



# REGIONÁLNE ŠPECIALITY SLOVENSKEJ A ČESKEJ KUCHYNE



Unilever  
Food  
Solutions



# ÚVOD

Práve držíte v rukách brožúru, ktorá by mala byť predovšetkým skôr inšpiráciou, než obyčajným návodom.

Inšpiráciou na to, aby ste znovu objavili niektoré neprávom zabudnuté regionálne suroviny a pokrmy, odpradáva späť s miestami, na ktoré sa tu zameriame.

Ako ďalej pri čítaní zistíte, zameriavame sa na mikroregióny a hľadáme predovšetkým autenticnosť pokrmov. Práve v mikroregiónoch nájdeme tie najväčšie poklady národných kuchýň.

Mohli by sme popísať viac strán, než má táto brožúra, také veľké kulinárske bohatstvo tieto miesta ponúkajú. Chceli by sme vás však predovšetkým inšpirovať k návratu ku koreňom s maximálnym využitím lokálnych surovín a ich spracovaním.

## OBSAH

|                                                                       |       |
|-----------------------------------------------------------------------|-------|
| <b>SUROVINY</b> - Využívanie lokálnych surovín pri varení             | 3     |
| <b>BUJÓNY, VÝVARY</b> - Využitie v profi kuchyni                      | 3     |
| <b>REGIÓN</b> Y v Čechách, na Morave a Slovensku                      | 4–5   |
| Konfitované kačacie <b>STEHNÁ</b> so zemiakovými guľkami              | 6–7   |
| Hubové <b>RAGÚ</b> s bylinkovo-maslovými haluškami                    | 8–9   |
| <b>TEKVICA</b> s bravčovým mäsom a pošírovaným vajčkom                | 10–11 |
| Šarišská <b>MÁČANKA</b>                                               | 12–13 |
| Bravčová <b>PANENKA</b> plnená klobásovou zmesou so zemiakmi na kyslo | 14–15 |
| Hanácka <b>POLIEVKA</b>                                               | 16–17 |
| Údený bravčový <b>JAZYK</b> s chrenovou omáčkou                       | 18–19 |
| Volyňský <b>GULÁŠ</b>                                                 | 20–21 |
| Dusené jahňacie <b>KOLIENKO</b>                                       | 22–23 |
| Sliezsky <b>BIGOS</b>                                                 | 24–25 |
| <b>KUCHÁRSKY TÍM UFS</b>                                              | 26    |
| <b>PRODUKTY</b>                                                       | 27    |



# SUROVINY

## VYUŽÍVANIE LOKÁLNYCH SUROVÍN PRI VARENÍ

Nie všetky trendy hodno nasledovať, ale využívanie lokálnych surovín s ohľadom na sezónnosť surovín sa v gastronómii pomaly udomácňuje, a to z mnohých dôvodov.

Využívaním lokálnych a sezónnych surovín nielenže po sebe zanecháme minimálnu ekologickú stopu, ale ponúkame aj kvalitné a výživné jedlo. Práve v sezóne môžeme zo suroviny dostať to najlepšie, čo môže ponúknuť, či už hovoríme o chuti, výživovej hodnote alebo finálnom výnose zo suroviny, ktorá by skladovaním inak stratila na svojom objeme či chuti. Zo všetkých pohľadov je teda tento prístup šetrný a pre prevádzky ekonomický.

Sezónne suroviny od lokálnych producentov dodajú jedlám na originalite a čo je najdôležitejšie, tak aj na chuti. Vďaka nim je možné ušetriť aj čas strávený v kuchyni, pretože si vyžadujú ľahkú úpravu a šetrné dochutenie.

Stabilná podpora lokálnych producentov môže do budúcnosti znamenať rozšírenie ich ponuky a tým aj rozmanitejšiu ponuku surovín pre prevádzky.



## BUJÓNY, VÝVARY

### VYUŽITIE V PROFI KUCHYNI

Bujón má, a to bez výnimky, v každej kuchyni svoje nezastupiteľné miesto. Vývar je základným kameňom mnohých pokrmov, a preto je potrebné dať si pri jeho príprave alebo jeho výbere záležať. Správny pomer kvalitných a čerstvých surovín a veľa trpezlivosti dá základ čírej a intenzívne voňajúcej tekutine, ktorá pretlačí chuť do výsledného pokrmu a pozdvihne ho o triedu vyššie.

Ak budete mať v kuchyni kvalitný bujón, vývar vždy k dispozícii, bude jednoduché vytvoriť lahodné omáčky, polievky, štávy, krémové rizoto alebo dochutiť kuskus či quinou.

