AEG

CHALLENGE THE EXPECTED

SOUS-VIDE
OBJEVTE VÝJIMEČNOU CHUŤ

AEG

ZBAVTE SE STEREOTYPŮ AEG VÍCE NEŽ OČEKÁVÁTE

My v AEG víme, co od svých spotřebičů očekáváte. Každodenní život ale může být mnohem více vzrušující a inspirativnější. Stačí jen změnit zaběhnuté stereotypy. Pro váš domov chceme to nejlepší, abyste mohli žít svůj život podle svého, věnovat se opravdu důležitým věcem a zároveň pečovat o svou domácnost odpovědně vůči životnímu prostředí.

AEG

SOUS-VIDE
VAŘTE S VÁŠNÍ A PROFESIONALITOU

Příprava jídla metodou **Sous-Vide** posune vaše kuchařské umění na novou úroveň. Představte si jídlo připravené u vás doma metodou, kterou využívají nejslavnější michelinské restaurace. Vše zvládnete snadno s **inovativním AEG vybavením** a s inspirací z naší **kuchařky**.

Sous-Vide ve francouzštině znamená „ve vakuu“ a označuje proces vakuového uzavření potravin v sáčku a následného vaření při nízké a přesné teplotě v páře nebo ve vodní lázni k zajištění konzistentních výsledků. Metoda vaření Sous-Vide je vhodná pro přípravu masa, ryb i zeleniny. Všechny ingredience včetně bylinek a koření vakuově uzavřete a poté vaříte při nízké teplotě. Zachováte tak chuť zpracovaných surovin, jejich barvu, vitamíny i nutriční hodnoty a jednotlivé chutě se dokonale prolnou.

Maso připravené metodou Sous-Vide bude měkké a šťavnaté, stejnoměrně propečené a téměř bez ztráty hmotnosti. Zelenina je naopak křehká, křupavá a krásně barevná.

Vaření metodou Sous-Vide přináší i časovou flexibilitu a pohodlí, protože můžete pokrm připravit předem, zamrazit nebo uložit do lednice na další úpravu a využití později.

TROUBY AEG
SteamPro

FUNKCE A VYUŽITÍ MULTIFUNKČNÍ PARNÍ TROUBY:

Parní trouba **SteamPro** přináší do vaší kuchyně novou úroveň precizního pečení a vaření v páře.

Je ideální pro pečení chleba a koláčů, dušení, pečení masa a ryb, vaření rýže a knedlíků, tepelnou úpravu ovoce a zeleniny, kynutí těsta, zavařování, regeneraci jídla, ohřev talířů a sušení.

Parní technologie dokáže díky **senzoru vlhkosti** automaticky dávkovat potřebné množství páry a nabízí 4 úrovně páry a funkci **Sous-Vide** pro vakuové vaření v páře.

S funkcí Steamify® nebudete nikdy na pochybách, jestli jste přidali páry moc nebo málo. Trouba automaticky zvolí správnou úroveň páry pro váš pokrm na základě nastavené teploty.

Výsledkem je vždy dokonalá chuť jako od profesionálních kuchařů.

4 úrovně páry: 25 %, 50 %, 80 % a 100 %
Funkce Sous-Vide a Steamify®

- Pečivo, moučníky a koláče
- Maso a drůbež
- Ovoce, zelenina a ryby
- Sous-Vide

*Obrázek je pouze ilustrační.

* Funkce Steamify je k dispozici u vybraných modelů.

INDUKČNÍ DESKY AEG
SensePro

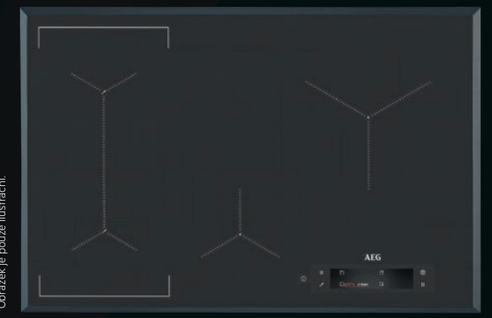
FUNKCE A VYUŽITÍ INDUKČNÍ DESKY:

Indukční varná deska **SensePro** s funkcí FlexiBridge se přizpůsobí jakémukoliv nádobí a rovnoměrným rozvodem tepla zajistí skvělé výsledky.

