me na drobně krájené rozpálené slanině, do které jsme přidali trochu kari koření. Takto připravenou rýži spojíme s drobně nakrájeným oloupaným jablkem. Vzniklou směsí plníme plátky hovězího masa. Zavineme je tak, abychom pomocí grilovacích jehel (špejle) upevnili a současně zamezili rozbalení závitků při další tepelné úpravě. Potřeme olejem a opékáme na rožni asi 10 - 12 minut. Hotové závitky obkládáme pikantní nakládanou zeleninou.
Podáváme s vařenými brambory.

KUŘECÍ JATÝRKA NA ROŽNI AROMATIZOVANÁ ČERVENÝM VÍNEM

2 osoby

200 g kuřecích jater, 100 g slaniny bez kůže, 50 g čerstvých žampiónů, 2 lžíce červeného vína, pepř, sůl

Dobře očištěná jatýrka z kuřat upravíme na stejné dílky. Lehce je opepříme a zabalíme do plátků slaniny, kterou jsme předem nakrájeli a ještě pomocí paličky vyklepali na větší plátky. Takto upravená jatýrka zabalená ve slanině napichujeme na dvě jehly střídavě se žampióny. Opékáme na rožni asi 6 - 8 minut. Hotová jatýrka před sejmutím z jehel aromatizujeme tím, že je přelijeme červeným vínem.
Podáváme s dušenou rýží.

VEPŘOVÁ JÁTRA NA ROŽNI

4 osoby

300 g vepřových jater, 100 g slaniny, 100 g vařené červené řepy, 100 g kapií, 100 g nakládané šalotky, pepř, sůl, olej

Vepřová játra nakrájíme na stejné díly, rovněž tak i slaninu. Vše opatrně naklepeme paličkou, opepříme. Červenou řepu nakrájíme na úhledné plátky o síle asi 2 - 3 mm. Kapie nakrájíme na dílky, šalotku necháme vcelku. Takto připravenou směs střídavě napichujeme na dva špízy (špejle) a opékáme na grilu. Současně ve spodním prostoru opékáme na misce brambory. Hotový špíz osolíme.

KUŘECÍ JATÝRKA NA ROŽNI AROMATIZOVANÁ ČERVENÝM VÍNEM

OBSAH

ÚVOD / 1
Nový spotřebič
Mikrovlnná trouba
Jak pracuje
Výběr typu
Využití mikrovlnné trouby
Nádobí
Několik praktických rad
Nejen k vaření
Regulační stupně
Pečení
Údržba a čištění
Mikrovlnná trouba a mraznička

PŘEDKRMY A SENDVIČE / 5
Šunka se sýrem
Plněná rajčata
Hot dog
Hamburger
Žampióny s citronovou šťávou
Houbové omelety
Plněné papriky
Brambory se sýrem a pórkem
Vejce se šunkou a sýrem
Sýrová vejce
Šunkové kuličky
Sendvič s pečeným masem
Omelety se zelenou paprikou
Dvojitý sendvič

POLÉVKY / 6
Gulášová polévka se šunkou
Hrášková polévka
Jarní polévka
Cibulová polévka
Polévka s játrovými knedlíčky

MASO / 7
HOVĚZÍ MASO / 7
Rosbíf
Hovězí maso po burgundsku
Hovězí maso na houbách
Hovězí maso s citronovou omáčkou
Švýcarské hovězí nudličky
Pikantní hovězí závitky
Svíčková s kečupem a worcesterskou omáčkou
Irské nakládané maso
Hovězí maso na paprice
Lyonská játra

VEPŘOVÉ MASO /9
Vepřové maso na česneku
Vepřové maso na královský způsob
Vepřové plátky s hořčicí
Vepřové plátky v pomerančové omáčce
Vepřové plátky se sýrem
Kotlety s kořenící směsí
Vepřové filé s houbovou om.
Mexická mísa
Vepřové maso s jablky
Vepřové koleno se zelím

JEHNĚČÍ MASO / 10
Jehněčí plátky na houbách
Jehněčí ragú
Citronové jehněčí maso

UZENÉ MASO A UZENINY / 11
Šunka s houbovou omáčkou
Šunka s vínovou omáčkou
Pikantní pečená klobása
Velikonoční rolka

MLETÉ MASO / 12
Čevapčiči
Kuličky s pivní omáčkou
Masové karbanátky
Plněný zelný list

DRŮBEŽ / 12
Kuře v paprikové omáčce
Kuře v sójové omáčce s jablky
Kuře s ořechy
Rychlé kuře
Plněné kuře
Kuře s cuketami
Kuře na neapolský způsob
Kuře v obalu
Rizoto z kuřecího masa
Kuře na bílém víně
Kuře na houbách
Kuře „Cordon-bleu"
Kuře po italsku
Kuře na zeleninė s rýží
Krůtí prsa plněná brokolicí
Krůtí závitky
Kachna na broskvích
Kachna na houbách
Kuře po japonsku

