



Američka kuhinja

Američka kuhinja

Geografski položaj

Sjedinjene američke države (SAD) naziv je za državu u Severnoj Americi. Na površini od 9.529.063 km² (po veličini četvrta država u svetu) smestilo se 50 saveznih država i jedan savezni distrikt. Glavni grad je Vašington, a među ostale veće gradove ubrajaju se Njujork, Los Anđelos, Čikago, Hjuston, Filadelfija, San Dijego, Detroit, Dalas, Feniks i San Antonio.

Sastoji se od nižeg dela na istoku i planinskog dela na zapadu; istočni deo obuhvata obalsku niziju uz Atlantski okean, iznad koje su planine Apalači i središnju niziju između Stenovitih planina na zapadu i planinskog venca Apalači na istoku, dok se planinski deo sastoji od Stenovitih planina na istoku iz zapadu i Kordiljera na zapadu, između kojih su kotline i ravnice.

Klima je u najvećem delu kontinentalna, oko Meksičkog zaliva subtropska, u planinskom pojasu planinska, a u primorju Atlantskog okeana okeanska.

Glavne reke su su Konektikat, Hadson, Delaver, Potomak, Sent Lorens, Misisipi, Alabama, Brazos, Rio Grande, Jukon, Kolumbija, Kolorado, Sakramento.

U proizvodnji i izvozu hrane SAD su prve u svetu.

Karakteristike kuhinje “Melting pot”

Ovaj slikoviti naziv najbolje opisuje stanovništvo Sjedinjenih američkih država: “lonac u kojem se tope i mešaju različiti ljudi, običaji, kulture, rase, religije, pa tako i gastronomije iz svih delova sveta”. Američka kuhinja stoga je izuzetno raznovrsna i ne može se svesti pod zajednički imenilac, niti strogo definisati.

Ono na što danas mislimo kad pomenemo “američku kuhinju” pre svega je brza hrana: ham-

burgeri, pomfrit, pečena piletina, hot-dog, salata od krompira, mesna vekna, uštipci, pita od jabuka i tradicionalna jela koja se jedu u određenim prilikama poput punjene ćurke, slatkog krompira i sosa od brusnica.

Uvreženo je mišljenje da dobar deo populacije - srednje i niže klase doslovce živi na brznoj hrani. To je uistinu tako, a domaća, kuvana hrana prava je retkost, iako ne znači da ne postoji.

Roštilj i čili, tipična kaubojska hrana, toliko je omiljena da se održavaju i godišnji čili festivali.

Regionalne kuhinje

Doseljenici su sa sobom doneli i specijalitete zemalja iz kojih su došli, a vreme je pokazalo koja su jela postala opšte prihvaćena i omiljena. Regionalne stilove kuvanja stvarale su etničke skupine prvih doseljenika, a njihovi recepti su se menjali i prilagođavali lokalnim i dostupnim namirnicama. To je ujedno i jedna od draži putovanja kroz SAD: u svakoj regiji očekuju Vas drugačiji specijaliteti.

Nova Engleska

Severoistočni SAD-a, poznat pod imenom Nova Engleska, poznat je po krepkim jelima nastalim prema receptima preuzetim od britanskih kolonijalista kao i jelima od morskih plodova. Ovo je zemlja Brunsvick variva, Jenki pečenja i bostonskoga pasulja.

Turistima se preporučuje i čuvena gusta supa od školjki koja je popularnost stekla i u ostalim delovima Severne Amerike, jastog iz Mejna kojeg na meniju imaju gotovo svi bolji restorani. Obalski gradovi poput Bostona i Providensa su mesta u kojima će ljubitelji morskih plodova doći na svoje.

Središnji deo

Nemci, Skandinavci, Istočnoevropljani, Rusi, Britanci i Italijani i sve njihove kuhinje sudelovali su u stvaranju jedinstvene kuhinje središnjeg dela Severne Amerike. Tradicija Evrope i lokalne namirnice dosegnule su punu lepotu kombinacijom s indijanskim umećem pripreme hrane koja je jednostavna ali hranljiva. Cornish pasties (mesne pite), različite vrste hleba, kolača, palačinki i pita, pastrnka i morske ribe, variva, ukiseljeno povrće, pa čak i turski specijalitet - sarma najspominjana su jela ovog dela SAD-a. Nemci su doneli pivo, kiselo zelje, kobasice i salame, brojne vrste hleba, Skandinavci lutefisk (jelo od ribe), lefse (hleb od krompira) i mesne kuglice; Mađari gulaš, a Italijani veštinu pravljenja sira. Hladnim i dugotrajnim zimama kuvari su se prilagodili i prikladnim čuvanjem namirnica: sušenjem mesa, ukiseljenjem povrća, konzerviranjem voća i povrća.

Južnjačka kuhinja

Southern cooking ili down home southern cooking ime je za kuhinju jugoistočnih država SAD-a i ova kuhinja nije za osjetljive želuca. Nastala je po željama prekaljenih farmera kojima je za dobar rad i izdržljivost potrebna izdašna i hranljiva prehrana. Spomenimo samo da se bazira na hrani prženoj u dubokom ulju, masnim umacima i vrlo slatkim desertima i biće Vam jasno da je ovakva kuhinja raj za holesterol. Elvis Prisl, koji se kleo u domaću južnjačku kuhinju, i njegov obim struka pravi su dokaz ovoj tvrdnji. Southern fried chicken (duboko pržena piletina) i deep-fried steak (goveđi odrezak pržen u dubokoj masnoći) poslužuju se s gustim belim umakom home-style gravy. Južnjaci pokazuju i velike sklonosti prema roštilju. Za razliku od zapadnjaka, ne vole slatkasti ukus umaka od paradajza, a na roštilju najčešće završava komad svinjetine, osobito svinjska rebarca koja se najpre mariniraju, a zatim polako peku. Jela s roštilja jedu se uz sveže povrće, grašak i kukuruzni hleb. Pecan pie (pita od vrste oraha koja raste na jugu SAD-a), peach cobbler (ledeno piće od vina, šećera, breskve i limuna), puding od banane i pita od slatkog krompira neke su od najomiljenijih poslastica. Soul food je afroamerička verzija južnjačke kuhinje: za nju se kaže da je pripremljena s posebnom ljubavlju koju ima majka kad hrani svoje dete.