Do vývaru patria len tie najkvalitnejšie suroviny, a pretože nám trh neponúka celoročne suroviny v optimálnom stave, nebojte sa siahnuť po bujónoch Knorr. Vybrať si môžete od kuracieho po rybací bujón. Všetky sú pripravené z kvalitných ingrediencií, majú príjemnú chuť aj arómu a navyše sú bez pridaných umelých farbív.

Vďaka ušetrenému času potom môžete dať vývaru svoju originálnu podobu. Použite napríklad čerstvé bylinky alebo sušené huby. Bude zakaždým iný, ale vždy skvelý.





# REGIÓNY

## NA SLOVENSKU, V ČECHÁCH A NA MORAVE



### 1 región Malé Karpaty

Ak milujete víno, ste na správnom mieste. Malokarpatská vínna cesta, ktorá vedie cez bývalé slovenské kráľovské mestá, ponúka nespočetne veľa vínnych špecialít. Pretrváva tu však aj tradičná gastronómia a bez ochutnania tradičnej husi alebo špecialít z nej by bola návšteva regiónu polovičná. Skvele ju doplnia tradičné lokše. Husacími lokšami je preslávený najmä Slovenský Grob. Ochutnať ich môžete však aj na sladko, a to tradične so slivkovým lekvárom a bohato posypané makom.

### 2 región Liptov

Práve odtiaľ pochádza tradičné národné slovenské jedlo – halušky. Jedlo, ktoré pohladí dušu a je dôkazom toho, že menej je niekedy viac. Tradične sa podávajú so syrom bryndza posypané slaninou a prípadne pažitkou, ale môžete nájsť aj varianty sladké so slivkovým lekvárom a makom. Pridaním zemiakov do cesta zas vzniknú strapačky, ktoré si najlepšie rozumejú s kyslou kapustou a praženou slaninou. Všetky tieto skvosty najlepšie doplní žinčica, ktorá vzniká ako vedľajší produkt práve pri výrobe bryndze.

### 3 región Záhorie

Dáte si tu výborné a hutné polievky, bez ktorých si Slováci nevedia predstaviť obed. Asi najtradičnejšia je fazuľová polievka, ktorá by výdatne nahradila aj hlavný chod. Záhorie je tiež domovom Skalického trdelníka, ktorý má aj registrovanú známku EÚ „chránené zemepisné označenie“. Za vyskúšanie určite stoja aj záhorácke kapustníky. Netradičná kombinácia kysnutého cesta a náplne z kapusty, cukru a škoric je síce odvážna, ale veľmi dobrá.

### 4 región Šariš

V Šarišskom regióne žije významná menšina Rusínov a také stretnutie je pre gastronómiu vždy prínosom. Určite by ste mali vyskúšať máčanku, výdatnú polievku na spôsob kapustovej polievky, ktorá svoje meno dostala podľa spôsobu, akým sa je. Z chleba sa odlamujú väčšie kúsky a namáčajú sa do taniera. Ideálnym jedlom na deň sa s rodinou či priateľmi je slaný gugel, obdoba zemiakových platiek, ale takmer bez práce. Výborné sú taktiež holubky – kapustové listy plnené zmesou z mletého bravčového mäsa a ryže.

### 5 región Orava

Ak milujete syry, tak práve tu nájdete tie najlepšie korbáčiky na Slovensku. Rovnako ako v Liptovskom regióne tu ochutnáte čerstvú bryndzu, žinčicu a ďalšie lahôdky z ovčieho mlieka. Slaninou tu v jedlách nešetria. Ved' práve odtiaľ pochádza oravská slanina. Pôda tu obzvlášť praje pestovaniu zemiakov, a tak sa miestni poľnohospodári pustili do pestovania menej známych, ale o to lahodnejších topinamburov, takže vás zemiakové lahôdky budú čakať na každom kroku.

### 6 región Haná

Prívetivý kraj, pohostinní ľudia a vybrané lahôdky, ktoré si našli miesto v jedálnych lístkoch v celej Českej republike. Kuchyňa založená na poctivých surovinách a práci miestnych obyvateľov. Nenadarmo sú na svoj kraj hrdí, rovnako ako na pravý český klenot – olomoucké tvarôžky, známe tiež ako syrčeky alebo kvargle. Ak by azda niekomu nevoňali, stačí ich obaliť v klasickom trojobale a obstoja aj v súboji s vyprážaným syrom.