Díky **funkci FlexiBridge** lze spojit dohromady až 4 varné zóny a můžete tak lépe využít prostor, který máte k dispozici. Manipulace s velkými pánvemi nebo větším počtem nádob bude pro vás mnohem snadnější.

Bezdrátová teplotní sonda SensePro hlídá teplotu uvnitř pokrmu a umožňuje vaření metodou Sous-Vide.

Funkce Hob2Hood automaticky sama komunikuje s odsavačem par a reguluje jeho výkon podle intenzity vaření, abyste se mohli soustředit na klíčové momenty přípravy pokrmu.



*Obrázek je pouze ilustrační.

FUNKCE MULTIFUNKČNÍ PARNÍ TROUBY

SteamPro

Multifunkční parní trouba nabízí mnoho způsobů přípravy jídla. V následující tabulce najdete přehled těch nejpoužívanějších režimů, díky nimž připravíte jídlo přesně podle svých představ.

DOPLNĚNÍ VODY DO ZÁSOBNÍKU (800 ml čisté vody)	SYMBOL REŽIMU	REŽIM	POPIS REŽIMU	POUŽITÍ
Ano		SOUS-VIDE	Tento režim využívá páru se 100% vlhkostí v komoře a přesnou regulací teploty. Nastavení teploty od 50 °C do 100 °C.	Pro nízkoteplotní vaření ve vakuu (masa, ryb, zeleniny a ovoce). Všechny suroviny musejí být zavakuovány v certifikovaných vakuových sáčcích (pro vaření ve vakuu) na 100 % vakua.
Ano		VAŘENÍ V PÁŘE	Vaření v páře se 100% vlhkostí uvnitř trouby. Nastavení teploty od 50 °C do 100 °C. (některé modely mohou zobrazovat teplotu max 99 °C)	Na vaření knedlíků, rýže, brambor, zeleniny, vajec, mas a ryb. Na ohřívání všech příloh včetně těstovin, uzenin, mas a ryb.
Ano		VYSOKÁ VLHKOST	Pečení se 80% vlhkostí uvnitř trouby. Nastavení teploty od 50 °C do 130 °C.	Na pečení větších kusů mas. Na přípravu jídel ve vodní lázni, jako jsou krémy, pudinky, nákypy a teriny.
Ano		STŘEDNÍ VLHKOST	Pečení s 50% vlhkostí uvnitř trouby. Nastavení teploty od 50 °C do 200 °C.	Na pečení větších kusů mas (vepřové koleno, bůček, husa, kachna, jehněčí), příprava paštiky. Dále na ohřívání mas a příloh.
Ano		NÍZKÁ VLHKOST	Pečení s 25% vlhkostí uvnitř trouby. Nastavení teploty od 50 °C do 230 °C.	Na pečení vepřové pečeně, žeber, vepřového vrabce, sekané, kuřete, rolády, karbanátků, pečiva. Dále na ohřívání mas a příloh.
Ne		PRAVÝ HORKÝ VZDUCH	Pečení jako v horkovzdušné troubě, možnost péct až ve třech úrovních současně. Suché pečení bez použití vody v zásobníku. Nastavení teploty od 30 °C do 230 °C.	Na pečení a grilování všech druhů steaků, ryb, zeleniny. K zapékání brambor, těstovin a zeleniny.
Ne		VLHKÝ HORKÝ VZDUCH	Pečení horkým vzduchem, při kterém se uzavře klapka trouby a tím je využívána vlastní vlhkost surovin. Pečení v jedné úrovni trouby. Nastavení teploty od 160 °C do 230 °C.	Na pečení sladkého pečiva, dortů, zákusků, menších kusů mas. K zapékání brambor, těstovin, zeleniny.

