konec přilijeme kvásek.
- 3. krok:** Přikryjeme utěrkou a necháme kynout zhruba **1 hodinu**.
- 4. krok:** Vykynuté těsto dáme na vál a rozválíme zhruba na **2 cm**.
- 5. krok:** Skleničkou do těsta vykrojíme kolečka a menší skleničkou vykrojíme prostředek, aby nám vznikl tvar donutu.
- 6. krok:** Vykrojené donuty přendáme na lehce pomoučený plech a necháme ještě **15 minut** kynout.
- 7. krok:** Rozehřejeme si olej na pánvi a smažíme naše donuty z obou stran.
- 8. krok:** Po vychladnutí donuty můžeme namočit do rozehřáté čokolády a posypat nějakou posypkou, aby lépe vypadaly i chutnaly.



BANÁNOVÉ LÍVANCE

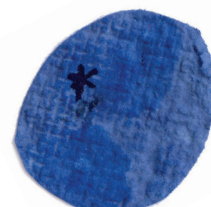
Nebaví tě obyčejné lívace a máš chuť je něčím oživit?
Tak zkus tyhle banánové.

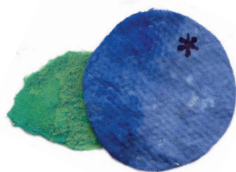
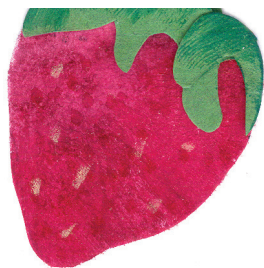


Co budeme potřebovat:

4 banány
2 hrnky polohrubé mouky
1 hrnek mléka
2 vejce
1 lžička prášku do pečiva
Javorový sirup, marmeláda
nebo nuttela
Oblíbené ovoce na
dozdobení.

Stupeň náročnosti:



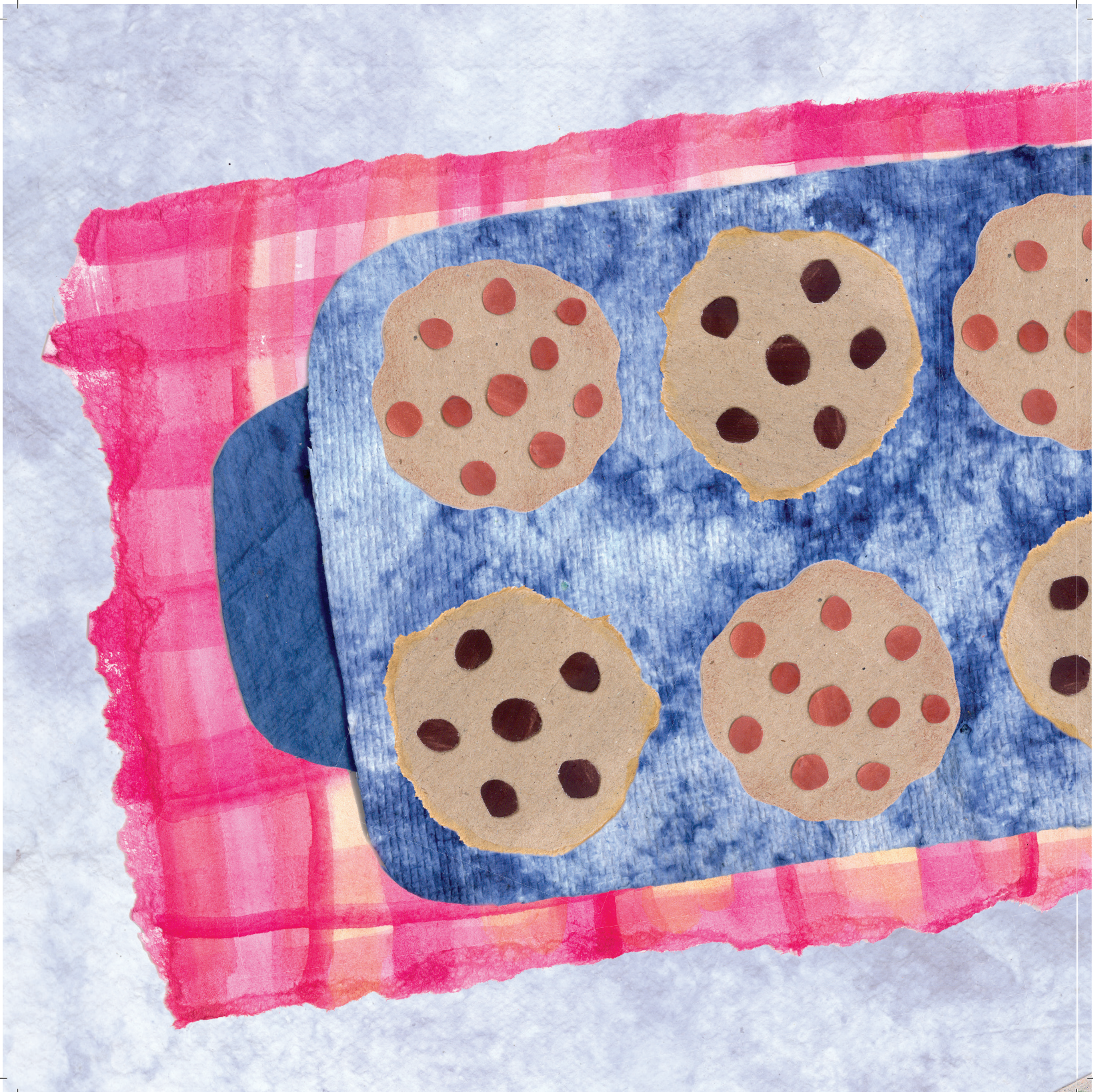


Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** Do mixéru nalijeme mléko, přidáme vejce a na kousky nalámeme banány a celé rozmixujeme.
- 2. krok:** Do rozmixované směsi přisypeme mouku a kypřicí prášek a znovu celé rozmixujeme, aby se tekuté a sypké ingredience spojily dohromady.
- 3. krok:** Předehřejeme si pánev a potřeme ji mírně olejem.
- 4. krok:** Naběračkou nabereme naše těsto a na pánvi tvoříme malé kolečka.
- 5. krok:** Když těsto začne tvořit bublinky, tak lívanec otočíme na druhou stranu a necháme lívance osmažit z obou stran dozlatova.
- 6. krok:** Po usmažení necháme lívance trochu vychladnout.

Lívanečky můžeme pomazat naší oblíbenou marmeládou, nutellou a nebo je přelít javorovým sirupem a na vrch naskládát nakrájené ovoce a máme hotovo, mňam !







AMERICKÉ SUŠENKY

Chceš si udělat pravé americké sušenky s pořádnou dávkou čokolády?
Tady máš postup a věřím tomu, že ti budou chutnat.



Co budeme potřebovat:

2 a půl hrnku hladké mouky
1 hrnek cukru nebo medu
1 hrnek změkklého másla
2 vajíčka
1 vanilkový cukr
1 prášek do pečiva
Půl lžičky soli
Lentilky nebo
kousky čokolády

Stupeň náročnosti:





Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** Vyšleháme v míse změkklé máslo s cukrem do pěny.
- 2. krok:** V druhé míse si smícháme mouku s kypřícím práškem a solí.
- 3. krok:** Do vyšlehané pěny pomalu přisypáváme mouku.
- 4. krok:** Mícháme dokud nespojíme všechny suroviny do těsta.
- 5. krok:** Podle chuti do těsta přidáme další suroviny - lentilky nebo kousky čokolády.
- 6. krok:** Všechno spojíme dohromady lžící a mícháme dokud se lentilky nebo kousky čokolády nepropojí s těstem.
- 7. krok:** Lžící vytvoříme s těsta kuličky o velikosti ping-pongového míčku.
- 8. krok:** Kuličky pokládáme na plech s pečícím papírem a necháme mezi kuličky alespoň **1 cm** mezeru, jinak by se sušenky spekly dohromady.
- 9. krok:** Pečeme sušenky na **190 stupňů** asi **8-10 minut**, dokud sušenky nebudou zlaté.

Sušenky necháme po upečení vychladnout a pak můžeme ochutnat.



CHEESECAKE

Máš chuť na nějaký lehčí dort s ovocem?
Tak to Cheesecake je pro tebe ten pravý.

Co budeme potřebovat:

Balení máslových nebo lotus
sušenek

1 kelímek mascarpone

1 kelímek tvarohu

50g másla

Balení jahod

2 vanilkové cukry

Ovoce dle chuti
na dozdobení

Stupeň náročnosti:





Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** Sušenky rozdrtíme buď ručně nebo v mixéru.
- 2. krok:** V mikrovlnce si v mističce rozpustíme máslo.
- 3. krok:** Rozpuštěné máslo přilijeme k sušenkám a vmícháme dokud nevznikne mokré těsto.
- 4. krok:** Do dortové formy dáme naše sušenkové těsto a rukama zapracujeme na dno formy.
- 5. krok:** Smícháme si mascarpone s tvarohem, přisypeme cukr, nakrájené kousky jahod a pořádně promícháme.
- 6. krok:** Krém dáme na spodek ze sušenek a rozetřeme rovnoměrně.
- 7. krok:** Ve vodní lázni si rozpustíme hořkou čokoládu.
- 8. krok:** Čokoládu nalijeme nahoru na náš připravený dort a dáme do ledničky přes noc stuhnout.
- 9. krok:** Dort druhý den vyndáme z formy a můžeme servírovat.