### 7 región Južné Čechy

Pre juhočeskú kuchyňu nie je azda nič typickejšie než Třeboňský kapor. Jeho mäso sa vyznačuje vysokou kvalitou, nízkym obsahom tuku a typickou chuťou. Za zmienku však stoja aj ďalšie juhočeské ryby – úhor, sumec, zubáč alebo pstruh. A ak by ste siahli po niečom hutnejšom, vyskúšajte juhočeskú kulajdu. Namiesto dezertu potom siahnite po Juhočeskej nive, ktorá má ochranné označenie Európskej únie, pretože práve tu je jej domov.

### 8 región Valašsko

S trochou zveličenia by sa dalo povedať, že tradičná valašská kuchyňa by nezapadla ani v trendoch dnešnej vyvázenej stravy. Minimum mäsa, ale zato veľa kvalitných obilnín, pohánky, strukovín, zemiakov a kapusty. Z tradičných pokrmov nie je možné nespomenúť valašskú kyselicu alebo strapačky s kapustou, ktoré síce majú pôvod na Slovensku, ale často sa podávajú aj na Valašsku. Ochutnáte tu určite aj slivky, a to v mnohých podobách od valašských frgálov, výbornej slivkovej omáčky k pečenému mäsu, až po jemnú slivovicu.

### 9 región Sliezsko

Už svojou zemepisnou polohou je Sliezsko predurčené na nevšedné gastronomické výlety. Ochutnáte tu tak tradičnú sliezsku kuchyňu, ako aj kuchyňu, ktorú významne ovplyvnili poľskí susedia. Určite vyskúšajte bigos (niekedy známy aj pod slovom bigos). Mäso troch druhov s dvojakým druhom kapusty a sušenými hribsmi zasýti aj tých najväčších jedákov. Za zmienku určite stojí aj sliezka kačica zabalená do kapustového listu, v ktorom sa aj pečie. K nej sa výborne hodí napríklad cibulová kapusta a kluski.





# KONFITOVANÉ KAČACIE STEHNÁ SO ZEMIAKOVÝMI GUĽKAMI

## SUROVINY na 10 porcií:

|                                           |        |
|-------------------------------------------|--------|
| • kačacie stehná                          | 10 ks  |
| • Knorr Professional Essence Kurací bujón | 100 ml |
| • Knorr Farebné korenie drvené            | 5 g    |
| • strúčiky cesnaku                        | 12 ks  |
| • čerstvá šalvia                          | 10 g   |
| • kačacia masť                            | 1000 g |

## ŠŤAVA

|                      |         |
|----------------------|---------|
| • Knorr Šťava k mäsu | 100 g   |
| • cukor              | 100 g   |
| • pomarančový džús   | 300 ml  |
| • citrón             | 2 ks    |
| • voda               | 1000 ml |

## ZEMIAKOVÉ GUĽKY

|                                  |         |
|----------------------------------|---------|
| • Knorr Zemiaková kaša s mliekom | 400 g   |
| • voda                           | 2000 ml |
| • hladká múka                    | 250 g   |
| • maslo                          | 150 g   |



región **Malé Karpaty**

## PRÍPRAVA:

### Kačacie stehná

Kačacie stehná umyjeme, osušíme a očistíme. Vložíme do zapiekacej misy, pridáme koncentrovaný kurací fond, okoreníme, pridáme 6 celých strúčikov cesnaku, ktoré jemne rozpučíme, lístky šalvie a necháme v chladničke marinovať 30 minút. Potom zalejeme roztopenou kačacou masťou tak, aby boli stehná úplne ponorené. Pečieme pri teplote 130 °C približne 3 hodiny. Na posledných 30 minút zvýšime teplotu na 200 °C.

### Šťava

Cukor necháme rozpustiť na miernom ohni, zalejeme vodou, prevaríme, pridáme Šťavu k pečenému mäsu a opäť prevaríme. Potom do šťavy pridáme pomarančový džús a citrónovú kôru. Na miernom ohni varíme približne 10 minút. Na záver pridáme maslo na zjemnenie.

### Zemiakové guľky

Zemiakovú kašu pripravíme podľa návodu bežným spôsobom. Do horúcej zemiakovej kaše pridáme hladkú múku, zamiešame a necháme zakryté pokrievkou cca 15 – 20 minút, aby sa múka sparila. Zo zemiakového cesta tvoríme rukami guľôčky, ktoré následne potrieme olejom. Guľôčky dáme do misy a prelejeme ich spráženým maslom. Konfitované kačacie stehná podávame so zemiakovými guľkami preliate šťavou. Môžeme doplniť napríklad pečeným karamelizovaným jablkom, smaženou cibuľkou alebo pórom.