FUNKCE MULTIFUNKČNÍ PARNÍ TROUBY

SteamPro Sous-Vide

Všechny ingredience musí být vždy zavakuovány na 100 %, aby nezbyl v sáčku žádný vzduch, jinak by se suroviny špatně upravily! Vždy po uvaření maso vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a opečeme na tuku (máslo, olivový olej, sádlo, rostlinný olej) co nejrychleji při opravdu vysoké teplotě, abychom povrch pouze zkaramelizovali do potřebné barvy a křupavosti, ale už dál nepokračovali v propékání masa uvnitř. Pokud nechcete maso bezprostředně po uvaření ve vakuu konzumovat, vložte sáček s hotovým masem či jinou surovinou ihned po uvaření do ledové vody a po zchladnutí vložte do lednice. Takto můžeme maso i další suroviny uchovávat až pět dní v lednici.

Parní trouba – režim SOUS-VIDE	Teplota (°C)	Čas (min)
Hovězí biftek 200 g	60	50 (medium)
Hovězí entrecote, roštěná 200 g	60	40 (medium)
Paštika v zavařovací sklenici 200 ml	80	80
Paštika ve vakuuovém sáčku	80	60
Vepřová kotleta 200 g	65	60
Vepřová krkovice 150–200 g	65	90
Vepřová panenka	65	90
Kachní stehna s kostí	90	600
Kachní prsa bez kosti	65	120
Králičí stehna s kostí	90	600
Králičí stehna vykostěná	65	120
Kuřecí stehna bez kosti	72	120
Kuřecí prsa	65 85	120 30
Losos filet 150–200 g	60	30
Pstruh filet	60	20–30
Vejce pošírovaná ve skořápce	65	45
Kedlubna krájená	95	60
Cibule na kyselo	95	90
Zelenina krájená (mrkev, celer, petržel, ředkvička)	95	30
Holandská omáčka, šodó omáčka, vanilková omáčka	75	50
Broskve půlené	95	20–30
Chřest	80	45
Pórek	95	30
Steak z květáku	90	90