BANÁNOVÝ CHLEBÍK

Miluješ banány a mohl bys je mít úplně ve všem?
Tak to rozhodně zkus tenhle recept, budeš nadšený.

Co budeme potřebovat:

3 zralé banány
1/3 hrnku rozpuštěného másla
1 lžička jedlé sody
Špetka soli
3/4 hrnku cukru
1 vejce
1 a 1/2 hrnku hladké mouky
1 lžička vanilkového extraktu

Stupeň náročnosti:



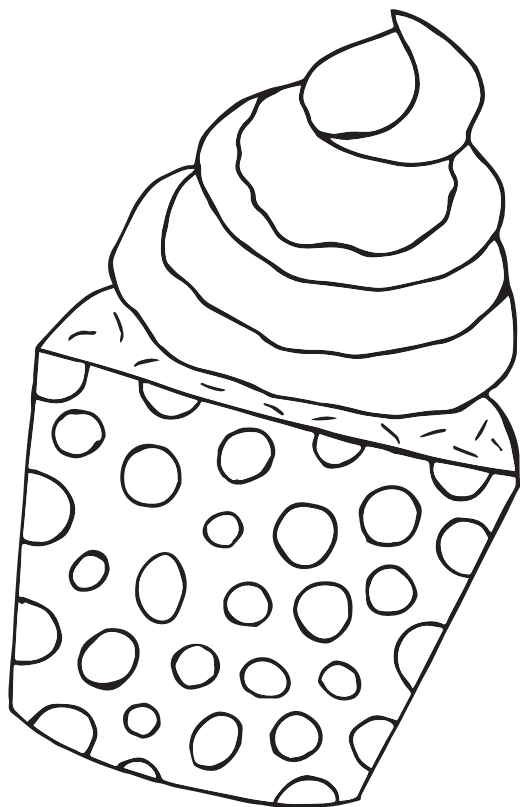


Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** V míse rozmačkáme vidličkou banány na jemnou kašičku.
- 2. krok:** Do kašičky z banánů přimícháme rozpuštěné máslo a promícháme.
- 3. krok:** Přidáme zbytek surovin a pečlivě smícháme všechno dohromady do hladkého těsta.
- 4. krok:** Těsto vlijeme do vymazané formy.
- 5. krok:** Banánový chlebíček pečeme na **180 stupňů** zhruba **40-50 minut**.
- 6. krok:** Upečený chlebíček vyndáme z trouby a necháme úplně vychladnout poté ho nakrájíme na plátky a můžeme si ho dát třeba k svačině.

Banánový chlebíček můžeme potřít arašídovým máslem nebo nuttelou a na vrch nakrájet banán na kolečka.

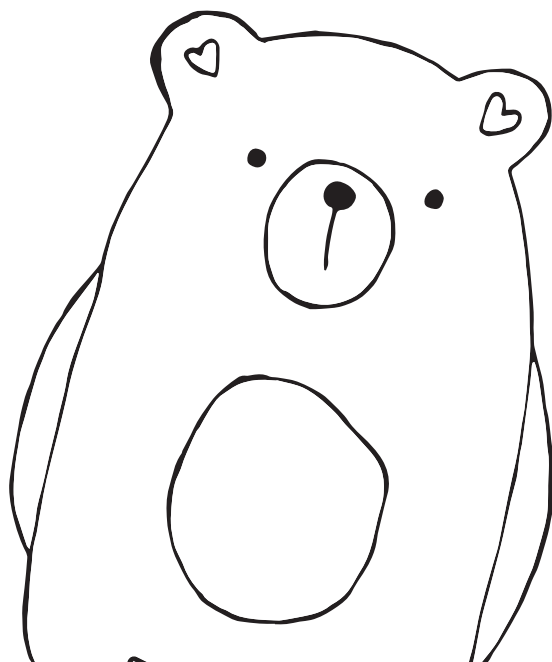
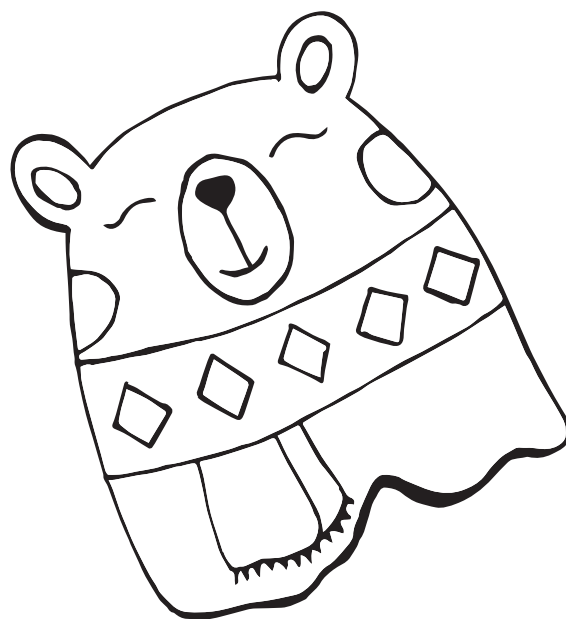
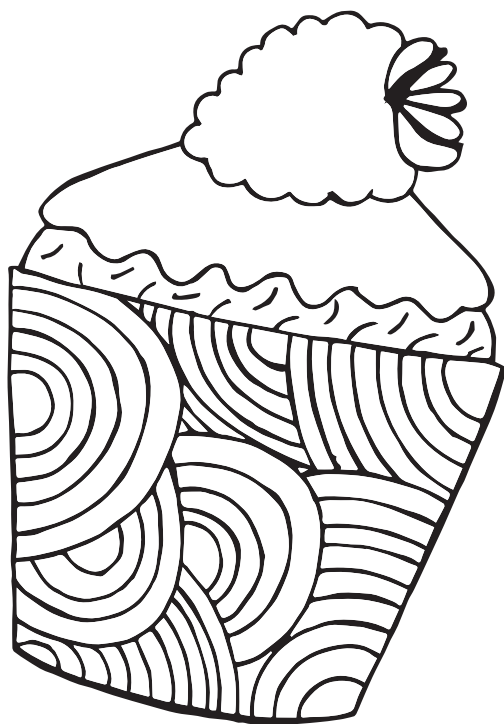




OMALOVÁNKY

Vybarvi muffiny a medvídky
jak se ti jen zachce. Fantazii
se meze nekladou.





DOMÁCÍ KOLÁČ

Potřebuješ nějaký rychlý recept, který je hotový do 30 minut?
Tak to tenhle rychlo-koláč je jako na míru dělaný pro tebe.



Co budeme potřebovat:

2 listové těsta
1 vajíčko
1 skořicový cukr
Vanička Jahod
6 větších Jablk
Moučkový cukr
Želatina v prášku

Stupeň náročnosti:





Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** Nakrájíme si jablka a jahody na malé kousky.
- 2. krok:** Nakrájené jahody a jablka povaříme s trochou vody.
- 3. krok:** Do povařených jahod a jablk přidáme skořicový cukr a želatinu v prášku, aby směs v koláči ztuhla.
- 4. krok:** Směs necháme být a rozbalíme si listové těsto a připravíme koláčovou formu.
- 5. krok:** Listové těsto dáme do koláčové formy a okraje pořádně přimáčkneme k formě aby držely.
- 6. krok:** Na listové těsto nalijeme naší ovocnou směs.
- 7. krok:** druhé listové těsto nakrájíme na proužky a dáme na vrch koláče jako je znázorněné na obrázku.
- 8. krok:** Pečeme na **180 stupňů** zhruba **20 - 25 minut**,
- 9. krok:** Po upečení koláč vytáhneme z troušky a necháme vychladnout.
- 10. krok:** Koláč pocukrujeme, nakrájíme a můžeme podávat.



TOASTOVÉ VARIACE



KOČIČÍ TAJEMSTVÍ

Máslo z bílé čokolády,
jahody nakrájené na plátky
a borůvky.

MEDVĚDÍ TLAPA

Nutella , banán nakrájený
na plátky a borůvky.