Nju Orleans

Jednostavna i puna arome kuhinja Kažuna (Cajun - narod koji živi zapadno i južno od Nju Orleansa, francusko-kanadskog porekla) priprema se u loncima od teškog, livenog gvožđa. Većina recepata sadrži začinski trio koji se sastoji od paprike, luka i celera. Iako se nalazi u samom srcu juga, Nju Orleans se diči originalnom kuhinjom sa dozom evropskog stila. Grad uz reku Misisipi nosi u sebi mešavinu španske i francuske kulture kao i kulture afričkih doseljenika. To je skladna mešavina lagane kreolske i francuske kuhinje, ukusa intenziviranog afričkim i zapadnoindijskim začinima. Riba ili šnicle peku se na roštilju prekriveni slojevima bibera, čilija i ostalih vatretnih začina. Jambalaya i gumbo su začinjena variva od mesa, kobasica i plodova mora. Specijaliteti: Creole bouillabaisse, shrimp rémoulade, okra beignets, pompano en papillote, chicken Rochambeau, wild goose cassoulet, terrapin stew.

Jugozapadni Teks-Meks

Na kuhinju jugozapadnih država najviše su uticali Indijanci i rani španski doseljenici iz Meksika. Dostupne namirnice i meksički začini stvorili su kuhinju ovoga područja, čija je varijanta Teks-Meks, popularna u Teksasu i duž meksičke granice. Roštilj i čili, tipična kaubojska hrana, toliko je omiljena da se održavaju i godišnji čili festivali a kuvar pobednik dobija nagradu za najbolji recept. Ljubitelji Teks-Meksa neće odbiti ni izvorne meksičke specijalitete poput nachosa, tacosa, burritosa i salse.

Kalifornijska kuhinja

E, ovde smo već na zdravijem terenu. Obilje svežeg povrća, voća i morskih plodova uslovljavaju laganiju kuhinju. Raznoliki sastav stanovništva doneo je sa sobom deliće vlastitih nacionalnih kuhinja i u spoju sa obiljem plodova prirode nastala je kalifornijska kuhinja. Sveže namirnice začinjavaju se neobičnim začinima; nemojte se iznenaditi ako Vam serviraju uz zelenu salatu s avokadom i pomorandžom ljuti azijski sos sa kikirikijem. Jede se dosta ribe sa roštilja koja se marinira u salsi i poslužuje sa povrćem na kineski način i indijanskim prženim hlebom. Gotovo će svaka nacionalna kuhinja naći put do kalifornijske, začetnice avantgardnog i eksperimentalnog kuvanja.



Američke palačinke

SASTOJCI

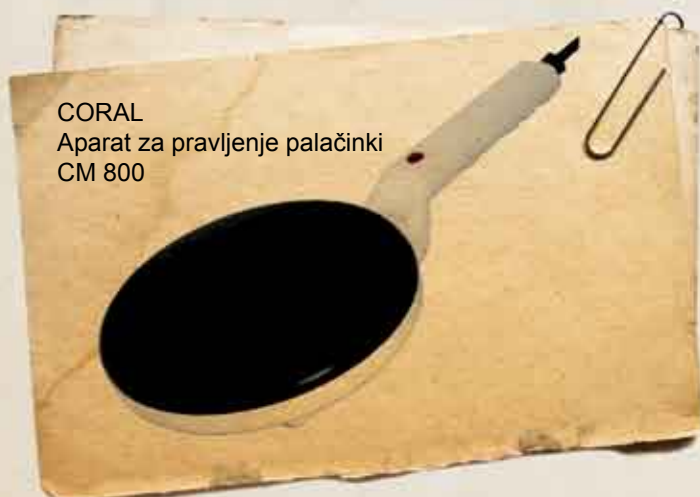
2 jaja
70 g butera
250 g brašna
2 kašičice praška za pecivo
prstohvat soli
3 dl mleka
60 g šećera

PRIPREMA

1. U posudi rastopite buter i ostavite ga nekoliko minuta.
 2. Izmiksajte jaja, brašno, prašak za pecivo i so promešajte i dodajte jaja, otopljeni buter, šećer, mleko i izmiksajte, da se dobije glatka smesa.
 3. Smesu ostavite 30 minuta. Potom zagrejte tiganj, dodajte malo butera ili ulja i manjom varjačom na tiganj izlivajte smesu. Pecite na srednjoj temperaturi, dok palačinke postanu zlatasto pečene.
 4. Palačinke slažemo jednu na drugu.
 5. Posluživanje
- Američke palačinke su drugačije od naših. One su jako mekane i testo je deblje. Obično ih ljudi lako zavole, posebno deca. Uz čašu mleka ili sa javorovim sirupom je neodoljiva kombinacija.

Preporučujemo:

Jednostavno, brzo i sigurno. Napravite pregršt ukusnih palačinki. Lak za održavanje i zgodan za odlaganje!





Američki brownies

SASTOJCI

200 g čokolade
100 g šećera
150 g butera
4 jaja
150 g pšeničnog glatkog brašna tip 550
1 kašičica praška za pecivo
1 vanilin šećer
30 g badema

PRIPREMA

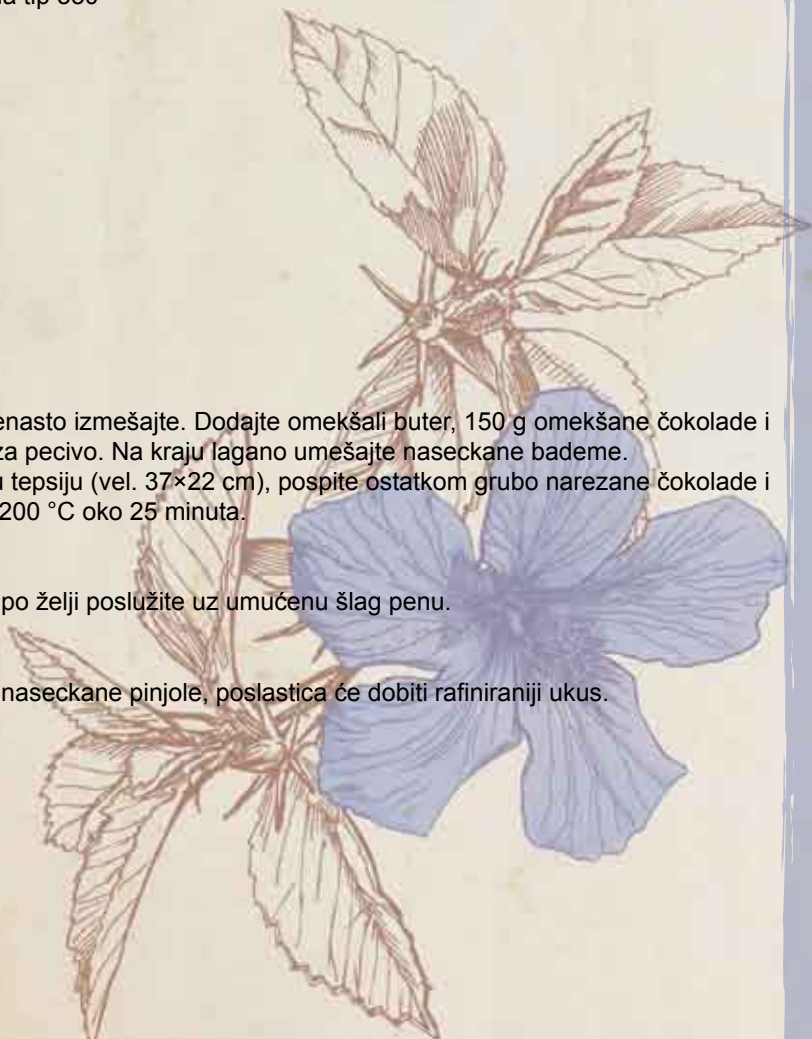
1. Jaja, šećer i vanilin šećer penasto izmešajte. Dodajte omekšali buter, 150 g omekšane čokolade i brašno pomešano s praškom za pecivo. Na kraju lagano umešajte naseckane bademe.
2. Smesu stavite u namašćenu tepsiju (vel. 37×22 cm), pospite ostatkom grubo narezane čokolade i pecite u pećnici zagrejanj na 200 °C oko 25 minuta.