OBSAH

RECEPTY PŘIPRAVENÉ V PARNÍ TROUBĚ

FARMÁŘSKÉ KUŘE NA PAPRICE SE ŠPECLEMI A NAKLÁDANOU HOŘČICÍ NAKYSELO 14
GRILOVANÁ TRESKA SKREI S MISO MÁSLEM A ZELENINOU 16
GRILOVANÉ KUŘECÍ STEHNO S HOUBOVÝM PYRÉ A KAPUSTOU 18
GRILOVANÝ ENTRECOTE SE ZELENINOVÝM DEMI-GLACE A CELEREM PEČENÝM V SOLI 20
GRILOVANÝ STEAK Z KVĚTÁKU, ANČOVIČKY, KAPARY, SLUNEČNICOVÝ OLEJ 22
HRUŠKA V PORTSKÉM VÍNĚ 24
KONFITOVANÉ BROSKVE S MÁSLOVÝMI SUŠENKAMI A ŠLEHANÝM MASCARPONE 26
KONFITOVANÉ KACHNÍ STEHNO S GRILOVANÝMI PAPRIKAMI A OMÁČKOU Z BÍLÉHO VÍNA 28
KRÁLÍK NA HOŘČICI S TVAROHOVÝMI NOKY, NAKLÁDANOU CIBULÍ A HOŘČIČNÝM SEMÍNKEM NAKYSELO 30
KŘEPELKA PLNĚNÁ KACHNOU S OMÁČKOU Z HUB A KOPRU 32
KUŘECÍ PRSO S DÝŇOVÝM PYRÉ A SALÁTEM Z JABLEK A FENYKLU 34
KUŘECÍ STEHNO S CAESAR EMULZÍ, SALÁTEM LITTLE GEM A NAKLÁDANÝMI ŘEDKVIČKAMI 36
LOSOS POŠÍROVANÝ V OLIVOVÉM OLEJI S MAČKANÝM HRÁŠKEM S BYLINKAMI 38
LOSOSOVITÝ PSTRUH A MANGOLD S EMULZÍ ZE ŽLOUTKŮ A HNĚDÉHO MÁSLA 40
LOUPÁKOVÝ TOUST S POŠÍROVANÝM VEJCEM, PSTRUHEM A HOLANDSKOU OMÁČKOU 42
MÁSLOVÁ LETNÍ ZELENINA S OŘECHOVÝM PESTEM A BYLINKAMI 44
MRKEV S CITRONOVOU MAJONÉZOU 46
PAŠTIKA Z DRŮBEŽÍCH JATER S LESNÍM MEDEM A MOŘSKOU SOLÍ 48
PEČENÁ KACHNÍ PRSA S OMÁČKOU Z ČERVENÉHO ZELÍ A KRUPICOVÝMI NOKY 50
PEČENÝ PÓREK S PYRÉ Z PEČENÝCH PAPRIK A PEČENÝMI BRAMBORAMI 52
PEČENÁ PERLIČKA PLNĚNÁ KYSANÝM ZELÍM SE SMRŽOVOU OMÁČKOU 54
POMALU PEČENÁ VEPŘOVÁ KRKOVICE S PYRÉ Z CELERU, S CIBULÍ A HNĚDÝM MÁSLEM 56
PSTRUH S BERNSKOU OMÁČKOU 58
UZENÝ ÚHOŘ S KACHNÍMI JÁTRY FOIE GRAS A KŘEPELČÍM VEJCEM MARINOVANÝM V ČERVENÉ ŘEPĚ 60
VEPŘOVÁ KOTLETA S HOUBAMI, LILKEM A MAJORÁNKOVOU OMÁČKOU 62
VEPŘOVÁ PANENKA S PETRŽELOVÝM PESTEM 64
VEPŘOVÁ PANENKA S OMÁČKOU CHIMICHURRI A ROLOVANOU ZELENINOU 66

RECEPTY PŘIPRAVENÉ NA INDUKČNÍ DESCE

GRILOVANÉ KUŘECÍ STEHNO S HOUBOVÝM PYRÉ A KAPUSTOU 72
LOSOSOVITÝ PSTRUH S MANGOLDEM A EMULZÍ ZE ŽLOUTKŮ S HNĚDÝM MÁSLEM 74
KACHNÍ PRSA S OMÁČKOU Z ČERVENÉHO ZELÍ A KRUPICOVÝMI NOKY 76
PÓREK S PYRÉ Z PEČENÝCH PAPRIK A PEČENÝMI BRAMBORAMI 88

PŘÍSLUŠENSTVÍ

PŘÍSLUŠENSTVÍ, KTERÉ VYLEPŠÍ VAŠE VÝSLEDKY 80

MULTIFUNKČNÍ PARNÍ TROUBY

FARMÁŘSKÉ KUŘE NA PAPRICE SE ŠPECLEMI A NAKLÁDANOU HOŘČICÍ NAKYSELO

4 porce

SV	01:30	65 °C

Kuře na paprice
4 kuřecí prsa s kůží
50 g špeku
1 cibule
1 lžíce sladké mleté papriky
500 g červené čerstvé papriky
400 ml drůbežího vývaru
5 kuliček nového koření
2 bobkové listy
200 ml zakysané smetany
50 g másla
sůl
pepř

Kuřecí prsa očistíme, opepříme a vložíme do sáčku, přidáme máslo a větvičku tymiánu. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se maso vzájemně nedotýkalo. Vložíme na rošt a dáme do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** při **65 °C** na **90 minut**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a krátce opečeme v pánvi na olivovém oleji nejdříve na kůži do zlatavé barvy a poté krátce z druhé strany. Před podáváním osolíme mořskou solí.