ANEB ZVÍŘÁTKOVÉ TOASTY



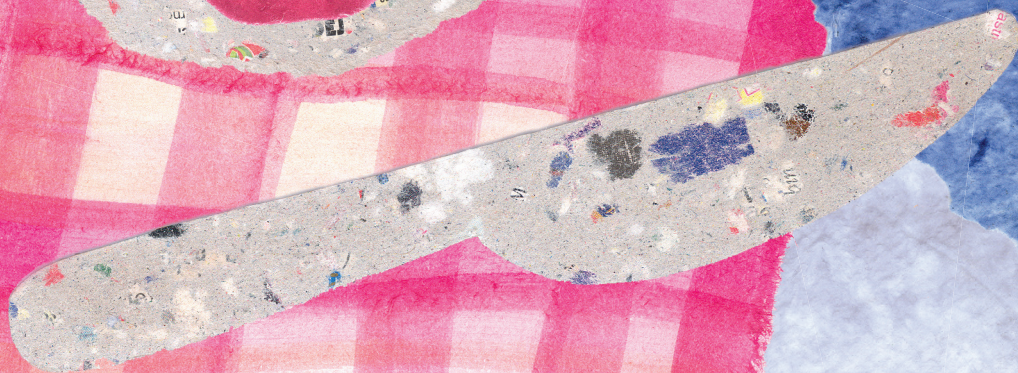
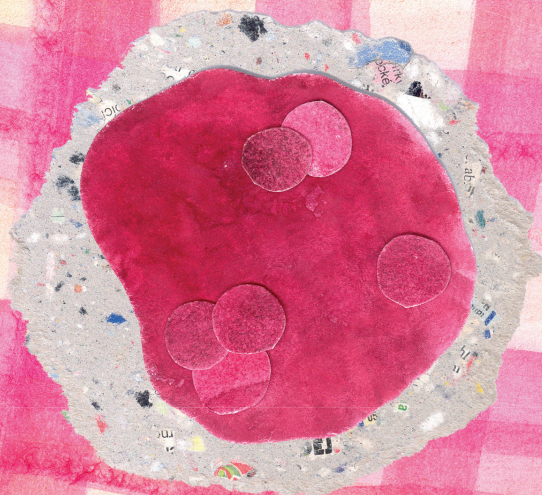
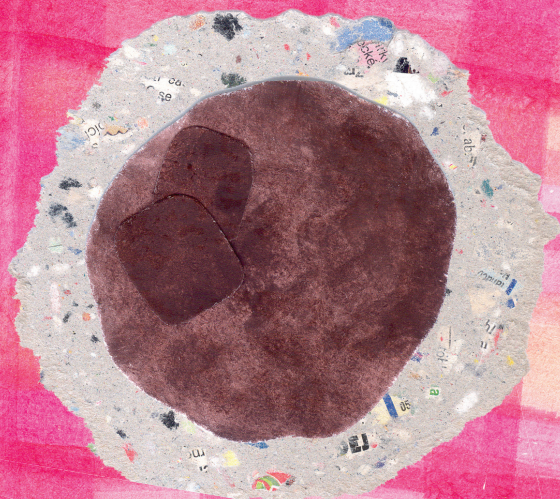
OPIČÍ KRÁL

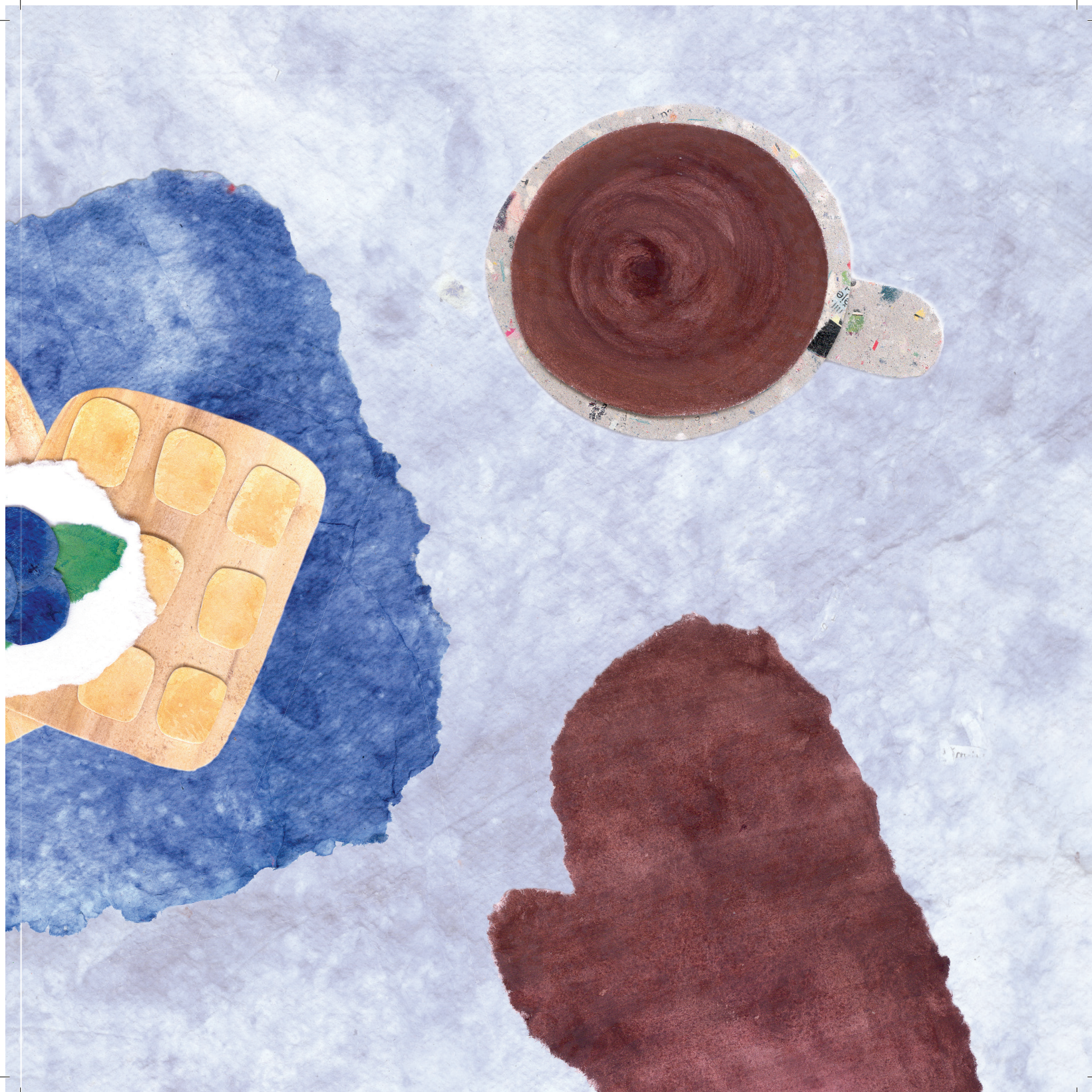
Nutella, nakrájený banán
na kolečka, borůvky.

SOVÍ KOUZLO

Máslo z bílé čokolády,
jahody nakrájené na plátky
a borůvky.







DOMÁCÍ VAFLE

Už tě nenapadá, co si dát k snídani nebo svačině?

Tak to určitě zkus tyhle domácí vafle.

Co budeme potřebovat:

1/2 lžičky soli

2 lžičky prášku do pečiva

2 hrnky polohrubé mouky

1/3 hrnku oleje

3 vejce

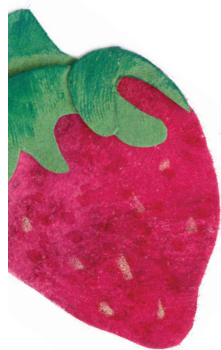
1 a 1/2 hrnku cukru

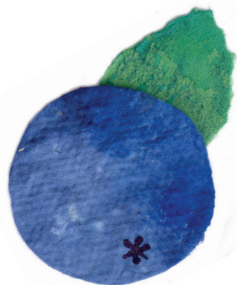
3 lžičky cukru

Bílý jogurt

Ovoce dle výběru

Stupeň náročnosti:





Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** Oddělíme si žloutky od bílků a z bílků vyšleháme sněh.
- 2. krok:** Do vyšlehaného sněhu přidáme zbytek ingrediencí a vše důkladně promícháme a vytvoříme řidší těsto.
- 3. krok:** Rozehřejeme si vaflovač a vytřeme ho pořádně olejem.
- 4. krok:** Směs naběračkou nalijeme do vaflovače.
- 5. krok:** Vaflovač zavřeme a necháme vafle dojít dozlatova.
- 6. krok:** Hotové vafle ozdobíme a dochutíme dle vlastní chuti.

Já na ozdobení vaflí doporučuji bílý jogurt nebo třeba javorový sirup a spoustu čerstvého ovoce na vrch.