Posluživanje

Browniese narežite na kocke i po želji poslužite uz umućenu šlag penu.

Savet

Ako umesto badema umešate naseckane pinjole, poslastica će dobiti rafiniraniji ukus.





Chilli con carne

SASTOJCI

800 g junetine bez kosti (od plečke ili buta)

1 kašika Vegete

250-300 ml vode

25 g kukuruznog brašna

1 kašika Vorčester sosat

1 kašičica kumina u prahu

1 kašičice smeđeg šećera

2 kašičice majčine dušice

lovorov list

2 čena belog luka

50 ml ulja

3 ljute papričice

150 g luka

½ kašičice kajenskog bibera

PRIPREMA

1. Junetinu narežite na kockice, a zatim kratko propecite na ulju.
2. Dodajte naseckani luk, dve ljute papričice koje ste prethodno očistili od semenki i narezali na kolutiće, lovorov list, izgnječen beli luk, majčinu dušicu, kumin i vegetu. Sve dobro promešajte i dinstajte uz polivanje vodom.
3. Kad meso gotovo omekša, dodajte šećer, vorčester sos i kajenski biber. Kukuruzno brašno pomešajte s narezanom i od semenki očišćenom papričicom i pospite po mesu.
4. Sve dobro promešajte i zalijte vodom. Zajedno kuvajte još 10-tak minuta.
5. Ovo pikantno i ukusno jelo poslužite sa kukuruznim hlebom.
6. Ljute papričice u ovo jelo dozirajte prema ukusu. Jelo možete poslužiti i s prepečenom palentom.





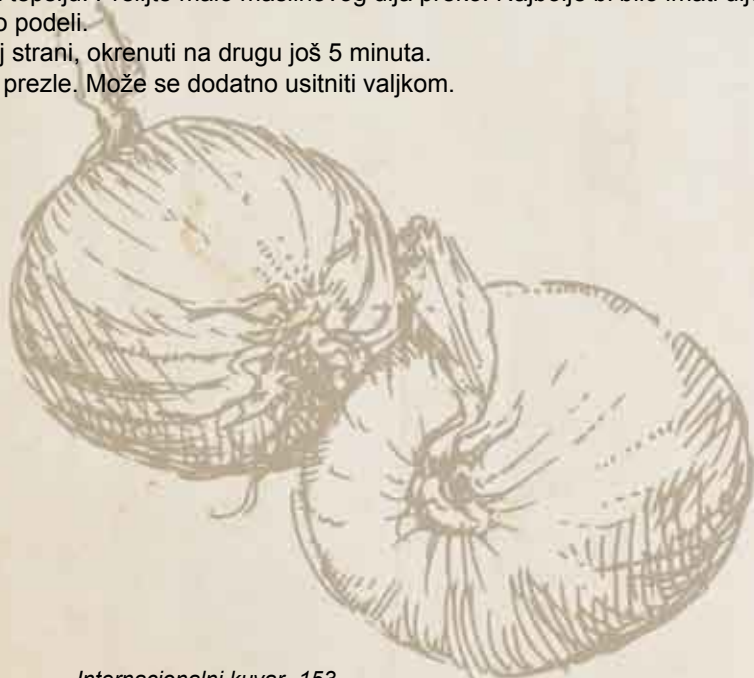
Onion rings

SASTOJCI

veći luk
brašno
prezla
jaje
prašak za pecivo
Vegeta

PRIPREMA

1. Zagrejte pećnicu na 220 stepeni. Secite luk, na debljinu oko 5 mm. Odvojite kolutove i stavite u hladu vodu.
2. U plitkoj zdeli promešajte brašno i prašak za pecivo. U drugu zdalu stavite jaje, a u treću posudu prezle u koje ste ubacili vegetu.
3. Uzimajte jedan po jedan krug. Najpre otresite vodu, ubacite u brašno, potom u jaje (opet otresite višak) pa u prezle. Postavite na tepsiju. Prelijte malo maslinovog ulja preko. Najbolje bi bilo imati ulje u spreju tako da se ravnomerno podeli.
4. Peći oko 10 minuta na jednoj strani, okrenuti na drugu još 5 minuta.
5. Najbolje je koristiti što sitnije prezle. Može se dodatno usitniti valjkom.





Pečena govedina u sosu

SASTOJCI

najmanje 1 kg govedine za pečenje

Za trljanje mesa:

- 2 kašike sveže mevenog bibera
- 1 kašika sosa/koncentrat od paprike,
- 2 kašike mevene paprike
- 1 luk, 2 bela luka
- 1 kašika čilija u prahu, kašika kumina
- 2 kašike smeđeg šećera
- 1 kašičica soli, 1/3 šoljice ulje

Za sos:

- 1 šolja tamnog piva
- 2 kašike kečapa
- 2 kašike jabukovog sirćeta
- 2 kašike Vorčester sosa
- 1 goveđa kocka za supu
- 1-2 kašičice Tabasko sosa (ako volite ljuto)
- 1 paprika sveža

PRIPREMA

1. Kupite pleća/rozbratnu. Devetsto g. je dovoljno za 3-4 osobe.
2. Pomešati ulje i paprika sos ili pastu. Ako ne možete naći paprika koncentrat sos/namaz/ pasta onda samo povećajte količinu mlevene paprike. Time nauljiti meso. Začine pomešati i utrljati u meso. Nije potrebno da stoji, možete odmah staviti da se peče.
3. Za ovaj recept najbolje je koristiti roštilj. Naravno možete pripremiti i u rerni ali nema ništa bolje od dimljenog mesa!