Špek nakrájíme na kostičky, vložíme do hrnce a necháme je rozpustit. Na rozpuštěný špek dáme nadrobno nakrájenou cibulku a necháme ji zesklovatět. Přidáme očištěnou a na kostičky nakrájenou čerstvou papriku a orestujeme, přidáme mletou papriku. Zalijeme vývarem, přidáme nové koření, přikryjeme pokličkou a dusíme do změknutí papriky. Poté omáčku rozmixujeme ponorným mixérem, přidáme zakysanou smetanu, přivedeme k varu a odstavíme. Dochutíme solí, pepřem a omáčku přecedíme přes cedník.

Špecle s hořčičným semínkem
500 kg polohrubé mouky
300 g zakysané smetany
20 g hrubozrnné hořčice
5 vajec
sůl

Vše smícháme dohromady a vypracujeme hladké těsto. Přes cedník na špecle zavaříme v osolené vodě, vaříme 5 minut. Poté špecle vyndáme a hned podáváme. Nebo špecle propláchneme ve studené vodě a uchováme v lednici. Před podáváním krátce opečeme na rostlinném oleji. Opečené kuřecí prso podáváme s omáčkou a špeclemi.

Tip: Můžeme podávat s hořčičným semínkem nakyselo.

Hořčičné semínko nakládané nakyselo
50 g hořčičného semínka
100 ml kvasného octa
300 ml vody
1 lžička cukru
1 lžička soli

Smícháme dohromady ocet, vodu, cukr, sůl a vše zahřejeme, aby se cukr a sůl rozpustily. Přidáme hořčičné semínko, stáhneme z plotny a necháme odležet alespoň 2 hodiny. Vše poté vaříme na mírném ohni, dokud hořčice nezměkne. Hořčičné semínko můžeme uchovat v uzavřené nádobě v lednici pro další použití.

GRILOVANÁ TRESKA SKREI S MISO MÁSLEM A ZELENINOU

4 porce

SV	⇥ 00:30	▸ 60 °C
FULL	⇥ 00:10	▸ 96 °C

800 g tresky (bez kůže)

Marinovací směs na rybu
4 polévkové lžíce soli
1 polévková lžíce cukru
1 lžička drceného anýzu
2 lžíce másla

Miso máslo
120 g másla
1 natvrdo uvařené vejce
40 g světlé miso pasty
1 stroužek česneku
kůra a šťáva z 1 limety
½ chilli papričky
1 plátek čerstvého zázvoru
300 g míchané čerstvé barevné zeleniny (brokolice, kukuřice, květák, hrášek, mrkev, chřest atd.)

Rybu očistíme, omyjeme a osušíme. Rybu zasypeme marinovací směsí (sůl, cukr a anýz) a necháme marinovat 10 minut. Naložení do soli a cukru rybu zpevní a dodá hlubší chuť.
Poté rybu opláchneme studenou vodou, osušíme a nakrájíme na čtyři kusy.
Porce ryby vložíme do sáčku s kouskem másla tak, aby se porce ryby vzájemně nedotýkaly. **Zavakuujeme na 100 % vakua**. Sáček s rybou vložíme do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **60 °C 30 minut**. Ryby po uvaření vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a můžeme hned servírovat.

V pokojové teplotě necháme povolit máslo, poté ho vložíme do ponorného mixéru spolu s miso pastou, najemno strouhaným česnekem a zázvorem, vařeným vejcem, čili papričkou, strouhanou limetovou kůrou (jen zelená část) a šťávou – rozmixujeme na hladkou jemnou pěnu. Miso pěnu vložíme do zdobicího sáčku.
Zeleninu omyjeme, větší kusy nakrajíme na potřebné tvary a vložíme do děrované nádoby. Dáme do předehřáté trouby na režim **Vaření v páře 96 °C**, čas **10 minut**.
Poté zeleninu krátce prohřejeme v pánvi na másle či olivovém oleji. Na talíř nandáme zeleninu a vedle ní položíme rybu, na kterou ozdobně nastříkáme miso pěnu.