LÍVANCE NASLANO

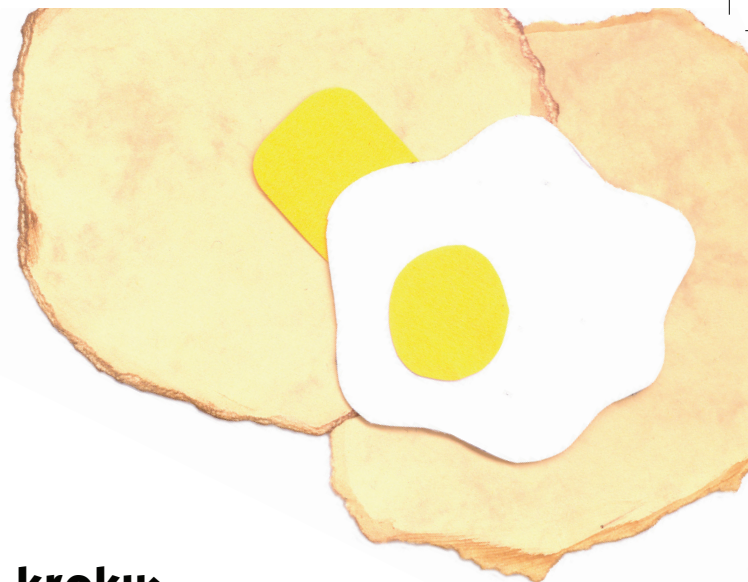
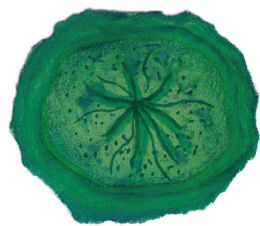
Nebaví tě už lívance nasladko?
Tak je zkus naslano.

Co budeme potřebovat:

2 hrnky hladké mouky
1 prášek do pečiva
Špetka soli
2 vejce
1 hrnek mléka
2 lžíce oleje
2 vajíčka na volská oka
Zelenina dle chuti

Stupeň náročnosti:

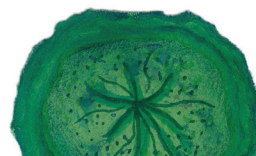




Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** Do mixéru nalijeme mléko, přidáme vejce, olej a to celé rozmixujeme.
- 2. krok:** Do rozmixované směsi přisypeme mouku, sůl a kypřicí prášek a znovu celé rozmixujeme, aby se tekuté a sypké ingredience spojily dohromady.
- 3. krok:** Předehřejeme si pánev a potřeme ji olejem a smažíme lívanečky tak, aby byly z obou stran dozlatova.
- 4. krok:** Lívance necháme trochu vychladnout.
- 5. krok:** Mezitím co lívance chladnou si na pánvičce rozbijeme vajíčka a uděláme volská oka.
- 6. krok:** Nakrájíme zeleninu a můžeme podávat lívanečky na slano.

Doporučuji na lívance dát trochu másla jsou pak mnohem lepší!







DOMÁCÍ PIZZA

Co takhle než si pizzu objednat si ji udělat doma?
Můžeš si na ní dát vše, co jen chceš.

Co budeme potřebovat:

Rozválené pizza těsto
Rajčatový protlak nebo kečup
Plátky rajčat
Plátky mozzarely
Salám (Herkules)
Lístky bazalky
(další suroviny dle vaší volby)

Stupeň náročnosti:

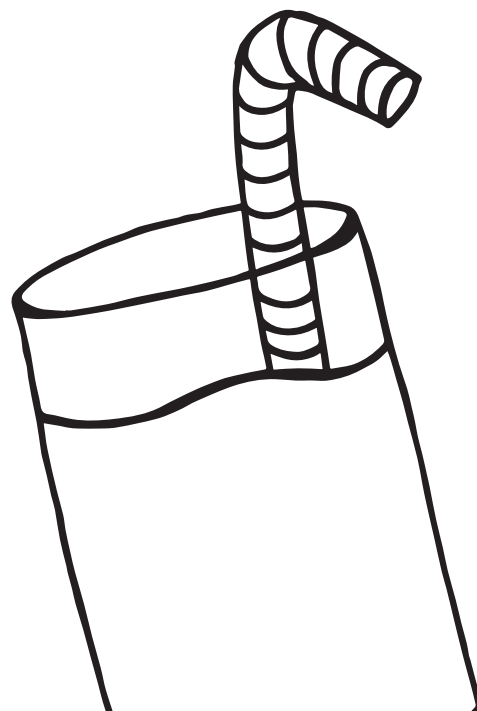
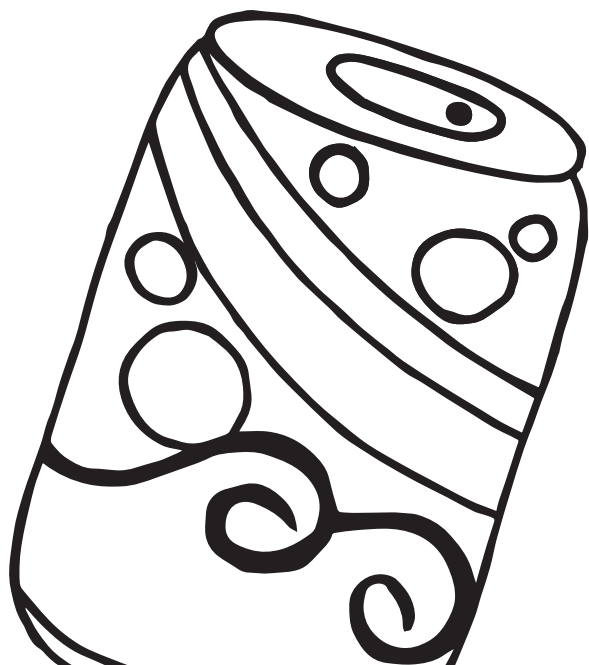
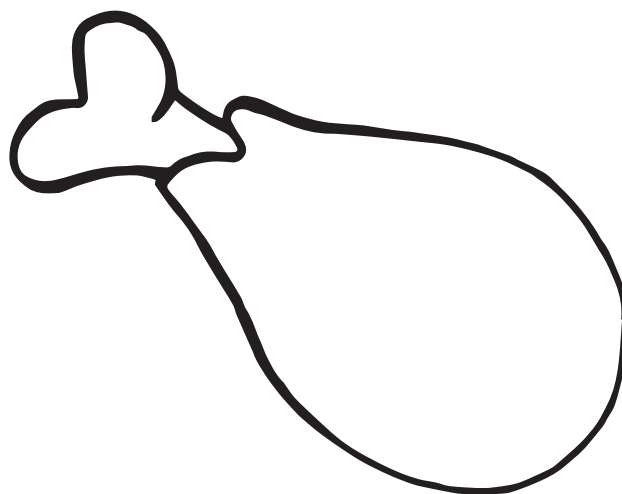
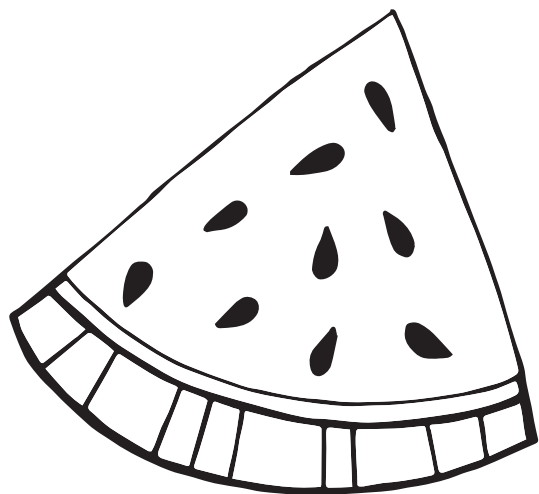




Jak budeme postupovat krok po kroku:

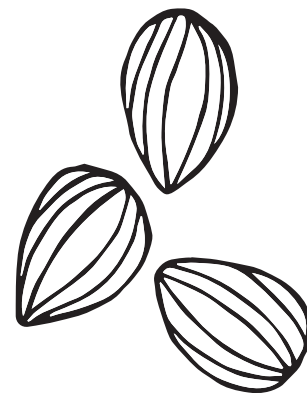
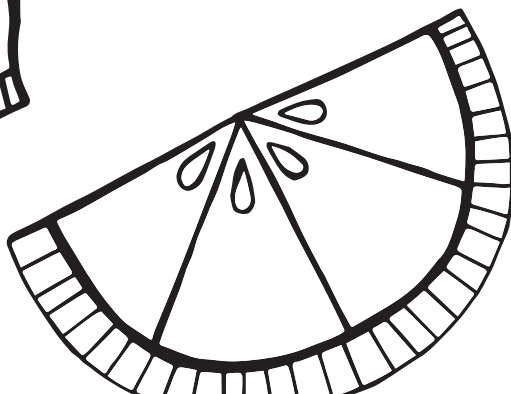
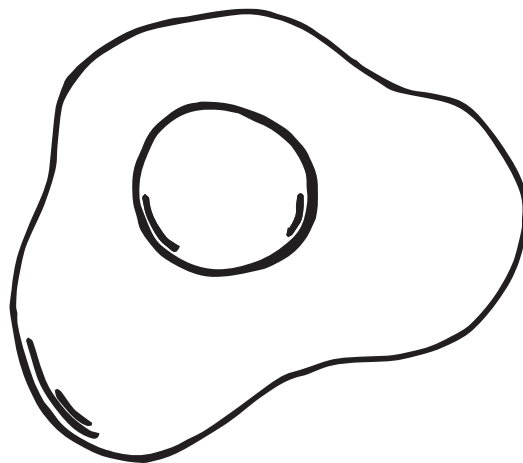
- 1. krok:** Koupené pizza těsto si dáme na plech s pečícím papírem.
- 2. krok:** Pizza těsto si potřeme protlakem nebo kečupem
- 3. krok:** Na pizzu naskládáme plátky rajčat, mozzarely, lístky bazalky a kolečka salámu. (nebo jiné suroviny, které máte rádi)
- 4. krok:** Troubu předehřejeme na **190 stupňů**.
- 5. krok:** Až trouba bude předehřátá, tak plech s naší pizzou dáme dovnitř.
- 6. krok:** Pečeme zhruba **15-20 minut** dokud okraje pizzy nebudou dozlatova.
- 7. krok:** Pizzu vyndáme z trouby, necháme trochu vychladnout.
- 8. krok:** Pizzu rozkrájíme na trojúhelníčky a můžeme podávat.