Za roštilj:

Obavezno postavite dublji tiganj ispod mesa u koji ste dodali 2-3 šoljice vode. Tiganj služi da se uhvati sva masnoća koju će meso ispustiti a voda se dodaje da se spreči zagorevanje i sušenje masti. Na drugu stranu roštilja staviti ugalj pomešan sa komadima drveta. Ako nađete hikori drvo onda još i bolje! Biće Vam potreban roštilj koji ima poklopac jer je cela stvar u tome da se meso nadimi. Poklopiti i držati poklopljeno 2 sata. Svakih pola sata okrenuti meso jer će toplina biti veća na strani koja je bliža žaru.

Bez roštilja

Ako nemate roštilj, svejedno možete napraviti ovo fino pečenje. Ostavite meso da malo duže stoji utrljano sa začinima pre pečenja. Stavite u frižider oko 30 min ili 1 sat. Rernu zagrejte na 160°C, meso stavite u dublji tiganj, pokrijte alu-folijom i pecite 3 i po - 4 sata. Meso mora biti potpuno mekano. Kad je gotovo, ostaviti pokriveno sa alu-folijom bar 30 minuta. Ostalo je sve kao i za meso sa roštilja. Preskočite postupak br 4.

4. Nakon dimljenja, prebaciti tečnost od roštiljanja u lonac, a meso stavite u tiganj, prekrijte sa folijom i nastavite peći u rerni još 2 sata.
5. Kad je meso gotovo, izvadite i obavezno ostavite pokriveno alu-folijom da odstoji 30 minuta najmanje. Tečnost koju je dodatno ispustilo, dodati u umak od roštilja. Zatim poluohlađeno narezati na tanke šnite. Ako imate mašinu za meso još je bolje.
6. Tečnost koju je meso ispustilo tokom roštiljanja pomešajte sa vodom. Pre nego što ga dodate u lonac, procedite da se ne pojave komadići uglja, drvca ili slično.
7. Zagrejati tečnost od roštilja. U manji tiganj na malo ulja propržiti papriku koju ste nasekali na komadiće, pržiti oko 5-7 minuta. Dodati prženu papriku u tečnost od roštilja zajedno sa svim ostalim sastojcima za sos, ostaviti da zakuva i kuvati dok voda na pola ispari. Sos mora biti sirupast.
8. Narezano meso ponuditi uz gotov sos, pečeni krompir i različito povrće.



Biftek u zelenom biberu

SASTOJCI

- 2 bifteka, debljine oko 2,5 cm
- 2 kašičice butera
- 1 kašičica senfa
- 1 kašičica mevenog zelenog bibera

PRIPREMA

1. Bifteke isprati i osušiti, pa ih namazati senfom. Ostaviti u frižideru oko 2 sata da omekšaju.
2. U tiganju zagrijati 2 kašičice butera. Bifteke uvaljati u zeleni biber i staviti da se prže u tiganju. Pržiti zavisno o tome kakav biftek volite. Za srednje pečen, potrebo je oko 10-tak minuta.

Preporučujemo:

Napravljen od livenog aluminijuma sa posebno rebrastim dnom za grilovanje, sa nelepljivom površinom koja se lako održava, odličan je za grilovanje kako mesa tako i povrća.





Male američke krofnice

SASTOJCI

- 1 šolja mleka
- 2 šolje brašna
- 1 prašak za pecivo
- 2 kesice vanila šećera
- 2 kašičice rakije (alkohol)
- 2 jaja
- za posluživanje šećer u prahu i čokoladni toping
- 1 šolja = 250 grama

PRIPREMA

1. Izmiksajte jaja i sve ostalo da dobijete kompaktnu smesu
2. Zagrejte ulje, vadite krofnice kašičicom ne prepunom, jer dosta narastu!
3. U receptu nema šećera, ali ako želite možete dodati 100 grama šećera.

Preporučujemo:

Od svih aparata u kuhinji njega najviše vole deca. Za tili čas možete napraviti pregršt ukusnih krofnica. Posebno se ističu one prelivene čokoladom.



CORAL DM-700
Aparat za pravljenje
mini krofnica



Deep Dish pica

SASTOJCI

Testo:

1/2 kg brašna za hlebno testo
1 kesicu (7g) suvog kvasca
1 kašičica soli
mlake vode
prstohvat šećera

Sos:

2 kašike maslinovog ulja
2 čena belog luka
2 dl sosa od paradajza
1 glavica crvenog luka
1 kašičica bosiljka
1 kašičica origana
1 kašičica soli

Punjenje:

200g italijanske salame (šunke za picu)
100g kulena (kobasice)
200g pečuraka
1 glavica luka
1 zelena paprika
1 parmezan
200 g sira mocarela
200 g gaude
1 kašika kukuruza

PRIPREMA

1. Testo za picu
2. Suvi kvasac pomešati sa malo šećera i brašna i malo tople vode. Staviti da se kvasac dignu (10min). Brašno prosejete u posudu, dodajte so, kvasac i toplu vodu, toliko tople vode da umešate glatko testo. Prekrijte toplom krpom i stavite na toplo mesto 30 minuta.
3. Sos
4. Luk i beli luk sitno naseckajte i izdinstajte na ulju. Dodajte sos od paradajza, sve začine i vino.
5. Postupak:
Kad je testo gotovo, podelite na jedan veći deo, i jedan manji.
Uzmite kalup za torte (26cm i veći) ili neku veću posudu za pečenje sa visokim rubom
Veći deo testa stavite preko kalupa i oblikujte ga prema kalupu, neka malo testa izlazi preko.
6. Na dno testa stavite pola sosa.
Na sos složite pola nadeva. Nadev možete izrezati na kockice i jednostavno slagati. Na vrh stavite sir i parmezan.
7. Drugi deo testa razvucite (tanje) na širinu kalupa i stavite preko prve polovine nadeva, spojite spoljni rub donjeg testa sa drugim testom, tako da ostane malo viši rub.
8. Zagrejte rernu na 200°C i stavite prvi deo da se peče 25 minuta. Nakon toga izvadite picu i stavite drugi deo sosa i drugi deo nadeva, odozgo složite sir i parmezan i pecite još 10 minuta (dok površina ne postane zlatno smeđa)
9. Kad se ispeče skinite kalup i pustite da malo odstoji. Tada režite na kriške.