GRILOVANÉ KUŘECÍ STEHNO S HOUBOVÝM PYRÉ A KAPUSTOU

4 porce

SV	→| 02:00	▸ 72 °C

Kuře
4 kuřecí stehna s kůží
1 lžíce másla
1 větvička tymiánu
sůl
pepř

Kuřecí stehno vykostíme (kůži necháme), osolíme, opepříme a každý plátek přehneme na půl kůží navrch. Maso vložíme do sáčku, přidáme máslo a tymián. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se stehna vzájemně nedotýkala. Sáček s masem vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **72 °C 2 hodiny**.
Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, maso osušíme a krátce opečeme na olivovém oleji s kouskem másla dozlatova.

Houbové pyré
250 g žampionů
65 g másla
20 g medu
15 g sójové omáčky
125 g vody
½ lžíce lihového octa

Žampiony nakrájíme na plátky a orestujeme na másle do hněda. Zalijeme vodou, sójovou omáčkou, přidáme med a ocet. Vše svaříme o třetinu a rozmixujeme do hladka.

Kapusta
30 g másla
250 g kadeřavé kapusty
1 lžíce citronové šťávy
sůl
pepř

Kapustu omyjeme, rozebereme na listy a krátce opečeme na másle. Na závěr zakápneme citronovou šťávou, dochutíme solí a pepřem.

Opečené kuřecí stehno překrojíme a podáváme s houbovým pyré a opečenou kapustou.

GRILOVANÝ ENTRECOTE SE ZELENINOVÝM DEMI-GLACE A CELEREM PEČENÝM V SOLI

4 porce

SV	→| 00:40	▸ 60 °C
	→| 00:45	▸ 180 °C
	→| 02:00	▸ 200 °C

Entrecote
4 steaky à 200 g z vyzrálého hovězího vysokého roštěnce
lžíce másla
mořská sůl
čerstvě mletý pepř (dle chuti)
1 větvička rozmarýnu
olivový olej

Maso očistíme, osušíme, opepříme a vložíme do sáčku, přidáme máslo a větvičku rozmarýnu. **Zavakuujeme na 100 % vakua**, vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **60 °C 40 minut**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a krátce opečeme v pánvi na olivovém oleji z obou stran, před podáváním osolíme mořskou solí.

Zeleninový demi-glace
450 g petržele (nebo lilku)
450 g květáku
250 g celeru
150 g mrkve
100 g červené řepy
150 g cibule
60 g česneku
100 ml rajčatového protlaku
100 g slunečnicového oleje
3 l vody
4 g soli

Zeleninu očistíme, nakrájíme na plátky a vložíme do pekáče. Přidáme rajčatový protlak, slunečnicový olej a vše promícháme. Vložíme do předehřáté trouby na režim **Pravý horký vzduch 180 °C** na **45 minut**. V polovině pečení zeleninu promícháme, aby se pekla stejnoměrně. Dohněda upečenou zeleninu přendáme do hrnce, zalijeme 3 litry vody a vaříme 40 minut. Poté zeleninu přecedíme přes cedník a na mírném ohni redukujeme (svaříme) alespoň na polovinu.

Tip: Zbylou omáčku můžeme nalít do tvořítek na led a zamrazit nebo ponechat na další vaření.

Celer pečený v solném těstě (místo těsta můžeme použít alobal)
1 celer
Těsto:
250 g mořské soli
250 g polohrubé mouky
120 ml vody
10 ml slunečnicového oleje

Vše smícháme dohromady a vypracujeme těsto. Do těsta (nebo alobalu) zabalíme důkladně omytý a očištěný celer v celku se slupkou a pečeme na režim **Pravý horký vzduch 200 °C 2 hodiny**. Upečený celer rozebereme na jednotlivé porce, které opečeme v pánvi na másle do zlatavé barvy.

Omáčku před podáváním zahřejeme, odstavíme mimo var a přidáme lžíci studeného másla, které zašleháme do omáčky, dále nevaříme.

Hotové upečené maso nakrájíme na plátky a podáváme s omáčkou a pečeným celerem. Ozdobíme bylinkami.