Rychlá pizza je vhodná jako večeře či svačina nebo na nějakou narozeninovou oslavu, kde tím všem spolužákům určitě vytřete zrak a určitě si pochutnají.



OMALOVÁNKY

Vybarvi jídlo a rozhodni o tom, které je zdravé a které nezdravé.



DOMÁCÍ BURGER

Co místo fastfoodů si udělat svůj vlastní burger doma?
Určitě bude lepší a hlavně i zdravější.

Co budeme potřebovat:

Bulky na burger

Plátkový sýr

Plátky rajčat

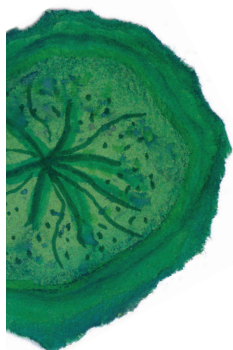
Listy salátu

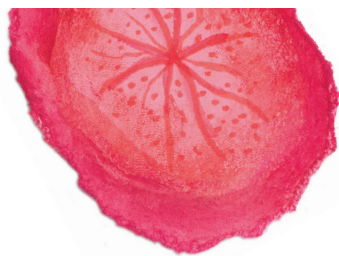
Mleté hovězí maso

Oblíbený dresing

(Kečup, tatarka)

Stupeň náročnosti:





Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** Mleté maso dochutíme solí a pepřem a upláčáme si z něho placku.
- 2. krok:** Na rozpálené pánvičce potřené olejem usmažíme náš burger dozlatova, aby vevnitř byl zcela hotový a ně červený.
- 3. krok:** Bulku na burger si v polovině rozpůlíme a dáme na pánvičku lehce osmahnout dozlatova.
- 4. krok:** Bulku si pomažeme naším oblíbeným dresingem, jak už jsem psala může to být třeba kečup nebo tatarka.
- 5. krok:** Na namazanou spodní část burgeru dáme list salátu a vrstvíme dle chuti naše předem připravené suroviny.
- 6. krok:** Na teplé burgerové maso dáme plátek sýru, který se na teplém masu rozteče.
- 7. krok:** Přiklopíme všechny suroviny naší vrchní bulkou a můžeme si vychutnat náš skvělý domácí burger.







KAKAOVÉ PERNÍČKY

Chceš se naučit pořádné kakaové perníčky?

Tak určitě zkus tenhle recept.



Co budeme potřebovat:

2 a půl hrnku hladké mouky

1 hrnek cukr moučka

2 lžíce medu

2 lžíce holandského kakaa

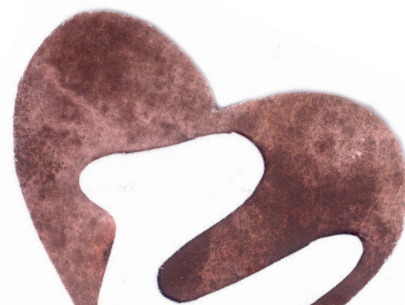
2-3 lžíce Hery

1 vejce

1 lžička perníkového koření

1 lžička kypřicího prášku

Stupeň náročnosti:



Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** V mikrovlnce si na **10 vteřin** v mističce rozpustíme Heru s medem.
- 2. krok:** Rozpuštěnou směs smícháme s cukrem.
- 3. krok:** Do směsi přidáme zbylé ingredience.
- 4. krok:** Všechno mícháme dohromady, dokud se to nespojí do hladkého těsta.
- 5. krok:** Těsto zabalíme do potravinářské fólie a dáme do ledničky na pár hodin, aby těsto bylo uležené.
- 6. krok:** Když je těsto uležené, tak ho válečkem vyválíme na **3-5 milimetrů** a vykrajujeme z něj vykrajovátky různé tvary.
- 7. krok:** Pokud je plech plný, troubu si předehřejeme na **200 stupňů** a pečeme perníčky dozlatova zhruba **5-7 minut**.
- 8. krok:** Po vyndání horké perníčky potřeme žloutkem a necháme vychladnout.
- 9. krok:** Když perníčky vychladnou, tak je můžeme ozdobit bílou polevou.

Jak udělat polevu:

- 1. krok:** Do vyšší mističky přidáme bílek a cukr.
- 2. krok:** Tyčovým mixérem vyšleháme bílky s cukrem do bíla.
- 3. krok:** Do vyšlehaného bílku s cukrem přilijeme lžičku citrónové šťavy a znovu vyšleháme.

Jak poznat, že je bílek s cukrem dostatečně vyšlehaný ?
Při převrácení mističky vzhůru nohama bílek drží a nevyteče.



ČOKOLÁDOVÝ DORT

Chceš upéct narozeninový dort pro sebe nebo někoho blízkého?
Čokoládovým dortem určitě nic nezkazíš.

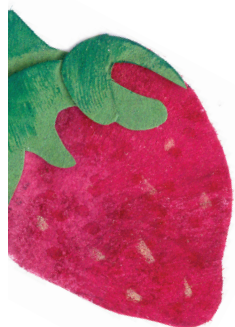
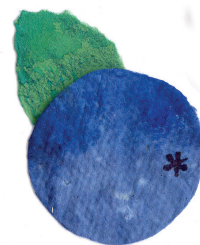
Co budeme potřebovat:

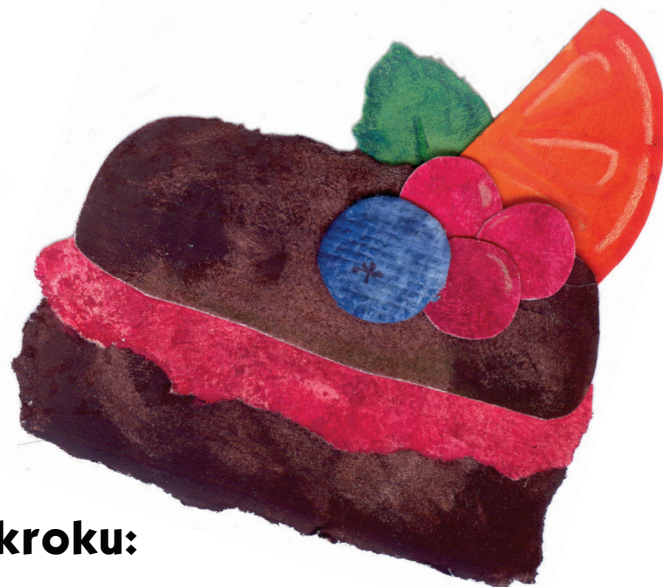
1 mek polohrubé mouky
3/4 hrnku cukr krupice
6 ks vejce
3 lžíce holandského kakaa
Ovoce na dozdobení

Krém:

1 smetana ke šlehání
Jahodová marmeláda

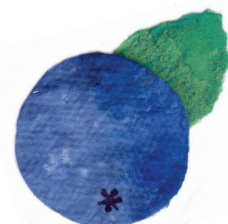
Stupeň náročnosti:





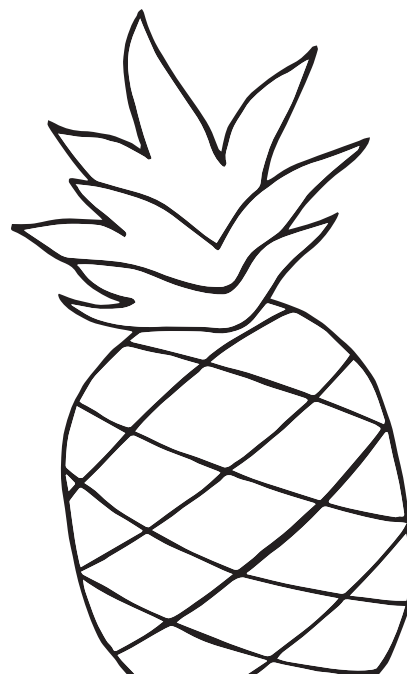
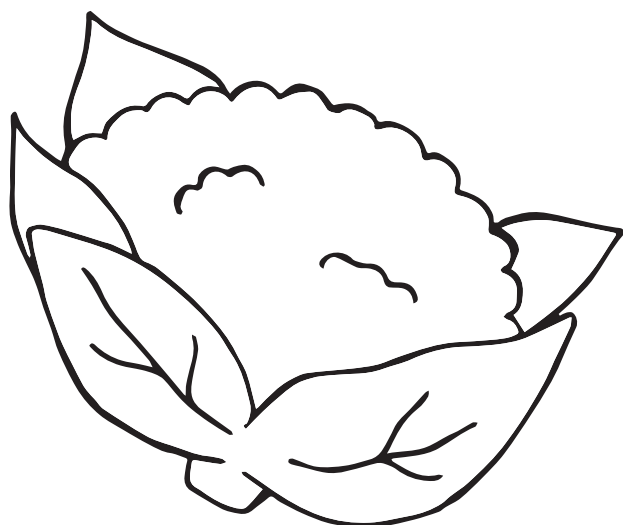
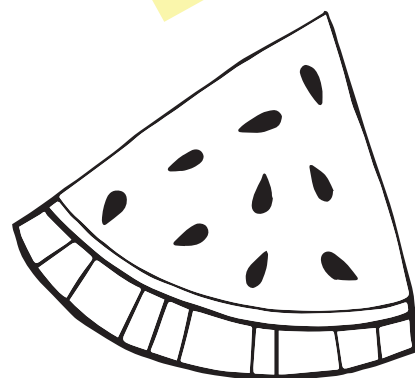
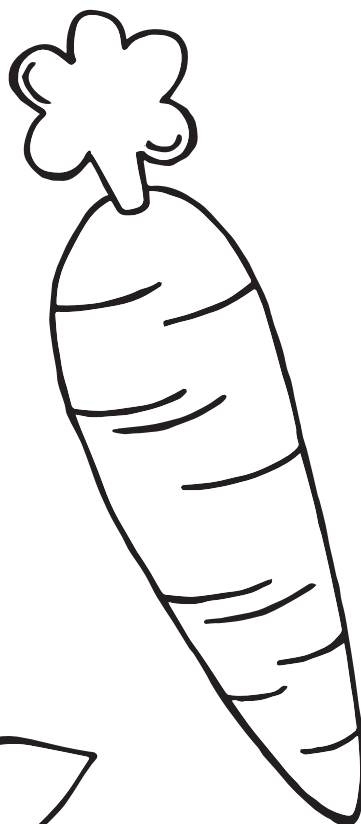
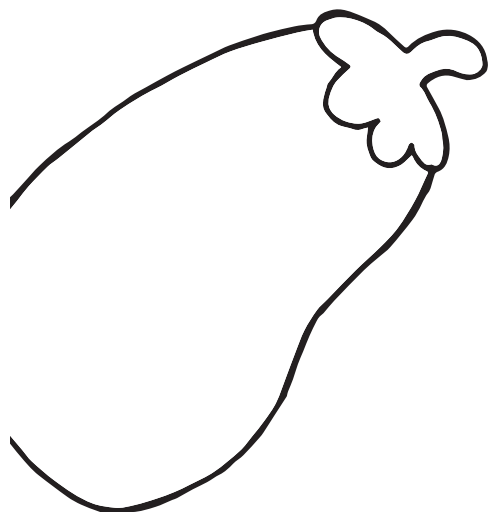
Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** Oddělíme žloutky od bílků.
- 2. krok:** Žloutky vyšleháme s cukrem do pěny, přidáme mouku a kakao.
- 3. krok:** Vyšleháme bílky do tuhé pěny a jemně ji vmícháme do vyšlehané směsi.
- 4. krok:** Směs nalijeme do dortové formy a pečeme v předehřáté troubě na **180 stupňů** zhruba **25 - 30 minut**.
- 5. krok:** Dort necháme vychladnout a poté ho rozřízneme v polovině.
- 6. krok:** Vyšleháme si smetanu ke šlehání do tuhého krému.
- 7. krok:** Do vyšlehaného krému přidáme 3 lžice jahodové marmelády.
- 8. krok:** 1/2 dortu pomažeme naším krémem a druhou polovinou přiklopíme.
- 9. krok:** Pokud nám zbyde více krému, můžeme krém dát i na vrch dortu a dozdobit to naším oblíbeným ovocem.
- 10. krok:** Necháme dort proležet alespoň přes noc, dort je pak vláčný.



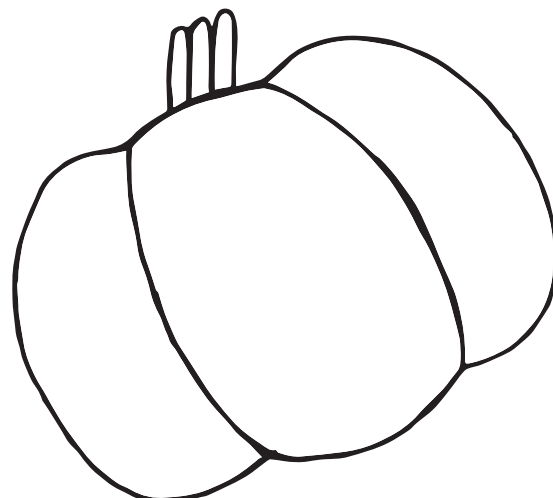
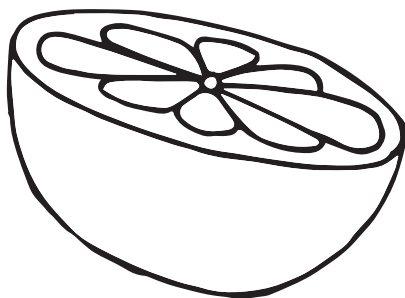
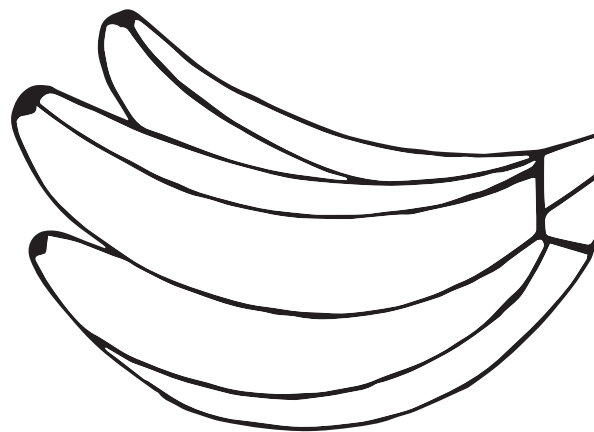
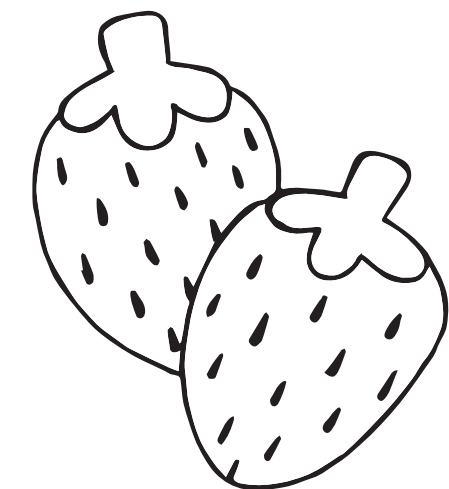
OVOCE

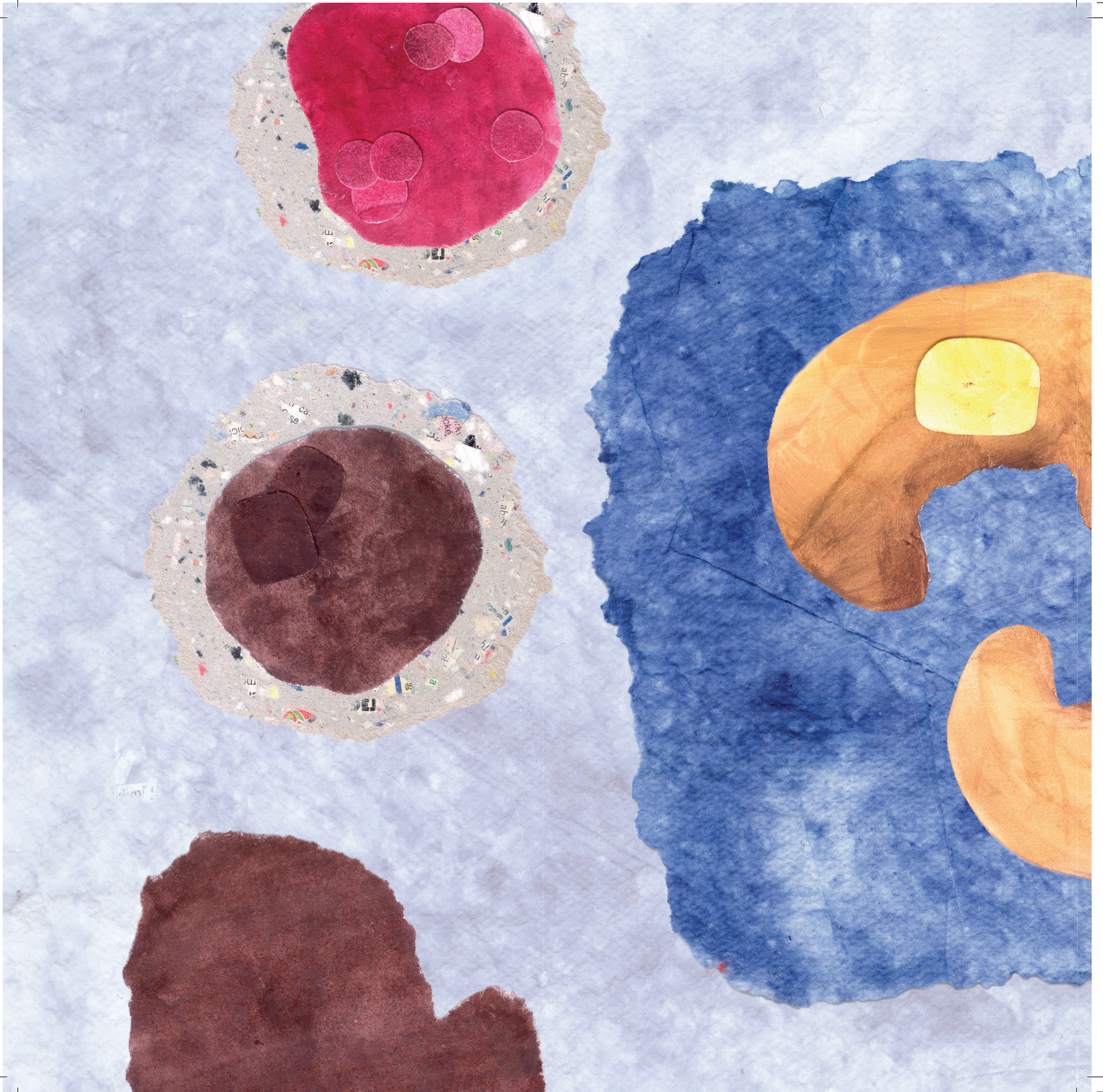
Vybarvi a čárou přiřaď všechno ovoce.