Roštiljski sos

SASTOJCI

Za kečap:

4 kg paradajza
4 kašičice soli
300 g suvog groždja
150 g šećera
4 čena belog luka
2 karanfilića

Dodaci za roštiljski sos:

100 ml jabukovog sirćeta
60 ml soja sosa
50 g šećera
2 kašičice soli
1/2 kašičice cimeta
1/2 kašičice bibera
1/2 kašičice karija
1 kašika gustina
1 kašičica šećera
2 kašike crnog vina

PRIPREMA

1. Paradajz oprati i iseći na veće kriške. Posoliti sa 4 kašičice soli i staviti da se kuva.

2. Domaći kečap

Posle 15-tak minuta dodati oprano suvo groždje, 150 g šećera, sitno seckan beli luk i 2 karanfilića. Kuvati na srednje tihoj vatri uz povremeno mešanje dok ne počna da se zgušnjava, oko 1.5 h. Procediti kroz gustu cediljku, pritiskajući da se iz kaše istisne što više soka. Ako želite samo kečap, ovde se proces završava. Ako gustina nije dobra, može se ukuvati još malo.

4. Roštiljski sos. Za roštiljski sos treba još dodati sirće, soli i šećera po ukusu, soja sos i začine – cimet, biber, i kari. Kuvati na srednjoj vatri još 20-30 minuta, pa umešati kašiku gustina rastvorenu sa malo vode i kuvati još malo, na najtišoj vatri. Sos se može ukuvati i bez gustina, ali treba više vremena i ostaće manje sosa na kraju. Ovako se dobije oko 1.5 litar sosa srednje gustine.

Preporučujemo:

sa Mini Genie-om možete ljuštiti, seckati, mešati, mleti - sve za samo nekoliko sekundi. Zamislite, sve od seckanog crnog luka, pasiranog belog luka, do laganih kremastih kolača sa sirom, sve može biti spremno za 10 sekundi ili manje!

CORAL MG 500
Mini genie





Marinada za roštilj

SASTOJCI

Marinada

- 2 kašike meda
- 2 kašike soja sosa
- 2 kašike kečapa
- 2 kašike senfa
- 2 kašike vorčester sosa
- 2-3 kapi tabasco sosa
- 2 čena belog luka
- kašičica mlevenog bibera
- kašičica mlevenog đumbira
- 2 kašičice soli

PRIPREMA

1. sve sastojke pomešati
2. dodati beli luk protisnut kroz presu
3. meso uvaljati u marinadu, staviti na hladno, najbolje da prenoći
4. peći na roštilju da bude rumeno. Meso okrenuti kad je donja strana sasvim pečena. Okreće se samo jednom.
5. pečeno obilato posuti crnim lukom sečenim na rezance.
6. servirati uz mnogo salate.

FAGOR BBC-842
Stoni griller



Preporučujemo:

Najduže se pamte proslave ako je bio poslužen roštilj. Veliki i snažan, lepo oblikovan i neobično jednostavan za korišćenje BBC-842 je pravi pogodak.



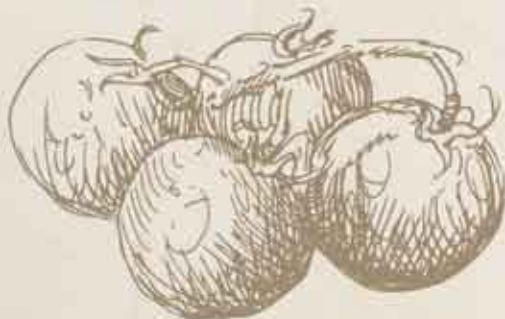
Ražnjići s povrćem

SASTOJCI

500 g svinjetine
500 g teletine
2 kašike vegete
4 glavice luka
2 velike paprike
2 manja patlidžana
ulje za premazivanje ražnjića

PRIPREMA

1. Narežite meso na kocke, pospite ga vegetom grill i ostavite da stoji 30 minuta.
2. Narežite na veće komade luk, patlidžane i paprike. Na štapiće za ražnjiće stavlajte naizmenično komadiće mesa i povrća.
3. Na kraju ih premažite uljem i pecite na ugrejanom roštilju, pod roštiljem u pećnici ili u većem tiganju.





Grilovani losos sa prilogom

SASTOJCI

4 odreska lososa (700g)
so
biber
2 kašike maslinovog ulja

Za umak:
3 jaja
1 kašika rastopljenog butera
½ kašičice soli
½ kašičice šećera
2 kašičice senfa
kašičice belog bibera
2-3 kašike soka od limuna

PRIPREMA

1. Odrske lososa operite i osušite.
2. Posolite ih, pobiberite i na zagrejanom maslinovom ulju u grill tiganju pecite sa obe strane. Skuvajte jaja.
3. U električnu seckalicu stavite grubo narendana jaja, omečkali buter, so, šećer, senf, biber, limunov sok, i mešajte dok ne dobijete umak željene gustine.
4. Pečene odreske lososa poslužite s prilogom od kuvane šargarepe i brokolija.





Fini topli sendviči

SASTOJCI

- 50 g šunke (vrsta po želji)
- 30 g buđole ili nečeg sličnog
- 50-60 g sira (Gauda ili slični)
- 1 jaje
- 50 g sirmog namaza
- 100 g jogurta ili pavlake
- začini po želji
- 4-5 kiselih krastavčića

PRIPREMA

1. Sve sastojke samleti ili jako sitno narezati, staviti u zdelicu, dodati jaje, malo izmešati, zatim dodati sirni namaz i jogurt.
2. Po želji dodati origano ili neke druge začine.
3. Dobro izmešati i kašikom bogato stavljati smesu na komadiće hleba ili tosta.
4. Peći u pećnici na 200°C oko 10-15 minuta. Poslužiti tople.
5. Odlični su i hladni. Količinu sastojaka prilagoditi po želji.