GRILOVANÝ STEAK Z KVĚTÁKU, ANČOVIČKY, KAPARY, SLUNEČNICOVÝ OLEJ

4 porce

SV	→ 01:30	▸ 95 °C

Květák
4 plátky z celého květáku nakrájené na 2cm steaky
1 lžíce másla
olivový olej
mořská sůl
pepř

Květák osolíme a vložíme do vakuového sáčku s máslem. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se květák vzájemně nedotýkal. Vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme na **95 °C 90 minut**. Po uvaření květák vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a krátce opečeme v pánvi na olivovém oleji z obou stran, před podáváním osolíme mořskou solí.

Odřezky z květáku můžeme nakrájet na struhadle na velmi jemné plátky, dáme do studené vody, později použijeme na ozdobu.

Omáčka z ančoviček
5 ančoviček
2 lžíce másla
2 šalotky
1 větvička tymiánu
divoké koření (3 kuličky nového koření, 2 bobkové listy, 5 kuliček černého pepře)
100 ml suchého bílého vína
250 ml 33% smetany
mořská sůl
čerstvě mletý pepř

Na másle zpěníme šalotku, přidáme ančovičky, divoké koření, tymián a vše orestujeme. Zalijeme bílým vínem a necháme víno odpařit. Přidáme smetanu a přivedeme k varu, vaříme asi 10 minut. Omáčku dochutíme solí a pepřem, poté přecedíme přes jemný cedník.

Na ozdobu
16 ks kapar v nálevu
rostlinný olej

Kapary osušíme a v malém kastrůlku zprudka osmažíme v rostlinném oleji.

Slunečnicová semínka krátce opečeme nasucho v teflonové pánvi.

Opečený květák dáme do talíře, polijeme horkou omáčkou, ozdobíme plátky syrového květáku, přidáme smažené kapary, slunečnicová semínka a bylinky, pokapeme olivovým olejem.

HRUŠKA V PORTSKÉM VÍNĚ

1 porce

SV	→I 00:45	▸ 85 °C

1 hrušku (tvrdší)
200 ml portského vína
250 g měkkého tvarohu
4 lžíce cukru
1 ks skořice
1 ks badyánu
1 lžičku růžového pepře
1 hrst lískových oříšků

Portské víno svaříme spolu se dvěma lžícemi cukru, skořicí, badyánem a růžovým pepřem (zredukujeme na pětinu původního objemu). Hrušku oloupeme, celou vložíme do vakuovacího sáčku spolu se zredukovaným vínem a **zavakuujeme na 100 % vakua**. Sáček s hruškou vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **85 °C 45 minut**.

Podáváme s tvarohem, který jsme smíchali se dvěma lžícemi cukru, a na pánvi opraženými oříšky. Tekutinu, která zbyde z hrušek (ve vakouovém sáčku), vlijeme do kastrůlku a svaříme do konzistence sirupu. Můžeme dochutit cukrem a citronovou šťávou. Hrušku tímto sirupem podlijeme.

KONFITOVANÉ BROSKVE S MÁSLOVÝMI SUŠENKAMI A ŠLEHANÝM MASCARPONE

4 porce

SV	→I 00:30	▸ 95 °C
	→I 00:20	▸ 180 °C

Broskve
4 čerstvé broskve, rozpůlené a vypeckované
150 g cukru
250 ml suchého bílého vína
1/2 vanilkového lusku, podélně rozkrojený a vyškrábaný (můžeme použít i vanilkový cukr)
1 lžíce másla

V kastrůlku smícháme cukr, víno, vanilková semínka i lusk a krátce povaříme. Tento rozvar dáme do vakuového sáčku s broskvemi a **zavakuujeme na 100 % vakua**. Broskve vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **95 °C 20–30 minut** podle velikosti broskví (broskve nemají být rozvařené, ale křupavé). Po uvaření broskve vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a krátce opečeme v pánvi na másle dozlatova. Tekutinu, která zbyde z broskví, vlijeme zpět do kastrůlku a svaříme do konzistence sirupu. Můžeme dochutit cukrem a citronovou šťávou.