**Knorr Šťava k mäsu**  
3,5 kg





# HUBOVÉ RAGÚ

## S BYLINKOVO-MASLOVÝMI HALUŠKAMI

### SUROVINY na 10 porcií:

|                                                     |             |
|-----------------------------------------------------|-------------|
| • zmes čerstvých húb                                | 1500 g      |
| • šalotka                                           | 100 g       |
| • Knorr Hubový bujón                                | 10 g        |
| • Rama Professional Crémefine Profi 31% Na šľahanie | 300 ml      |
| • biele víno                                        | 100 ml      |
| • strúčiky cesnaku                                  | 2 ks        |
| • olej                                              | 100 ml      |
| • Knorr Delikát                                     | 10 g        |
| • Knorr Farebné korenie drvené                      | 5 g         |
| • čerstvá petržlenová vňať                          | 50 g        |
| • soľ                                               | podľa chuti |

### BYLINKOVO-MASLOVÉ HALUŠKY

|                                   |             |
|-----------------------------------|-------------|
| • hladká múka                     | 1000 g      |
| • vajcia                          | 4 ks        |
| • maslo (rozpustené)              | 100 g       |
| • minerálna voda                  | 400 ml      |
| • Knorr Primerba Záhradné bylinky | 60 g        |
| • soľ                             | podľa chuti |



región **Liptov**

### PRÍPRAVA:

#### Hubové ragú

Zmes čerstvých húb nakrájame na väčšie kúsky a na oleji ich sprudka orestujeme.

Pridáme nasekanú šalotku a cesnak, podlejeme bielym vínom a necháme chvíľu povariť, až sa víno vyparí a spoja sa všetky chute a vône s ostatnými ingredienciami.

Pridáme hubový bujón, dochutíme korením a ešte raz prevaríme. Nakoniec do pokrmu pridáme smotanu na šľahanie a čerstvo nasekanú petržlenovú vňať.

#### Bylinkovo-maslové halušky

Zmiešame všetky suroviny a necháme postáť aspoň pol hodiny. Cesto pretláčame cez „haluškové“ sito do osolenej vriacej vody. Povaríme cca 5 minút.

**Tip:** Uvarené halušky môžeme ešte premastiť spráženým maslom.

**Knorr Delikát**  
5 kg







# TEKVICA S BRAVČOVÝM MÄSOM A POŠÍROVANÝM VAJÍČKOM

## SUROVINY na 10 porcií:

|                                       |               |
|---------------------------------------|---------------|
| • tekvica (napr. Hokkaido)            | 1000 g        |
| • cibuľa                              | 100 g         |
| • strúčiky cesnaku                    | 5 ks          |
| • stopkový zeler                      | 150 g         |
| • chilli paprička                     | 1 ks          |
| • <b>Knorr Primerba Tymián</b>        | 10 g          |
| • biely vínny ocot                    | 200 ml        |
| • <b>Knorr Tomato Pronto</b>          | 600 g         |
| • bravčové karé bez kostí, v celku    | 1000 g        |
| • <b>Knorr Farebné korenie drvené</b> | 4 g           |
| • čerstvá šalvia                      | 10 g          |
| • plátková slanina                    | 150 g         |
| • maslo                               | 50 g          |
| • vajcia                              | 10 ks         |
| • ocot                                | podľa potreby |
| • čerstvá rukola                      | na dozdobenie |
| • olej                                | podľa potreby |
| • cukor                               | podľa chuti   |
| • sol'                                | podľa potreby |



región **Záhorie**

## PRÍPRAVA:

### Dusená tekvica

Očistenú a umytú tekvicu nakrájame na menšie kocky. Cibuľu, cesnak a stopkový zeler nasekáme nadrobno a orestujeme na rozohriatej panvici s olejom. Po chvíli pridáme nadrobno nakrájanú chilli papričku, ktorú sme zbavili semienok a nakrájanú tekvicu. Ak je potrebné, prilejeme trochu oleja. Ochutíme soľou a Primerbou tymian. Restujeme približne 10 – 15 minút. Potom pridáme štipku cukru. Keď sa cukor začne rozpúšťať, pridáme pár kvapiek vínneho octu a počkáme, kým sa odparí. Potom pridáme konzervované nasekané paradajky, premiešame a dusíme ďalej ešte 10 minút.

### Restované bravčové mäso

Umyté a osušené bravčové karé očistíme. Nakrájame ho na plátky hrubé približne 2 cm a naklepeme. Osolíme, okoreníme, pokvapkáme olejom a posypeme nahrubo natrhanými lístkami šalvie. Mäso opekáme na rozpálenej grilovacej panvici. Keď sú plátky mäsa z jednej strany opečené do zlatohneda, otočíme ich a na panvicu pridáme plátky slaniny. Do chrumkava pečené plátky slaniny položíme na opečené mäso. Pridáme maslo a počkáme, kým sa rozpustí. Stiahneme z ohňa a necháme odpočívať.