CORAL DG-1500
dijetalni griller



Preporučujemo:

Ovim grilerom možete pripremati meso za zdravu, dijetalnu Ishranu ali isto tako ga koristiti i kao aparat za pripremu: panini toplih sendviča



Veseli pužici

SASTOJCI

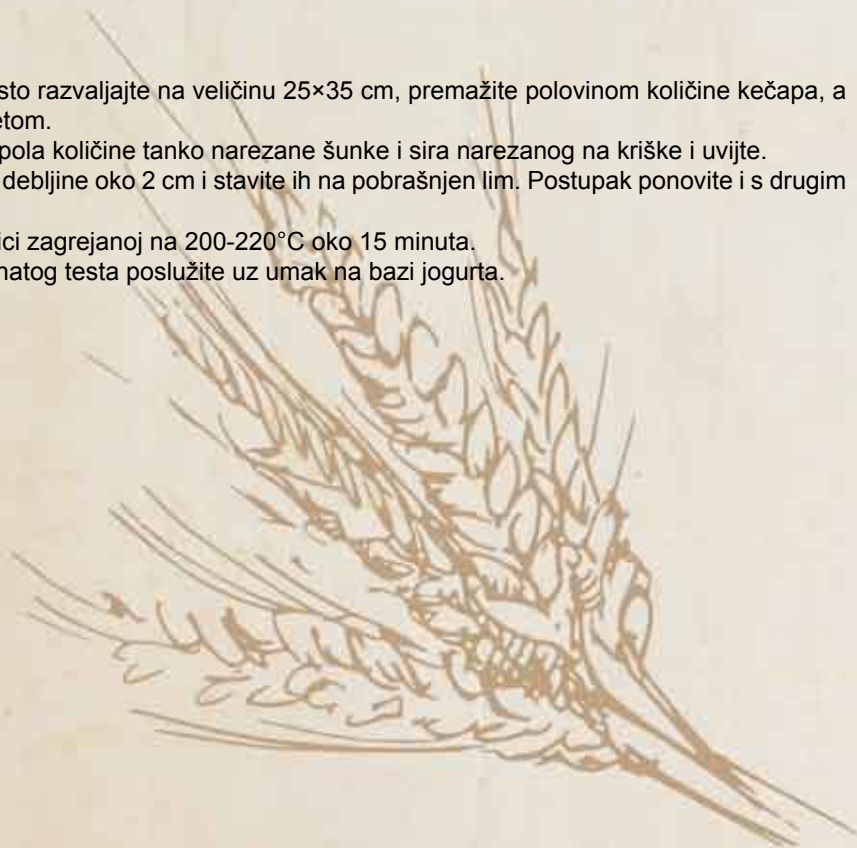
1 pakovanje zamrznutog lisnatog testa (500 g)
200 g šunke
200 g sira ementalera
2 kašike blagog kečapa

Za premazivanje:

1 jaje

PRIPREMA

1. Odmrznuto lisnato testo razvaljajte na veličinu 25×35 cm, premažite polovinom količine kečapa, a rubove razmućenim jajetom.
2. Na testo rasporedite pola količine tanko narezane šunke i sira narezanog na kriške i uvijte.
3. Rolat režite na kriške debljine oko 2 cm i stavite ih na pobrašnjen lim. Postupak ponovite i s drugim listom testa.
4. Pužiče pecite u pećnici zagrejanjoj na 200-220°C oko 15 minuta.
5. Pečene pužiče od lisnatog testa poslužite uz umak na bazi jogurta.





Hawaii tost

SASTOJCI

tost
šunka
ananas iz konzerve
sir/ topivi
maraskino višnja

PRIPREMA

1. Na tost stavite šunku, krug ananasa iz konzerve, na njega sir i zapecite u pećnici dok se sir ne otopi.
2. Poslužite ukrašeno s maraskino višnjom.

CORAL PK-1000



Preporučujemo:

*Na našem aparatu za palačinke,
možete praviti i tost!*



Američki vafli

SASTOJCI

125 g margarina
10 kašika šećera
1 kašičica arome narandže
naribana korica pola limuna
4 jaja
250 g brašna
175 ml mleka
1 kašičica soli

PRIPREMA

1. Margarin mešajte električnom mešalicom dok ne zapeni. Dodajte šećer, aromu narandže, jaja i limunovu koricu. Mešajte dalje najvećom brzinom dok smesa ne postane svetla i kremasta. Varjačom naizmenično umešajte brašno i mleko. Testo začinite solju.
2. Uključite aparat za pečenje vafli i zagrejte. Vafle pecite jedne za drugim nekoliko minuta dok ne postanu zlatno-žuti.
3. Možete ih poslužiti prelivene medom ili ih premazati marmeladom od trešanja, kajsija ili po želji.

CORAL WM-1200
Aparat za pravljenje vafli

Preporučujemo:

*Za brze i ukusne poslastice,
preporučujemo Vam Coral WM 1200!*





Hamburger na američki način

SASTOJCI

400 g goveđeg mesa, može i mešanog
1 jaje
1 sitno naseckani luk
malo stariji hleb
so, biber po potrebi
1-2 kašike ljutog senfa
4 kašike mekanog sira
malo prezli
po potrebi buter ili ulje za prženje

PRIPREMA

1. Namočite hleb u toplu vodu pa ga dobro iscedite. Pomešajte iscedeni hleb sa mlevenim mesom, jajetom i senfom dok se sve dobro ne uveže.
2. Posolite, pobiberite i rasporedite na 8 podjednakih porcija. Oblikujte ih u standardne, ravne burgere.
3. Premažite jednu kašiku mekog sira po sredini četiri burgera, a onda svaki poklopite sa preostala četiri burgera (da budu dupli). Pritisnite oko ivica.
4. Po želji uvaljajte burgere u prezle pa pržite sa obe strane na buteru ili ulju,

BURGERPAN

Tiganj za pravljenje mini hamburgera



Preporučujemo:

U ovom jedinstvenom tiganju od livenog aluminijuma, sa već formiranim gnezdima za hamburgere, brzo i lako ćete u jednoj turi napraviti 7 hamburgera.



Čili sa mesom

SASTOJCI

500 g pasulja
400 g oljuštenog paradajza (može i iz konzerve)
2 kašike koncentrata od paradajza i eventualno pasiranog paradajza
1 kg mlevenog mesa
200 g kukuruza šećerca
2 glavice crnog luka
1 češanj belog luka
1/2 kašičice cimeta
istucana ili sitno naseckana čili papričica po ukusu
so, biber
ulje za prženje

PRIPREMA

1. Luk iseći na kockice i propržiti na ulju dok se ne zacakli.
2. Dodati mleveno meso, so, biber i čili papričicu.
3. Kada je meso proprženo, dodati paradajz isečen na kockice (sok ne bacati već i njega dodati) kukuruz i cimet.
4. Ukoliko vam je smesa previše gusta, dodati pasirani paradajz.
5. Dosoliti ukoliko je potrebno i dodati koncentrat od paradajza, kao i izgnječen beli luk.
6. Krčkati još 20 -ak min. na umerenoj temperaturi uz povremeno mešanje. Na kraju dodati već prokuvan i posoljen pasulj. Ostaviti da pusti dva-tri ključa i skinuti sa vatre.



