



Tekvicové recepty

Provencálske rajčiny

Suroviny

500 g rajčín, 1 cuketa /baklažán/, 2 cibule, 1 strúčik cesnaku, 3 lyžice oleja, hrst posekanej bazalky, hrst petržlenovej vňate, vetvička estragonu, mleté korenie, soľ.

Postup

Cukinu / baklažán/ pokrájame na plátky, posolíme, necháme vypotiť. Rajčiny sparíme v horúcej vode a olúpame, zbavíme jadierok a pokrájame na kocky. Na oleji opražíme nadrobno nakrájanú cibuľku, pridáme rajčiny, roztláčeny cesnak, posekané vňate a podusíme asi 10 min. Potom pridáme osušené a nadrobno pokrúpané cukiny a zmes pomaly dusíme pod pokrievkou ďalších 20 min. Osoliť, okoreniť a ak je šťava, necháme ju vydusiť. Pred podávaním pridáme posekané oregano. Podávame teplé alebo studené s chlebom, alebo s opečeným pečivom.



Tekvicové recepty

Tekvicová pizza

Suroviny

Cesto na pizzu /250 g hladkej múky, 10 g droždia, vlažná voda, 3 lyžice oleja /

80 g taveného syra, 1 červená a 1 biela cibuľa, 50 g údenej slaniny, 40 g syr čedar, 300 g žltej tekvice.

Postup

Vypracujeme si hladké nelepivé cesto, rozťahujeme na vymastený plech.

Medzitým si opražíme nadrobno pokrúpanú slaninu, cibuľu na kolieska, pridáme oranžovú tekvicu pokrúpanú na menšie kocky a kráto orestujeme.

Cesto potrieme taveným syrom, naň uložíme slaninovo-tekvicovú zmes, ak treba posolíme, posypeme postrúhaným syrom a dáme zapieť do vyhriatej rúry.



Tekvicové recepty

Tekvicové rizoto s cícerom

Suroviny

250 g suchý cícer, 1 menšia oranžová tekvica, 400 g ryže / krúčky, kuskus/, 1 lyžica oleja, 1 lyžička mletej papriky, 1 lyžička mletej rasce, pol litra kuracieho vývaru, šťava z 1 citróna, soľ, slaný syr feta 200 gramov.

Postup

Deň vopred namočíme cícer, druhý deň v novej vode uvaríme do mäkka. Na oleji podusíme /2-3 min/ tekvicu pokrúpanú na kocky, okoreníme, pridáme cícer, ryžu, zalejeme vývarom tak aby boli všetky suroviny zakryté a dusíme do zmäknutia ryže.

Pred koncom primiešame kocky slaného syra a dodusíme. Posypeme čerstvými bylinkami alebo rukolou.



Tekvicové recepty

Slaný cukinový koláč

Suroviny

400 g cukety postrúhanej nahrubo, 150 g jemnej salámy na kocky, 150 g postrúhaného tvrdého syra, 1 dcl oleja, 200g hrubej múky, 1 prášok do pečiva, 3 celé vajcia, 1 cibuľa pokrúpaná najemno, 3-5 strúčikov cesnaku roztláčiť, vegeta, korenie opatrne, soľ.

Postup

Všetky prísady zmiešame, okrem bielkov, ktoré vyšľaháme a primiešame nakoniec.

Pečieme vo vymastenom pekáči pri 220 ° C asi 25 min.

Náš tip:

bude bohatší, keď pridáme 3-4 nastrúhané zemiaky.

Tekvicové recepty

Pavúčia torta

Suroviny

Oriešková hmota

175 g lieskových orieškov, 125 g piškót, 175 g masla, 200 g prírodného cukru, maslo na formy

Korpus

250 g očistenej tekvice, 3 vajcia, 175 g masla, 250 g krupicového cukru, 125 g bieleho jogurtu, 380 g polohrubej múky, 1 lyžica perníkového korenia

Náplň

500 ml smotany na šľahanie, 50 g krupicového cukru, 1 vanilkový cukor, 20 pistáciových orieškov

Postup

Lieskové oriešky a piškóty nastrúhame najemno. Premiešame s cukrom a rozpusteným maslom. Vzniknutú hmotu rozdelíme do 4 vymastených foriem s priemerom 24 cm a pritlačíme dnu.