### Pošírované vajíčko

V hrnci necháme zovrieť vodu a ocot. Vodu na hranici varu zamiešame lyžicou tak, aby sme vytvorili jemný vír, do ktorého vyklepneme vajíčko. Varíme do mäkkosti asi 2 – 3 minúty.

### Servírovanie

Na tanier dáme porciu dusenej tekvice a na ňu plátek karé s chrumkavým plátkom slaniny. Pokvapkáme výpekcom, olejom a dozdobíme lístkami rukoly. Navrch naservírujeme pošírované vajíčko, ktoré narežeme nožom. Zľahka osolíme a okoreníme.

**Knorr Tomato pronto**  
2 kg





# ŠARIŠSKÁ MÁČANKA



región **Šariš**

## SUROVINY na 10 porcií:

|                                                           |               |
|-----------------------------------------------------------|---------------|
| • slanina                                                 | 150 g         |
| • cibuľa                                                  | 150 g         |
| • bravčová masť                                           | 100 g         |
| • šťava z kyslej kapusty                                  | 200 ml        |
| • kyslá kapusta                                           | 300 g         |
| • bobkový list                                            | 3–4 ks        |
| • celé nové korenie                                       | 5 ks          |
| • <b>Knorr Hubový bujón</b>                               | 20 g          |
| • voda                                                    | 1500 ml       |
| • strúčiky cesnaku                                        | 5 ks          |
| • sušené hriby                                            | 150 g         |
| • mrazené alebo čerstvé hriby                             | 400 g         |
| • <b>Rama Professional Crémefine Profi 15% na varenie</b> | 250 ml        |
| • olej                                                    | 100 ml        |
| • maslo                                                   | 70 g          |
| • <b>Knorr Červená mletá paprika</b>                      | 15 g          |
| • <b>Knorr Svetlá zápražka</b>                            | podľa potreby |

## PRÍPRAVA:

Slaninu a cibuľu si nakrájame na malé kocky a opražíme do zlatista na bravčovej masť.

Opraženú slaninu a cibuľu zalejeme kapustovou šťavou a hubovým bujónom, potom pridáme na jemno nasekanú kyslú kapustu, bobkový list, nové korenie, pretlačený cesnak, farebné drvené korenie, hriby (sušené hriby si pred varením namočíme do vlažnej vody). Varíme 40 minút.

Na zahustenie použijeme svetlú zápražku a ešte povaríme 10 minút. Nakoniec máčanku zjemníme smotanou, krátko povaríme a podľa potreby dochutíme.

Nakrájanú cibuľu opražíme na oleji, pridáme kúsok masla a červenú mletú papriku, odstavíme z plameňa, aby nám paprika nezhorkla. Takto pripravenú cibuľu prelievame alebo položíme na povrch máčanky.

Podávame s domácim zemiakovým chlebom, ktorý sa namáča do máčanky.

**Tip:** Ak máte radi mäso, môžete pridať počas varenia máčanky údené mäso nakrájané na kocky.

**Knorr Hubový bujón**  
8 kg







# BRAVČOVÁ PANENKA

## PLNENÁ KLOBÁSOVOU ZMESOU SO ZEMIAKMI NA KYSLO

### SUROVINY na 10 porcií:

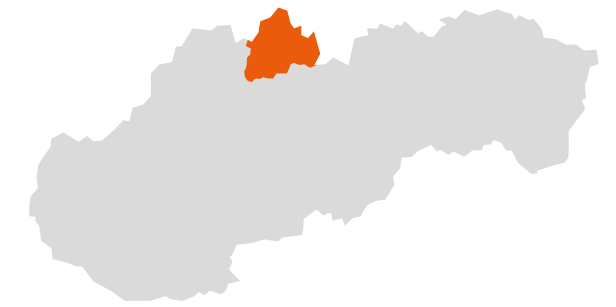
- bravčová panenka 1000 g
- Knorr Professional koreniaci prípravok na bravčové 30 g
- olej 50 ml
- Knorr Hovädzí bujón 20 g

### KLOBÁSOVÁ ZMES

- bravčové mäso pomleté 800 g
- strúčiky cesnaku 3 ks
- voda 100 ml
- Knorr Paprika sladká mletá podľa chuti
- drvená rasca podľa chuti
- Knorr Farebné drvené korenie podľa chuti
- sol' podľa chuti