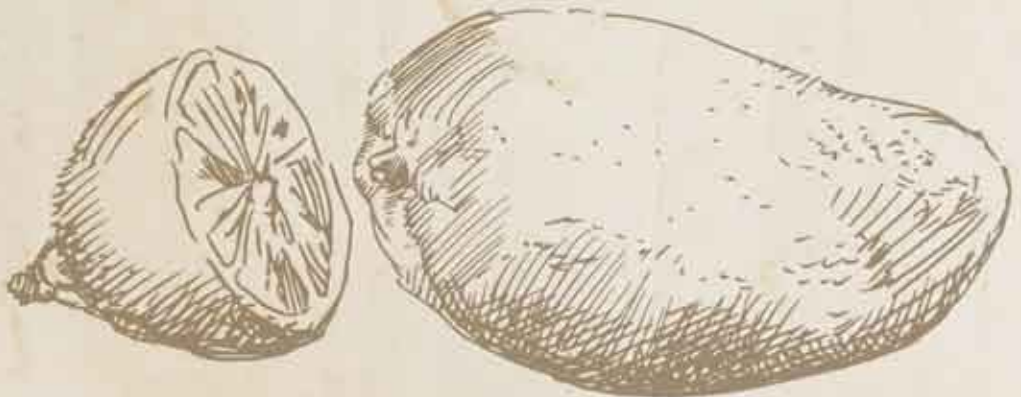
Gvakamole umak

SASTOJCI

1-2 avokada
1 manji paradajz
5 cm praziluka
1 manja glavica crnog luka
1 veći čen belog luka
tucana aleva parika (ljuta) po želji
1 kašika brašna (nije obavezno)
sok od 1 limuna
soli

PRIPREMA

1. Sve ovo ubaciti u blender i izblendati.
2. U originalnom receptu, ide i brašno.
3. Limun se stavlja da premaz ne bi promenio boju.
4. Ukrasiti peršunom, listom nane, limetom... po želji.





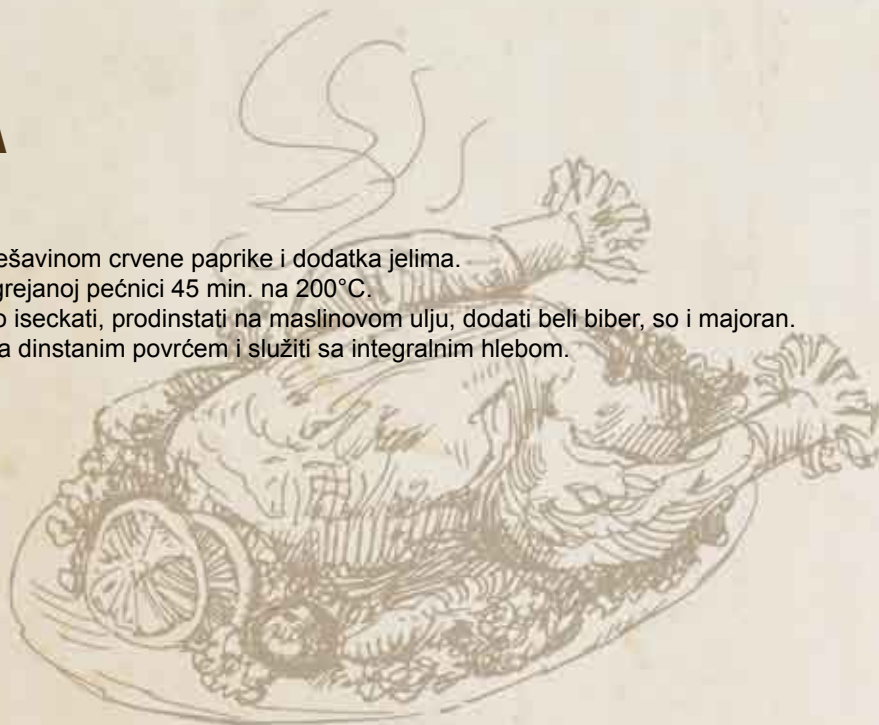
Egzotični pileći bataci

SASTOJCI

600 g pilećih bataka (4 komada)
200 g anisa
200 g šargarepe
200 g praziluka
300 g crvene paprike
so, majoran
15 g mlevene crvene paprike
2 supene kašike maslinovog ulja
peršunov list, biber
1 kašičica dodatka jelima (vegeta ili dodatak za piletinu)
300 g integralnog hleba.

PRIPREMA

1. Začiniti batak mešavinom crvene paprike i dodatka jelima.
2. Batake peći u zagrejanoj pećnici 45 min. na 200°C.
3. Anis i povrće sitno iseckati, prodinstati na maslinovom ulju, dodati beli biber, so i majoran.
4. Batake servirati sa dinstanim povrćem i služiti sa integralnim hlebom.





Tortilje sa avokadom i povrćem

SASTOJCI

- 1 veći avokado
- 150-200 g kivanog kukuruza ili izmešanog smrznutog povrća
- 1 isceđen sok od limete
- 1 glavica ljubičastog luka, isečenog na krupnije kocke
- 1-2 kašike seckanog korijandera (ili po ukusu)
- 1/2 kašičice kumina u prahu
- 2-3 kašike maslinovog ulja
- po ukusu ljuti sos
- po ukusu soli i bibera
- 2-3 kašike rendanog nekog meksičkog sira
- 8 manjih ili 4 većih tortilja

PRIPREMA

1. Skuvati kukuruz ili povrće (šta više volite) u slanoj vodi, dobro ocediti i staviti u činiju.
2. Avokado očistiti pa iseći na manje kocke, dodati u činiju gde je povrće, i dodati sok od limete, iseckani ljubičasti luk, iseckani korijander, soli, bibera, maslinovog ulja, ljutog sosa (kao tobasco) i meksički sir. Ako nemate taj sir stavite neki koji je lakše topljiv pa sve dobro promešati.
3. Uzeti tortilje, sipati po dve pune kašike smese od povrća na jednu polovinu, drugom preklopiti i staviti ih na zagrejani teflonski tiganj.
4. Peći oko minut na svakoj strani, pazite da ne zagore.
5. Poslužite ih tople sa zelenom salatam.