Očistenú tekvicu nakrájame na malé kúsky a vo vode uvaríme domäkka asi 20 minút. Scedíme, necháme vychladnúť a rozmixujeme. Zmäknuté maslo vymiešame s cukrom na penu. Pridáme vajcia, jogurt, tekvicu a múku premiešanú s perníkovým korením. Cesto rozdelíme na 4 diely a rozotrieme na hnotu vo formách. Formy vložíme do rúry a pri 180°C pečieme asi 20 minút.

Smotanu vyšľaháme s krupicovým a vanilovým cukrom dotuha. Korpusy necháme vychladnúť. Vyklopíme a spojíme šľahačkou. Tortu ozdobíme zvyšnou šľahačkou a pistáciami.

Tekvicové recepty

Tekvicová torta (Pumpkin Mousse Cake)

2 P (poháre 2,7 l) omrvinky keksové, 6 PL mäkké maslo.
Zmiešať, natlačiť do formy a 10 minút zapieť na 180 °C.

1 1/2 tekvicové püré, 1/2 P šľahačková smotana 33%, 1/2 P cukor, 3 žltka, po 1/4 ČL škorica, zázvor, muškátový orech, soľ.

Všetko 10 minút hriať a miešať.

4 ČL želatíny rozpustiť v 1/4 P likéru (Cointreau, Grand Marnier) na vodnom kúpeli.

Pridať tekvicovú masu do želatíny a ochladiť.

Vyšľahať 3 bielka a 1/4 P cukru a zmiešať s tekvicovou masou a vyliat' na omrvinky.

Vychladiť 6 hodín, servírovať so šľahačkou.

Tekvicové recepty

Tekvicová torta (Pumpkin Pie)

Suroviny

500 g tekvicové pyré, 150g cukor + 1 vanilkový cukor, 2-3 celé vajcia, 1 kondenzované mlieko nesladené, alebo šľahačková smotana, 1 lyžica zázvor, 1 lyžica škorica, 1 lyžička muškátový oriešok, maslové cesto:

175 g hladká múka, 95 g maslo, 1 lyžica práškový cukor, 2 lyžice studená voda.

Postup

Tortovú formu vyložíme maslovým cestom.

Do tekvicového pyré zašľaháme všetky suroviny a vylejame na cesto.

Keď začne povrch hnednúť, vyskúšame v strede šparátkom.

Po vychladnutí podávame zo šľahačkou.

Tekvicové recepty

Sladký cukinový koláč

Suroviny

3 vajcia, 2 šálky cukru, 3 šálky polohrubej múky, 1 šálka oleja, 2 šálky nahrubo nastrúhanej cukety, 1 vanilkový cukor, 1 prášok do pečiva, pol šálky kokos.

Postup

Všetko zmiešať, do polovičky cesta sa dá škorica, do zvyšného kakao a striedavo sa porozlieva po plechu.

Vrch sa potrie lekvárom a posype strúhanou čokoládou.



Tekvicové recepty

Tekvicové polievky (žlté krémové)

Základná tekvicová anglická polievka

Suroviny

1 kg hokkaida, alebo inej oranžovo-dužinatej tekvice,
1 lyžica masla, 1 cibuľa, 500 ml vývaru / bujonu /,
sladká smotana, muškátový oriešok, zázvor, mleté
čierne korenie, soľ.