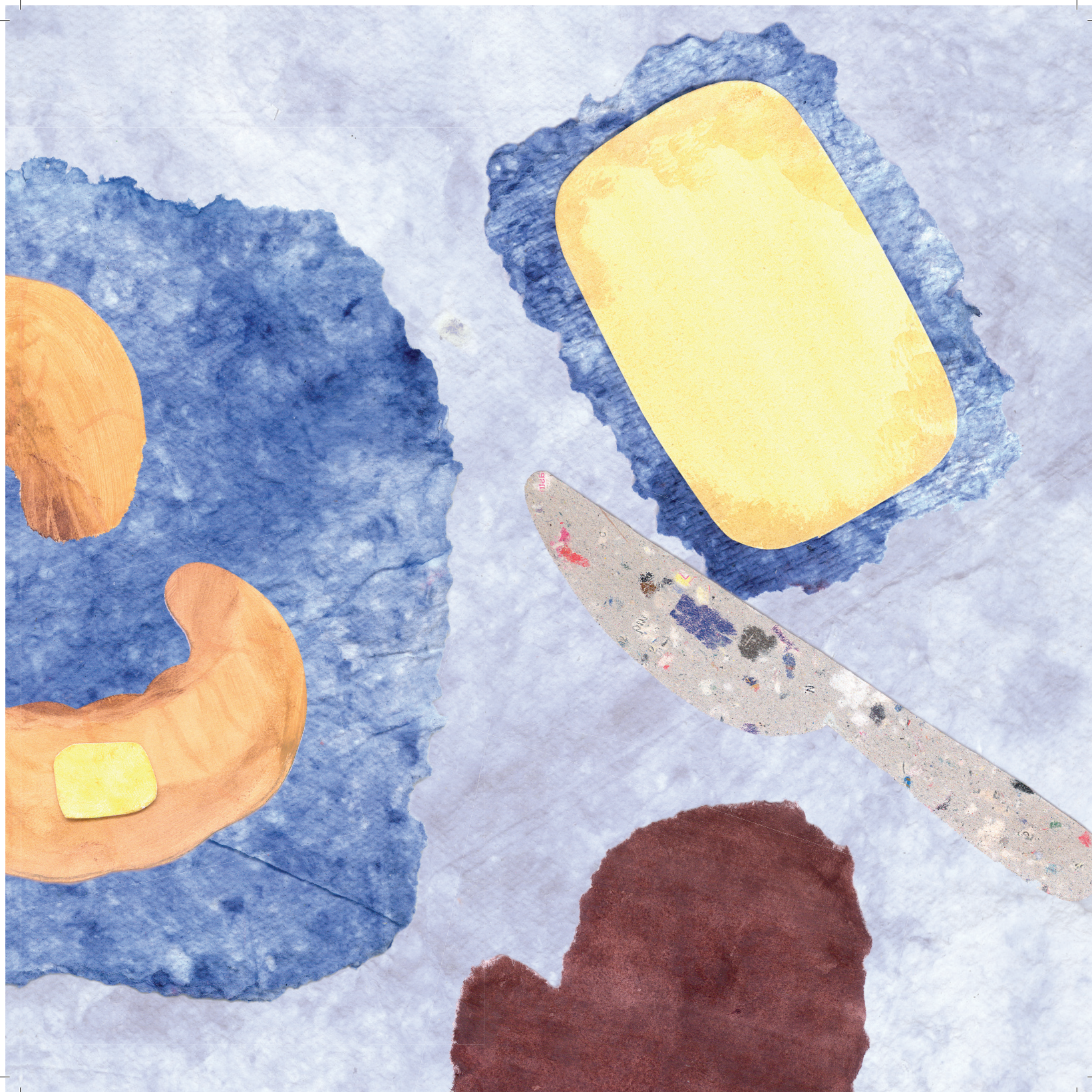


ZELENINA

Vybarvi a čárou přiřaď všechnu zeleninu.







MÁSLOVÉ CROISSANTY

Potřebuješ nějakou rychlou snídani nebo svačinu?
Tohle ti určitě zachutná.



Co budeme potřebovat:

2 balení těsta
na croissanty
Máslo na potřeni
Marmeláda
Nutella

Stupeň náročnosti:

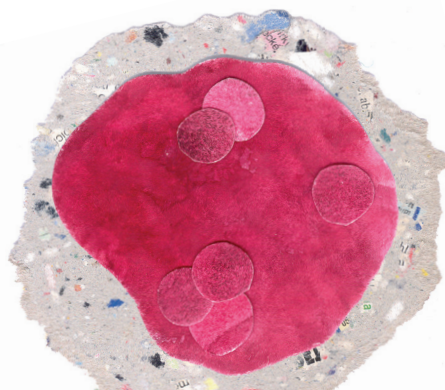




Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** Těsto vyndáme z obalu a rozprostřeme na kuchyňskou linku.
- 2. krok:** Těsto rozkrájíme na trojúhelníky.
- 3. krok:** Těsto srolujeme do tvaru croissantu.
- 4. krok:** Srolované croissanty dáme na pečící papír, potřeme je máslem a pečeme na **180 stupňů** zhruba **10-15 minut**.
- 5. krok:** Po upečení croissanty necháme chvíli vychladnout a poté můžeme podávat.

Doporučuji ještě teplé croissanty polít čokoládou nebo je rozříznout v půlce a promazat marmeládou.



ČOKOLÁDOVÉ MUFFINY

Hledáš něco jednoduchého na narozeninovou oslavu?

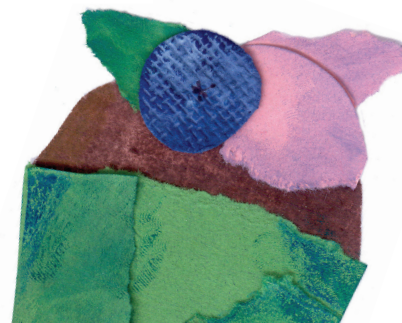
Tak to s muffinami určitě nešlápneš vedle.