### ZEMIAKY NA KYSLO

- zemiaky 1000 g
- cibuľa 100 g
- Knorr Zeleninový bujón 20 g
- bobkový list 3 ks
- celé čierne korenie 5 ks
- nové korenie 4 ks
- drvená rasca 5 g
- Knorr Svetlá zápražka 150 g
- Rama Professional Crémefine Profi 31% Na šľahanie 350 ml
- ocot 40 ml
- olej podľa potreby
- cukor podľa chuti
- sol' podľa chuti



región **Orava**

### PRÍPRAVA:

#### Mäso

Bravčovú panenku opatrne v strede rozrežeme veľkým nožom, aby vznikol tunel. Z mletého mäsa, cesnaku, korenín a vody pripravíme klobásovú zmes, ktorou z oboch strán plníme panenku. Naplnenú panenku po povrchu okoreníme zmesou na bravčové mäso, dáme do vymastenej nádoby a podlejeme hovädzím bujónom. Prikryjeme alobalom a pečieme pri teplote 180 °C 40 – 60 minút. Každých 20 minút odkryjeme a skontrolujeme, či netreba mäso podliať bujónom.

#### Zemiaky na kyslo

Zemiaky očistíme, umyjeme a nakrájame na kocky. Cibuľu nakrájame a opražíme na oleji do zlatista. Pridáme zemiaky, bobkový list, rasca, čierne korenie, nové korenie, opražíme a zelejeme zeleninovým bujónom po okraj zemiakov. Varíme do mäkkka. Keď sú zemiaky uvarené, pridáme zápražku, smotanu a za stáleho miešania prevaríme. Nakoniec dochutíme octom, cukrom, prípadne ešte dosolíme.

#### Servírovanie

Na tanier dáme porciu zemiakov, na ktoré ukladáme nakrájanú upečenú bravčovú panenku.

**Tip:** Zemiaky na kyslo môžeme podávať s uvarným vajčkom, volským okom alebo opečeným špekáčikom.

**Knorr Hovädzí bujón**  
7 kg





# HANÁCKA POLIEVKA



región **Haná**

## SUROVINY na 10 porcií:

|                                 |         |
|---------------------------------|---------|
| • maslo                         | 100 g   |
| • droždie                       | 100 g   |
| • cibuľa žltá                   | 100 g   |
| • múka hladká                   | 180 g   |
| • voda                          | 2700 ml |
| • <b>Knorr Zeleninový bujón</b> | 50 g    |
| • pór                           | 240 g   |
| • čierne korenie mleté          | 1 g     |
| • pažitka                       | 10 g    |
| • zemiľa                        | 150 g   |
| • masť                          | 100 g   |

## PRÍPRAVA:

Na masle speníme nadrobno nakrájanú cibuľu, pridáme droždie a miešame na miernom ohni, kým sa nerozpustí. Potom pridáme hladkú múku a všetko zalejeme vývarom pripraveným z bujónovej zmesi a vody. Rozšľaháme a varíme.

Umytý očistený pór nakrájame na kolieska a dáme variť do polievky. Polievku dochutíme čiernym korením a doplníme o nakrájanú pažitku. Pri podávaní vkladáme do polievky na kocky nakrájanú a na masť opečenú zemiľu.

Polievku alebo časť póru môžeme rozmixovať tyčovým mixérom.

**Knorr Zeleninový bujón**  
0,9 kg







# ÚDENÝ BRAVČOVÝ JAZYK S CHRENOVOU OMÁČKOU



región **Haná**

## SUROVINY na 10 porcií:

|                                                               |               |
|---------------------------------------------------------------|---------------|
| • údený bravčový jazyk<br>(bez podjazyčia)                    | 1500 g (5 ks) |
| • bobkový list                                                | 1 g           |
| • nové korenie                                                | 1 g           |
| • celé čierne korenie                                         | 1 g           |
| • vývar z varených jazykov                                    | 1500 ml       |
| • <b>Knorr Professional Essence<br/>Hovädzí bujón</b>         | 30 g          |
| • <b>Rama Professional Crémefine Profi<br/>15% na varenie</b> | 500 ml        |
| • cukor                                                       | 40 g          |
| • chren                                                       | 250 g         |
| • hladká múka                                                 | 100 g         |
| • maslo                                                       | 150 g         |
| • voda                                                        | podľa potreby |

## PRÍPRAVA:

Údený jazyk uvaríme s bobkovým listom, novým korením a čiernym korením (cca 90 minút). Uvarený jazyk vložíme do ľadovej vody a po schladení stiahneme kožu, potom uložíme do tepla nad paru.