Cibuľu popražíme na masle, pridáme nakrájané
hokkaido /aj so šupkou/, zalejeme vývarom a
rozvaríme do mäkka. Tyčovým mixerom urobíme
krém, pridáme sladkú, alebo šlaháčkovú smotanu a
dochutíme strúhaným muškátovým orieškom,
strúhaným zázvorom a mletým čiernym korením.

Náš tip: Hustejší krém dostaneme, keď pridáme ku
tekvici mrkvu a zemiak.



Tekvicové recepty

Tekvicové polievky (žlté krémové)

James Olivierova

Do cibulového základu pridať mrkvu, stonkový zeler, cesnak.
Do taniera vložiť opečený sendvič s parmezánom a zaliať
tekvicovým krémom.

Tekvicový krém podľa „Itala v kuchyni“

Obielenú tekvicu pokrájať a opieť na panvici alebo v rúre.
Potom cibulový základ, bujon, syr ricotta, soľ, mleté korenie,
vetvička tymianu. Tekvicový krém posypať opraženými
kockami pečiva, opraženou slaninkou a opraženými hubami.

Jablkovo-tekvicová

K tekvici sa pridá pokrúpané jablko a 125 ml jablčnej šťavy

Indiánska

5 min. sa podusia pokrúpané paradajky, paprika, zemiak,
cibuľa. Zmes sa zaleje vývarom, pridá tekvica na kocky,
trochu cukru, vetvičku mäty. Variť 20 min., zahustiť sladkou
smotanou a prepasírovať. Dochutiť muškátovým orieškom.



Tekvicové recepty

Chlieb

s cukinou a jablkami

Suroviny

(na jednu chlebovú formu dlhú 30 cm)

300 g cukiny, 1 stredne veľké jablko, 300 g pšeničnej múky, 3 ČL
prášku do pečiva, 5 vajec, 0,1 l olivového oleja, 1 ČL soli, 150 g
čerstvo postrúhaného ementálu, 50 g olúpaných tekvicových
semienok, maslo na potretie formy

Postup

Rúru vyhrejeme na 200°C. Formu vymastíme maslom. Cukinu a
jablko opláchneme, osušíme a nahrubo postrúhame. Zmiešame
múku s práškom do pečiva, vajíčkami, olejom, soľou, syrom a
postrúhanou cukinou s jablkom a vymiesime husté cesto.
Napokon primiešame do cesta tekvicové semienka.

Formu naplníme cestom a pečieme ho 50 minút. Potom teplotu
rúry znížime na 180°C a chlieb dopekáme ďalších 20 minút.
Necháme ho vo forme vychladnúť, potom po obvode formy
uvoľníme nožom, aby sa nám dal ľahko vyklopiť.

Náš tip

Chlieb s cukinou a jablkom chutí najlepšie so šunkou,
rajčinovým šalátom a s vínom.



Tekvicové recepty

Zapekané cestoviny

s tekvicou

Suroviny

1kg tekvice, 500 g cestoviny, 100 g eidamu, 100 g
mozarely, 100 g parmezánu alebo iný tvrdý vyzretý
syr, bešamel / 2 dcl mlieko, 3 lyžice múky, 1 žltok,
maslo/, koreniny, bazalka.

Postup

Cuketu, alebo inú tekvicu najprv pokrúpanú
opeieme na tuku alebo na slanine, urobíme
bešamel a zamiešame ho do vychladnutých
cestovín pridáme tekvicu a dochutíme.

Pekáč vymastíme strúhankou, mozarellu nakrájame
na kocky, a spolu s nastrúhaným parmezánom
vmiešame do cestovinovo-tekvicovej hmoty. Povrch
posypeme postrúhaným eidamom a druhou časťou
parmezánu. Zapečieme do ružova.

Tekvicové recepty

Cestovinový šalát

Suroviny

500 g nastrúhanej žltu-dužinatej tekvice, 350 g cestovín, 200 g syra mascarpone, 40 g parmezánu, pažitka, bylinky, muškátový oriešok, pol šálky nasekaných orechov.