Juranove kiflice

SASTOJCI

3 banane
450 g brašna
1 limun
2 kašike šećera
1 jaje
120 g butera
120 ml vode
1 kesica cimeta

PRIPREMA

1. Mikserom (mešalicama za testo) mutite brašno, buter i vodu. Sjedinite sastojke i nastavite testo da mesite rukom na nabrašnjenjnoj površini.
2. Razvucite koru i kalupom vadite oblike. U dublji sud iseckajte banane. Dodajte šećer, cimet i limunov sok. Sjedinite sastojke.
3. Tepsiju premažite buterom, a na svaki oblik stavite fil od banana. Uvijte kiflice i poređajte u tepsiju.
4. Odvojite belance od žumanceta. U žumance dodajte malo ulja i premažite kiflice. Stavite kiflice da se peku 20 min. na 180°C. Pečene kiflice uvaljajte u šećer u prahu.



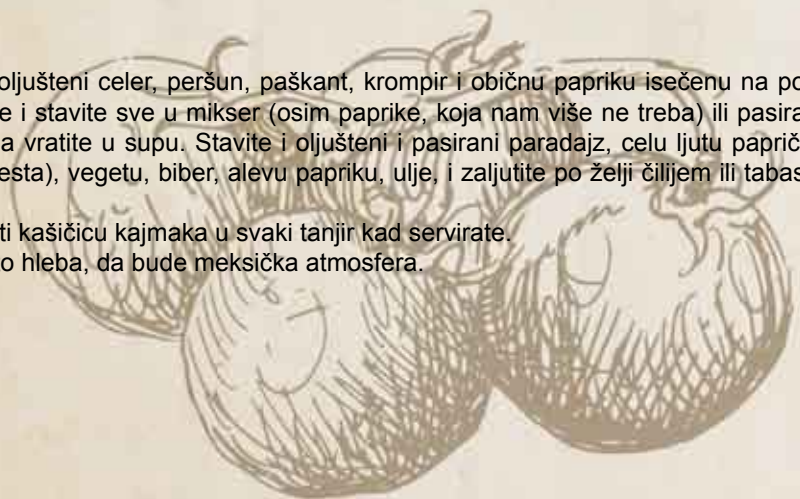
Meksička paradajz čorba

SASTOJCI

1 kg svežeg oljuštenog paradajza ili 700 ml soka od paradajza
1 mala glavica celera
1 koren peršuna
1 koren paškanata
2 krompira
1 obična paprika
so, vegeta, biber
list suvog celera
ljute papričice
ulje
čili ili tabasko
kašičica kajmaka za svaku porciju

PRIPREMA

1. U slanoj vodi skuvati oljušteni celer, peršun, paškant, krompir i običnu papriku isečenu na pola. Kad sve omekša, izvadite i stavite sve u mikser (osim paprike, koja nam više ne treba) ili pasirajte jednostavno viljuškom, pa vratite u supu. Stavite i oljušteni i pasirani paradajz, celu ljutu papričicu (izbušenu na nekoliko mesta), vegetu, biber, alevu papriku, ulje, i zaljutite po želji čilijem ili tabasko sosom.
2. Posuti suv celer i staviti kašičicu kajmaka u svaki tanjir kad servirate.
3. Spremite tortilje umesto hleba, da bude meksička atmosfera.





Fajitas

SASTOJCI

500 g telećeg mesa (bez kostiju)
3 velike babure
2 paradajza
1 konzerva crvenog pasulja
1 teglica meksičkog sosa od paradajza (ljut je i može se kupiti u skoro svakoj bolje snabdevenoj prodavnici)
1 veći crni luk
1 čen belog luka
1 kašičica bosiljka
1 kašičica karija
so, biber
pakovanje tortilja (12 komada)
maslinovo ulje
pavlaka, kačkavalj

PRIPREMA

1. U dublji tiganj sipati maslinovo ulje, dodati isečen crni i beli luk. Propržiti dok ne porumene.
2. Teleće meso iseći na manje kocke, posoliti i sipati u tiganj.
3. Propržiti na tihoj pa na umereno jakoj vatri.
4. Paprike iseći na duge i tanke delove, iseći paradajz na kockice i to dodati mesu koje se još prži.
5. Kad paprike i paradajz počnu da puštaju sok, dodati pasulj i meksički sos, i sve pomešati.
6. Pržiti 15 minuta (dok meso ne bude prženo).
7. Ako ima viška ulja, možete upotrebiti cediljku i iscediti ulje i onda nastaviti pržiti jelo još nekoliko minuta.
8. Tortilje podgrejati u rerni ili u drugom tiganju.
9. Jedu se tako da se meso i povrće (koje je pomešano i već isprženo) stave na tortilju.
10. Preko se stavi pavlaka i izrendan kačkavalj.
11. Tortilja se zavije kao palačinka.
12. Jelo je veoma ukusno.
13. Ko želi da je jelo ljuće, može dodati malo tabasko sosa.



Le yummm, yummm

SASTOJCI

govedina
dosta ljute paprike (čili)
tortilje
malo tabasko sosa
biber, so
šargarepa
obična paprika na kolutove
crni luk
malo vegete

PRIPREMA

1. Na ulju propržiti šargarepu, papriku, crni luk, jedno 5 min. Govedinu i čili papriku pržiti odvojeno 7 min. Onda spojiti i promešati. Biber i so staviti kao začin. Sve to staviti u tortilje i preliti tabaskom.





Enčilada

SASTOJCI

Sos:

2 kašike ulja
1 crveni luk
1 sveža paprika
400 grama paradajza
1-2 kašike soka od limuna
1 kašika vegete
1 ili 2 komadića belog luka
1 svežanj peršuna
so

Nadev:

500 ml ulja
300 g mesa od pilećih grudi
150 g ribanog sira
1 ljuta paprika (chilli)
1-2 kašike sosa od paradajza
200 ml pavlake
1 kašika vegete

PRIPREMA

1. SOS OD PARADAJZA:

2. Sitno iseckati crveni i bijeli luk, zatim papriku i propržiti na ulju. Dodati iseckani i oguljeni paradajz, sok od limuna, vegetu, biber, so i dinstati 5-10 minuta. Zatim skloniti sa vatre i izmiksati mikserom, da se smesa ujednači .

3. PRIPREMA NADEVA:

4. Iseči piletinu na duge, tanke "trake ", ljutu (chilli) papriku na sitne kockice i ispržiti u ulju. Skloniti sa vatre, dodati veliku kašiku sosa od paradajza, pavlaku, izribani sir i vegetu. Sve dobro izmešati, napuniti tortilje i presaviti ih na pola.

5. Posuti ih ribanim sirom i sosom od paradajza. Zatim ih prekriti aluminijskom folijom i zapeći u pećnici na srednjoj temperaturi, oko 15 minuta .

Preporučujemo:

Neophodan u svakoj kuhinji. Usitnjava meso, keks, povrće, voće. Za par sekundi napravićete savršenu kašu. Staklena posuda od 1L se održava neobično lako.