Z masla, hladkej múky a vývaru z uvareného jazyka pripravíme omáčku velouté, pridáme hovädzí fond, smotanu, nastrúhaný chren a cukor.

Omáčku necháme chvíľu povariť a potom podávame s jazykom nakrájaným na plátky a ako príloha sa hodia knedlíčky. Ak je chren príliš ostrý, je vhodné vopred ho sparit vriacou vodou.

**Knorr Professional Essence**  
**Hovädzí bujón 1l**





# VOLYŇSKÝ GULÁŠ



región **Južné Čechy**

## SUROVINY na 10 porcií:

|                                                       |               |
|-------------------------------------------------------|---------------|
| • hovädzie mäso predné bez kosti                      | 1200 g        |
| • masť                                                | 120 g         |
| • cibuľa žltá                                         | 400 g         |
| • rasca celá                                          | 2 g           |
| • Knorr Paprika mletá sladká                          | 30 g          |
| • Knorr Čierne korenie mleté                          | 1 g           |
| • soľ                                                 | 20 g          |
| • voda                                                | 800 ml        |
| • Knorr Professional Hovädzia redukcia                | 80 g          |
| • cesnak                                              | 10 g          |
| • Knorr Majorán                                       | 1 g           |
| • Grilované papriky<br>(žltá, červená, zelená)        | 150 g         |
| • Knorr Polparicca di Pomodoro -<br>Krájané paradajky | 150 g         |
| • kyslé nakladané uhorky                              | 150 g         |
| • zemiaky varené                                      | 500 g         |
| • Knorr Tmavá zápražka                                | podľa potreby |

## PRÍPRAVA:

Mäso nakrájame na kocky. Nadrobno pokrájajú cibuľu speníme na masť s rascou, vložíme osolené a okorenené mäso a za stáleho miešania ho opražíme. Potom pridáme mletú papriku, krátko opäť opražíme a zalejeme vodou. Zvolňa dusíme do mäkka.

Ku koncu pridáme hovädziu redukciu, dobre rozmiešame, ochutíme rozotretým cesnakom a podrveným majoránom. Hustotu môžeme upraviť pomocou zápražky. Ku koncu do guláša pridáme nakrájané uhorky, grilované papriky, paradajky a varené zemiaky. Najčastejšie podávame s chlebom.

**Knorr Polparicca  
di pomodoro** 2,55 kg





# DUSENÉ JAHŇACIE KOLIENKO



región **Valašsko**

## SUROVINY na 10 porcií:

|                                                             |                |
|-------------------------------------------------------------|----------------|
| • jahňacie kolienka                                         | 2500 g (10 ks) |
| • <b>Rama Culinesse Profi</b>                               | 150 ml         |
| • hladká múka (na poprášenie)                               | 30 g           |
| • <b>Knorr Professional koreniaci prípravok na hovädzie</b> | 20 g           |
| • cesnak                                                    | 80 g           |
| • borievky                                                  | 2 g            |
| • bobkový list                                              | 1 g            |
| • cibuľa červená                                            | 150 g          |
| • <b>Knorr Paradajkový pretlak</b>                          | 100 g          |
| • čierne pivo                                               | 1000 ml        |
| • med                                                       | 200 g          |
| • <b>Knorr Demi Glace</b>                                   | 90 g           |
| • čerstvý tymián                                            | 5 g            |
| • čerstvý rozmarín                                          | 5 g            |
| • voda                                                      | 1000 ml        |

## PRÍPRAVA:

Konvektomat predhrejeme na teplotu 150 °C. Jahňacie kolienka okoreníme, poprášime múkou a sprudka opečieme na tuku zo všetkých strán.

Mäso vyberieme, vo výpeku zvolňa orestujeme na-krájanú cibuľu, potom pridáme paradajkový pretlak na zvýraznenie farby, opäť chvíľu restujeme. Následne všetko zalejeme pivom, pridáme podrvené borievky, cesnak, tymián, pokrčené bobkové listy a rozmarín.

Privedieme do varu a do zmesi vložíme opečené kolienka, pridáme časť omáčky demi glace a priklopené dusíme pozvoľna do mäkká (cca 2 – 3 hodiny).

Mäkké mäso vyberieme (uchováme horúce), zahustíme šťavu zvyšným demi glace a dochutíme medom. Šťavu precedíme na teplé jahňacie kolienka. Vhodnou prílohou môže byť zemiaková kaša, nastavovaná kaša alebo dobrý chlieb.