Postup

Tekvicu nastrúhame a opečieme na oleji s cesnakom. Cestoviny uvaríme „al dente“.

Syr rozmiešame a rozpustíme v malom množstve vriacej vody, všetko zmiešame, dochutíme. Podávame studené i teplé.

Poznámka

Al dente je italský termín, ktorý sa používa k označeniu cestovín, ktoré sú uvarené nie celkom do mäkka, ale už nie sú tvrdé.

Tekvicové recepty

Tekvicové gnocchi (šúlance)

Suroviny

500 g tekvicoveho pyrú, zmiešame s 500 g uvarených zemiakov, pridáme 150 g pšeničnej múky, 100 g hrubej celozrnej múky, 1 žltok, soľ.

Postup

Urobíme šúlance, uvaríme vo vode a posypeme s posýpkou sladkou, alebo slanou.

Indiánska polievka

Najskôr spolu 5 minút dusia paradajky, paprika, cibuľa, mäta, cukor, muškátový oriešok. Potom sa pridá tekvica nakrájaná na kocky a kurací vývar. Celé sa to varí 15 – 20 min. Zahustí sa sladkou smotanou s troškou múky a prepasíruje. Na ozdobu sa môže použiť koriander.

Tekvicové recepty

Tekvicové rizoto s cícerom

Suroviny

250 g suchý cícer, 1 menšia oranžová tekvica, 400 g ryže / krúčky, kuskus/, 1 lyžica oleja, 1 lyžička mletej papriky, 1 lyžička mletej rasce, pol litra kuracieho vývaru, šťava z 1 citróna, soľ, slaný syr feta 200 gramov.

Postup

Deň vopred namočíme cícer, druhý deň v novej vode uvaríme do mäkka. Na oleji podusíme 1/2-3 min/ tekvicu pokrújanú na kocky, okoreníme, pridáme cícer, ryžu, zalejeme vývarom tak aby boli všetky suroviny zakryté a dusíme do zmäknutia ryže.

Pred koncom primiešame kocky slaného syra a dodusíme. Posypeme čerstvými bylinkami alebo rukolou.

Tekvicové recepty

Placky

2 väčšie cukety, 4-5 zemiakov, 2 vajcia, 150 g tvrdý syr, hladká múka a strúhanka na zahustenie, cesnak, majorán, vegeta, mleté korenie, soľ.

2 kg tekvice, 2-3 cibule, 6 strúčikov cesnaku, 250 g ovsené vločky, 200 g jemná krupica, 3 lyžice hladkej múky, majorán.

Postup: Cibuľu najprv opražíme na tuku, pridáme posekaný cesnak a to pridáme do tekvicovej masy.

1 menšia tekvica, hrst' ovsených vločiek, lyžica obilných klíčkov, 2 lyžice sojovej múky, 3 vajcia, celozrnnú múku a strúhanku na zahustenie, cesnak, majorán, mleté čierne korenie.

600 g cukety, 240 g hladkej múky, 2 vajcia, 3 strúčiky cesnaku, majorán, soľ, korenie.

1 hokkaido, 2-3 lyžice hladkej múky, 2 vajcia, mleté korenie, muškátový orech, bylinková soľ, cesnak

Placky podávame so smotanovým / jogurtovým / dresingom

Náš tip :

Cukety a zemiaky treba dobre vyžmýkať od vody !!

Fašírky a karbonátky sú podobné recepty, môže sa pridať posekaná šunka lebo salám a obaliť v strúhanke.

Tekvicové recepty

Ďyňové pečené čaje

Gyňovo-hruškový s chilli a klinčekmi

1 diel gyne, 1 diel hrušiek, veľa klinčekov, primerane chilli papričky, primerane kryštálový cukor.

Gyňovo-slivkovo škoricový

1 diel gyne, 1 diel sliviek, 2 kúsky celej škorice, primerane kryštálový cukor.