RYBY / 15
Rybí filé s houbami
Rybí filé s hořčicovou omáčkou
Rybí filé s mateřídouškou
Rybí filé se zeleninou
Zapečené rybí filé
Strakaté rybí filé
Ryba po labužnicku
Kapr na kopru
Pikantní rybí filé
Plněná treska

PŘÍLOHY A ZELENINA / 17
Vařená rýže
Rýže vařená v páře
Chutnější vařená rýže
Kari rýže s houbami
Zelená rýže
Vařená rýže
Vařené brambory
Brambory pečené ve slupce
Pečené nové brambory
Brambory s majonézou
Brambory se smetanou
Plněné brambory
Brambory plněné masem
Plněné cukety
Chřest na másle
Fazolové lusky pro labužníky
Fazolové lusky na rajčatech

OBSAH

Vařená cibule se sýrem
Plněné cibule
Nákyp z brokolice
Květák s vejci
Květák na česneku a paprice
Plněné papriky s kari
Obalované plněné papriky s koprem
Rajčatové papriky
Zelený hrášek na smetaně
Vařená kukuřice
Houby se sýrem
Mrkev se sýrem
Zeleninová miska s rokfórem
Pórek se šunkou

OMÁČKY / 21
Bešamelová omáčka
Houbová omáčka
Sýrová omáčka
Vajíčková omáčka
Cibulová omáčka
Holandská omáčka
Hnědá omáčka
Omáčka z červeného vína
Pikantní omáčka z bílého vína
Ovocná omáčka
Pomerančová omáčka s medem
Rajčatová omáčka
Italská omáčka
Neapolská omáčka

DEZERTY / 23
Jablečný kompot
Jablečný dort
Pikantní plněná jablka
Jablka plněná mandlemi
Banánová pěna
Pečený banán
Banán s rumem
Hrušky s červeným vínem
Hrušky s čokoládovou omáčkou
Pražské broskve
Flambované broskve
Třešňový nákyp
Malinový nákyp
Plněná jablka
Čokoládový pudink s višňovou omáčkou
Rozinkový pudink
Tvarohový dort
Višně na smetaně
Palačinkový dort
Čokoládová poleva
Ovocná poleva
Karamelové bonbony
Krém s vínem

NÁPOJE / 25
Čaj s rumem
Kakao
Svařené víno
Grog
Pomerančový punč
Americká káva
Čokoláda

KOMBINOVANÉ VAŘENÍ / 25

KOMBINACE MIKROVLNNÉ TROUBY A HORKÉHO VZDUCHU / 25
Pečené kuře
Kuře po maďarsku
Kuře v županu
Rychlá pizza
Králík po sedlácku
Candát s tatarskou omáčkou
Dvojrošténka obložená plněnými rajčaty
Pečená makrela
Mořské filé s tatarskou omáčkou
Směs na roštu „Mixed Grill"
Myslivecká skopová žebírka

MOUČNÍKY / 28
Tvarohová bábovka
Levná bábovka
Jablkový koláč
Ovocný koláč
Dort
Bublanina
Tvarohová žemlovka
Koláč se švestkami

KOMBINACE MIKROVLNNÉ TROUBY A GRILU / 29
Biftek s opékanými brambory a tatarskou omáčkou
Biftek s vejcem a oblohou
Kapr na roštu s tatarskou omáčkou
Vepřový kotlet na rožni s tatarskou omáčkou a opékanými brambory
Kachna po starodávnu
Úhoř na rožni
Plněný hovězí závitek
Kuřecí jatýrka na rožni aromatizovaná červeným vínem
Vepřová játra na rožni

WINSTON®
Import & Marketing s.r.o.

Kvalita pro Vaši domácnost

Kompletní program pro mikrovlnné trouby

Nabídku největšího distributora nádobí pro mikrovlnné trouby si můžete prohlédnout na adrese:
Hudcova 76, 612 00 Brno
příp. přímo zakoupit ve vzorkové prodejně:
Žitná 45, 110 00 Praha

KUPON SLEVA 10%

SEŠITY DOMÁCÍHO HOSPODAŘENÍ SV. 202

Ladislav Dekány

VAŘÍME, PEČEME A GRILUJEME V MIKROVLNNÉ TROUBĚ

Fotografie Martin Hruška
Obálku navrhla
a graficky upravila Helena Hrabová
Vydalo Vydavatelství
a nakladatelství PRÁCE, spol. s r. o.,
Václavské náměstí 17, 112 58 Praha 1,
v roce 1996 jako svou 7027. publikaci
Odpovědná redaktorka Dana Řondíková
1. vydání – 32 stran
Tisk a vazba Moravská tiskárna Olomouc, spol. s r. o.,
Studentská 5, 771 64 Olomouc
Tematická skupina 08/26 24-011-96
ISBN 80-208-0417-X

© L. Dekány 1996