**Knorr Demi Glace**  
1,1kg





# SLIEZSKY BIGOS



región **Sliezsko**

## SUROVINY na 10 porcií:

|                                        |               |
|----------------------------------------|---------------|
| • bravčové pliecko bez kosti           | 1000 g        |
| • údený bôčik                          | 1000 g        |
| • údená klobása                        | 300 g         |
| • kyslá kapusta                        | 1000 g        |
| • hlávková kapusta                     | 1000 g        |
| • masť                                 | 100 g         |
| • cibuľa žltá                          | 200 g         |
| • bobkový list                         | 1 g           |
| • Knorr Majorán                        | 2 g           |
| • Knorr Paprika mletá sladká           | 15 g          |
| • Knorr Paradajkový pretlak            | 50 g          |
| • víno červené                         | 200 ml        |
| • sušené slivky – križalky             | 250 g         |
| • cukor                                | 30 g          |
| • voda                                 | 400 ml        |
| • Knorr Bravčový bujón s vôňou údeného | 20 g          |
| • Knorr Svetlá zápražka                | podľa potreby |

## PRÍPRAVA:

Mäso a bôčik nakrájame na kocky alebo drobné rezance, klobásu na kolieska. Hlávkovú kapustu nakrájame a povaríme do polomäka, scedíme a necháme odkvapkávať. Na masť orestujeme nakrájanú cibuľu, vložíme mäso a po krátkom orestovaní zaprášime paprikou, pridáme paradajkový pretlak a po chvíľke zalejeme polovicou vína, dolejeme trochu vody a dusíme. Počas dusenia pridáme bobkový list, ochutíme zmesou bravčového bujónu a v polovici dusenia pridáme kyslú kapustu, ktorú sme podľa potreby prípadne prepláchlí a pokrájali.

Keď je bigos takmer hotový, pridáme povarenú hlávkovú kapustu, slivkové križalky a pokrájajú klobásku. Dochutíme majoránom, zvyšným vínom a cukrom, prípadne trochu zahustíme zápražkou. Podávame s chlebom alebo zemiakovými knedličkami.

**Tip:** Do bigosu môžete pridať počas varenia aj sušené hríbiky alebo cesnak.

**Knorr Paradajkový pretlak**  
0,8 kg





# KUCHÁRSKY TÍM UFS

## PETER KRIŠTOF

Šéfkuchár UFS Slovenská republika.

Držiteľ niekoľkých slovenských aj zahraničných ocenení a certifikátu preškolenia komisárov SR podľa pravidiel WACS 2018, člen World Master Chefs Society.



## MILAN SAHÁNEK

Vedúci kuchárskeho tímu a manažér kuchárskeho servisu UFS Česká republika.

Držiteľ dvoch zlatých medailí z kuchárskych olympiád IKA v rôznych disciplínach a medzinárodný rozhodca Svetovej federácie kuchárov, ktorý rozhoduje najvyššie kulinárske súťaže sveta.



## JAN DAVÍDEK

Šéfkuchár UFS Česká republika.

Vedúci súťažného tímu Czech Chefs, držiteľ zlatej medaily na medzinárodnej súťaži Thailand Culinary World Challenge v Bangkoku v roku 2014 a niekoľkých certifikátov thajskej kuchyne.



## JURAJ DOHŇANSKÝ

Kuchár prezentér UFS Česká republika.

Hlavný školiť špecializovaný na kuchynský personál v školských zariadeniach a nemocniciach. Pôsobí po celej Českej republike a čiastočne aj na Slovensku.



# PRODUKTY

**Knorr Zeleninový bujón**  
0,9 kg



**Knorr Professional Essence**  
Hovädzí bujón 1l



**Knorr Demi Glace**  
1,1 kg



**Knorr Štáva k mäsu**  
3,5 kg



**Knorr Paradajkový pretlak**  
0,8 kg



**Knorr Delikát**  
5 kg



**Knorr Tomato pronto**  
2 kg



**Knorr Hovädzí bujón**  
7 kg



**Knorr Polparicca**  
di pomodoro 2,55 kg



**Knorr Hubový bujón**  
8 kg





## UNILEVER Slovensko, spol. s r. o.

Divízia Food Solutions  
Karadžičova 10, 821 08 Bratislava

infolinka +421 850 123 850  
e-mail: [infolinka@unilever.com](mailto:infolinka@unilever.com)

Ďalšie recepty a inšpiráciu nájdete na:  
[www.unileverfoodsolutions.sk](http://www.unileverfoodsolutions.sk)

Riad na fotenie receptov zapožičala  
spoločnosť **Premium Gastro**.



**Unilever**  
**Food**  
**Solutions**