Gyňovo-jablkovo jablkový s čerstvým zázvorom

1 diel gyne, 1 diel jablk, primerane čerstvý zázvor (tenké plátky), celý vanilkový struk, primerane kryštálový cukor.

Postup:

Suroviny nakrájame na malé kocky a dáme na hlboký plech, zasypeme cukrom. Pečieme v pootvorenej rúre na 180 °C. Šťavu necháme odpariť a dopekáme až keď cukor neskaramelizuje.

Tekvicové recepty

Tekvicové pagáčiky

Suroviny:

250 g polohrubej múky, 2 ČL kypriaceho prášku, 1/2 ČL soli, 40 g studeného masla, 250 g roztláčenej vychladnutej upečenej tekvice, 2 PL posekaných lístkov čerstvého estragónu (prípadne pažítky), 60 g čerstvo nastrúhaného parmezánu, 1 veľké vajce, 2 PL mlieka.

Postup:

1. Rúru vyhrejeme na 200 °C. Múku, kypriaci prášok a soľ preosejeme do misy, končekmi prstov rozmrvieme maslo s múkou, aby zmes pripomínala strúhanku.
2. Varechou umiešame zvyšné ingrediencie. Cesto vyklopíme na mierne pomúčenú dosku a zľahka miesime, kým nie je hladké.
3. Cesto vyvaľkáme na hrúbku 2 cm. Formičkou s priemerom 5 cm vykrajujeme koláčiky (pagáčiky).
4. Pagáčiky poukladáme na plech vyložený papierom na pečenie. Pečieme 18 - 20 minút.

Tekvicové recepty

Šošovicový šalát s tekvicou a so zázvorom

Suroviny

300 g žltej šošovice, soľ, 1 červená paprička čili, 300 g tekvicovej dužiny, 1 šalotka, 2 cm čerstvého zázvoru, 2 PL oleja, 80 ml zeleninového vývaru, 1 ČL kurkumy, 1 ČL korenia kari, štipka mletej rasce, 4 stonky koriandra, mleté čierne korenie, šťava z limety.

Postup

Šošovicu dáme do osolenej vriacej vody a varíme 15 až 20 minút. Čili umyjeme, pozdĺžne nakrájame, vyberieme jadierka a dužinu nasekáme nadrobno. Šalotku ošúpeme a nasekáme nadrobno. Zázvor olúpeme a najemno nastrúhame.

V hrnci zohrejeme olej, opečieme na ňom šalotku so zázvorom a s čili. Pridáme tekvicu, krátko opečieme, prilejeme vývar, ochutíme koreninami a pri miernej teplote varíme asi 10 minút.

Koriander umyjeme, lístky orasieme od vody, otrháme a nahrubo nasekáme. Šošovicu zlejeme, necháme odkvapkať a zmiešame spolu s tekvicou a koriandrom. Šalát ochutíme soľou, korením a limetovou šťavou.

Podávame vlažný.

Tekvicové recepty

Rizoto s tekvicou a fetou

Suroviny

1 menšia cibuľa alebo šalotka, 1 strúčik cesnaku, 300 g dužiny z mäsovej tekvice, 2 PL olivového oleja, 250 g ryže na rizoto, 200 ml suchého bieleho vína, 800 ml zeleninového vývaru, 30 g strúhaného parmezánu, 125 g syra feta, 2 PL nasekanej čerstvej mäty, soľ, mleté čierne korenie, citrónová šťava.

Postup

Cibuľu a cesnak olúpeme a nadrobno pokrájame. Tekvicu nakrájame na malé kúsky. V hrnci zohrejeme olej a opečieme na ňom cibuľu a cesnak dosklovita. Pridáme tekvicu a ryžu, krátko orestujeme a zalejeme vínom. Zmes pravidelne miešame a počkáme, kým ryža vstrebe víno. Potom pridáme trochu vývaru tak, aby tesne prekryl ryžu v hrnci. Opäť miešame, až kým sa tekutina nevstrebe a takto ďalej pridávame vývar, kým sa neminie a ryža aj tekvicu nie sú hotové. Rizoto nesmie byť suché, ale krémové (vďaka škrobu v ryži a postupne pridávanej tekutine).