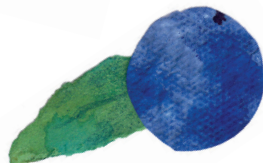


Co budeme potřebovat:

2-3 lžíce kakaa
1 hrnek oleje
1 hrnek mléka
2 hrnky polohrubé mouky
1 vajíčko
1 hrnek cukru krupice
1 prášek do pečiva
Kousky čokolády

Stupeň náročnosti:





Jak budeme postupovat krok po kroku:

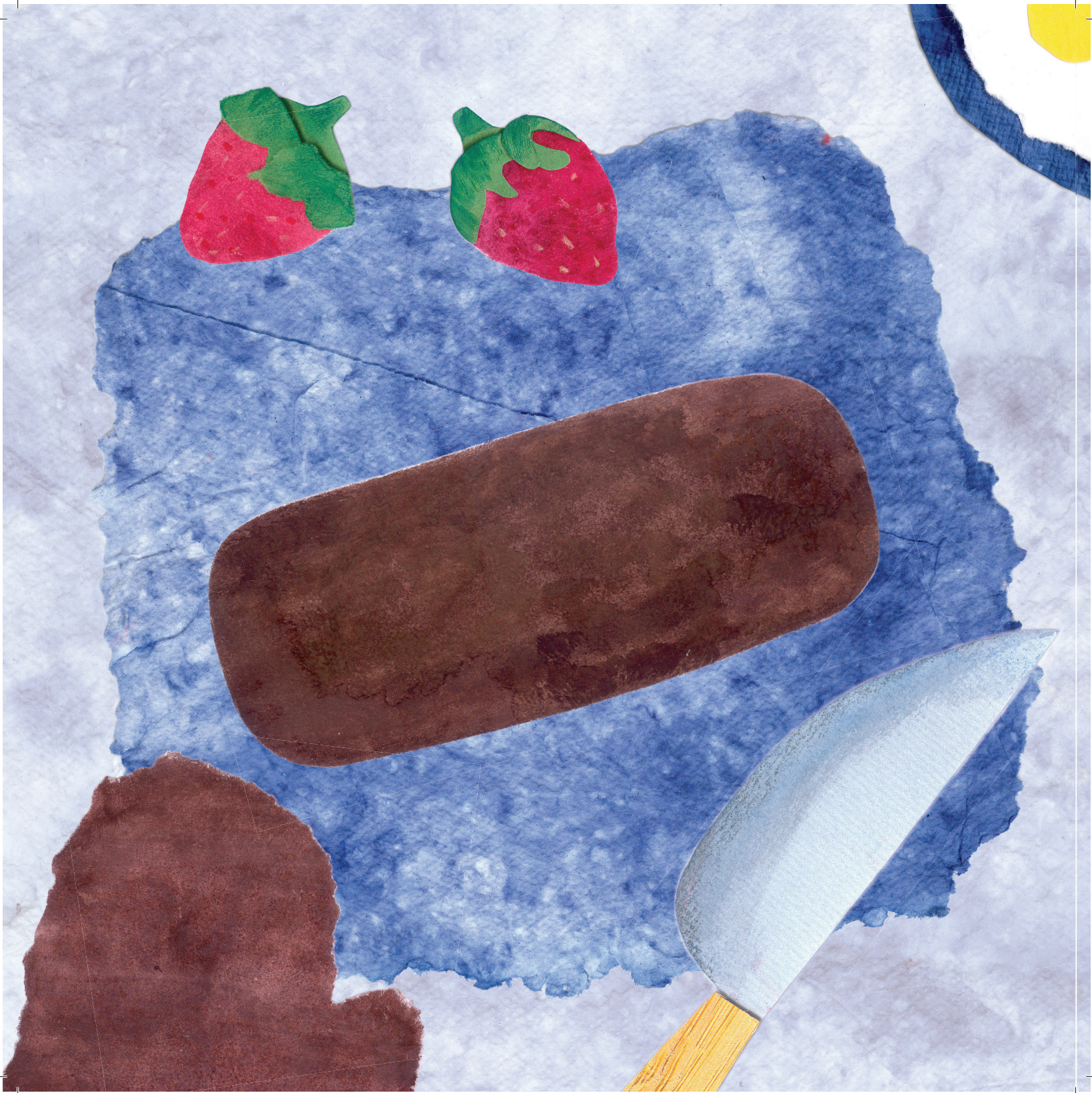
- 1. krok:** V míse smícháme polohrubou mouku, cukr, prášek do pečiva a kakao.
- 2. krok:** Do sypké směsi přidáme mléko, olej a vejce.
- 3. krok:** Mícháme dokud nespojíme všechny suroviny do hladkého těsta.
- 4. krok:** Do hladkého těsta přisypeme kousky čokolády a promícháme.
- 5. krok:** Těstem naplníme papírové košíčky do poloviny a košíčky naskládáme na plech.
- 6. krok:** Vložíme plech do trouby a pečeme na **180 stupňů** přibližně **15 minut**.



Vychytávka: Na vychladlé muffiny si můžeme udělat krém a ozdobit ovocem.

Krém - Vyšleháme mascarpone s polotučným tvarohem a vanilkovým cukrem až nám vznikne tuhý krém. Ten můžeme dát na vychladlé muffiny a dozdobit našim oblíbeným ovocem a máme hotové krásné a chutné muffinky.

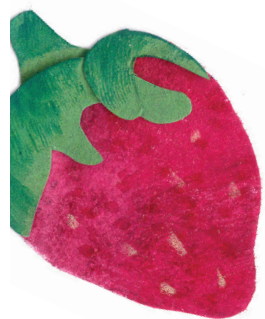






ŠLEHAČKOVÁ ROLÁDA

Troufneš si i na nějaký opravdu složitější recept?
Pokud ano, tak tohle musíš zkusit.



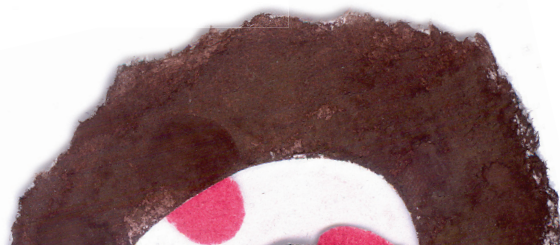
Co budeme potřebovat:

5 vajec
10 lžič moučkového cukru
2 lžíce kakaa
1 lžíce polohrubé mouky
Vanilkový cukr

Krém:

2 kelímky šlehačky
na šlehání
3 lžíce cukru

Stupeň náročnosti:

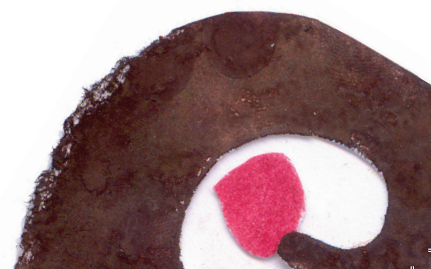


Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** Oddělíme si bílky od žloutků
- 2. krok:** Bílky dáme do vyšší misky a vyšleháme tyčovým mixérem do bíla.
- 3. krok:** Žloutky dáme do jiné misky a vyšleháme je s cukrem do pěny.
- 4. krok:** Do vyšlehané pěny z žloutků a cukru přidáme kakao a mouku a šleháme dokud se všechno nespojí dohromady.
- 5. krok:** Vyšlehané bílky přidáme do druhé směsi a stěrkou obě směsi jemně smícháme dohromady.
- 6. krok:** Na pečící papír na plechu nalijeme směs a roztáhneme ji do tvaru obdelníku.
- 7. krok:** Těsto pečeme v troubě na **180 stupňů** zhruba **10 minut**.
- 8. krok:** Po vytáhnutí těsto posypeme vanilkovým cukrem a s pečícím papírem těsto srolujeme do rolády a necháme tak vystydnout.

Jak udělat šlehačku:

- 1. krok:** Do kuchyňského robota nalijeme 2 kelímky šlehačky a přidáme cukr.
- 2. krok:** Vyšleháme do tužší šlehačky a dáváme si pozor aby nám místo šlehačky nevzniklo máslo !
- 3. krok:** Vychladlé srolované těsto rozbalíme, naneseme na něj naši šlehačku a zase zamotáme zpátky do rolády a necháme alespoň **3 hodiny** ztuhnout pořádně v ledničce, aby naše roláda držela tvar.



SLANÉ PRECLÍKY

Honí tě mlsná a máš chuť na něco slaného?
Tak na takovouhle situaci jsou preclíky jako dělané.

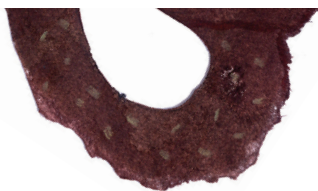


Co budeme potřebovat:

2 hrnky hladké mouky
1 lžička sušeného droždí
1 lžička medu
1 lžička soli
1 vejce
Mořská sůl
(hrubá sůl)

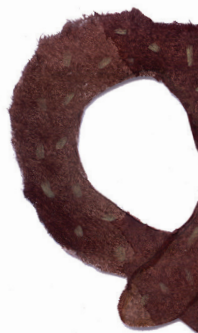
Stupeň náročnosti:





Jak budeme postupovat krok po kroku:

- 1. krok:** Do mísy nalijeme vodu, přidáme med, sůl, přisypeme mouku a droždí.
- 2. krok:** Suroviny propracujeme do hladkého těsta, nesmí v něm zůstat žádné hrudky.
- 3. krok:** Připravené těsto si rozdělíme na menší části ze kterých vyválíme válečky široké asi **1 cm** a dlouhé přibližně **25 cm**.
- 4. krok:** Preclíky smotáme podle obrázku.
- 5. krok:** Smotané preclíky přendáme na pečicí papír překryjeme je utěrkou a necháme alespon půl hodiny nakynout.
- 6. krok:** Nakynuté preclíky potřeme vyšlehaným žloutkem a posypeme solí.
- 7. krok:** Připravené preclíky dáme do trouby vyhřáté na **200 stupňů** a pečeme do zlatova zhruba **15-20 minut**.





Kristýna Hruběšová
Bakalářská práce 2020
3. ročník
kniha a tvarování papíru