Na záver pridáme parmezán, rozdrobený syr feta, mäta, trošku citrónovej šťavy, soli a korenia.



Tekvicové recepty

Fašírka z cukiny

Očistenej 1/2 kg cukiny, 1 mrkvu a 10 dg syra nahrubo nastrúhame do misky . Pridáme 10 dg mäkkej salámy na kocky a najemno postrúhanú cibuľu. Zmes dochutíme soľou, čiernym mletým korením, Majoránom, cesnakom a rascou, primiešame 2 žltky a 15 dg krupice. Zmes vymiešame, aby sa spojila a primiešame sneh z 2 bielkov. Zmes pečieme vo vymastenej a vysypanej forme cca 60 minút pri 180 °C. Podávame so zeleninovým šalátom.

Tekvicová čalamáda

3 kg tekvice nastrúhame ,1 1/2 kg papriky a 1/2 kg cibule , feferónky zmiešame v mise. Zalejeme to rozvareným a precedeným nálevom, ktorý si urobíme z 1/2 l vody, 1/2 l octu, 1/2 l kryšt. cukru, 1 ks deko.

Necháme stáť 1/2 hod. Dáme do pohárov a sterilizujeme 5 min.



Tekvicové recepty

Fašírka z cukiny

Očistenej 1/2 kg cukiny, 1 mrkvu a 10 dg syra nahrubo nastrúhame do misky . Pridáme 10 dg mäkkej salámy na kocky a najemno postrúhanú cibuľu. Zmes dochutíme soľou, čiernym mletým korením, Majoránom, cesnakom a rascou, primiešame 2 žltky a 15 dg krupice. Zmes vymiešame, aby sa spojila a primiešame sneh z 2 bielkov. Zmes pečieme vo vymastenej a vysypanej forme cca 60 minút pri 180 °C. Podávame so zeleninovým šalátom.

Tekvicová čalamáda

3 kg tekvice nastrúhame ,1 1/2 kg papriky a 1/2 kg cibule , feferónky zmiešame v mise. Zalejeme to rozvareným a precedeným nálevom, ktorý si urobíme z 1/2 l vody, 1/2 l octu, 1/2 l kryšt. cukru, 1 ks deko.

Necháme stáť 1/2 hod. Dáme do pohárov a sterilizujeme 5 min.



Tekvicové recepty

Tekvicový kompót

2 kg očistenej a posekanej tekvice dáme do misky a zalejeme nálevom z octu a vody v pomere 0,5:1 a necháme marinovať 24 hodín.

Potom scedíme .

Zvlášť v hrnci zvaríme 2 l vody s 1 kg cukru, celú škoricu, citrón a šťavu z pomarančov.

Po rozvarení vsypeme do hrnca marinovanú tekvicu.

Varíme, kým tekvica nezosklovatíe.

Hneď ju naplníme do pohárov a zalejeme šťavou , v ktorej sa varila.

Sterilizujeme pri 80 °C cca 10 min.



Tekvicové recepty

Tekvicový kompót

2 kg očistenej a posekanej tekvice dáme do misky a zalejeme nálevom z octu a vody v pomere 0,5:1 a necháme marinovať 24 hodín.

Potom scedíme .

Zvlášť v hrnci zvaríme 2 l vody s 1 kg cukru, celú škoricu, citrón a šťavu z pomarančov.

Po rozvarení vsypeme do hrnca marinovanú tekvicu.

Varíme, kým tekvica nezosklovatíe.

Hneď ju naplníme do pohárov a zalejeme šťavou , v ktorej sa varila.

Sterilizujeme pri 80 °C cca 10 min.