Máslové sušenky (jakékoliv máslové sušenky nebo Lotus sušenky)
300 g hladké mouky
1 vanilkový lusk, podélně rozkrojený a vyškrábaný
220 g másla
70 g moučkového cukru

Do mísy nasypeme mouku, přidáme měkké máslo, moučkový cukr a semínka vanilky. Vypracujeme hladké těsto, uděláme váleček, který zabalíme do potravinářské fólie a necháme přes noc odležet. Druhý den z válečku těsta krájíme plátky a klademe na pečicí papír. Pečeme v předehřáté troubě na režim **Pravý horký vzduch 180 °C 15–20 minut** (dle velikosti).

Šlehané mascarpone
200 g mascarpone
125 ml 33% smetany na šlehání
50 g moučkového cukru

Smetanu vyšleháme s moučkovým cukrem (ne vanilkovým) do husté pěny, lehce vmícháme mascarpone. Vložíme do cukrářského sáčku.

Opečené broskve polijeme svařeným sirupem, na broskve rozlámeme upečené sušenky a ozdobíme vyšlehaným mascarpone.

Tip: Můžeme posypat oříšky, griliášem nebo strouhanou čokoládou. Také můžeme podávat se zmrzlinou.

KONFITOVANÉ KACHNÍ STEHNO S GRILOVANÝMI PAPRIKAMI A OMÁČKOU Z BÍLÉHO VÍNA

4 porce

SV	10:00	90 °C
	00:20	200 °C
	00:20	180 °C

Kachní stehna
4 kachní stehna
2 lžíce sádla
1 větvička tymiánu
2 stroužky česneku
sůl
pepř

Kachní stehna osolíme a opepříme, vložíme do sáčku s česnekem a tymiánem, zalijeme rozpuštěným sádlem. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se maso vzájemně nedotýkalo. Vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **90 °C** asi **10 hodin** (do měkka). Po upečení maso vyndáme ze sáčku a ze sádla. Sádlo necháme oddělit od výpeku, uschováme ho na omáčku.
Kachní stehna dáme do vyhřáté trouby na režim **Pravý horký vzduch 200 °C** na **20 minut** a pečeme do zlatava/křupava.

Grilované papriky
4 papriky Corno Rosso (nebo klasická červená paprika)
olivový olej
sůl
pepř

Papriky rozložíme na plech, potřeme olivovým olejem, osolíme, opepříme a pečeme v troubě na režim **Pravý horký vzduch 180 °C 20 minut**. Poté papriky rozpůlíme a vyndáme semínka.

Omáčka z bílého vína
500 ml bílého vína
2 najemno nakrájené šalotky
2 větvičky tymiánu
výpek z kachních stehen
2 lžičky citronové šťávy
1 bobkový list
100 g másla
1 lžíce nasekaného čerstvého estragonu
pepř
sůl

V kastrolu smícháme víno, šalotku, tymián, bobkový list a přivedeme k varu. Vaříme, dokud tekutinu nezredukujeme na 100 ml. Přilijeme výpek z kachních stehen (bez sádla) a povaříme, přecedíme omáčku přes jemné síto do čistého kastrůlku. Zahřejeme na mírný výkon a zašleháme studené máslo, přidáme citronovou šťávu, čerstvě mletý pepř a na závěr nakrájený estragon.

Kachní stehna podáváme s pečenými paprikami a omáčkou.

KRÁLÍK NA HOŘČICI S TVAROHOVÝMI NOKY, NAKLÁDANOU CIBULÍ A HOŘČIČNÝM SEMÍNKEM NAKYSELO

4 porce

SV	→ 02:00	▸ 72 °C
FULL	→ 00:40	▸ 85 °C

Králík
4 vykostěná králičí stehna
mořská sůl
pepř
bylinky (tymián, rozmarýn nebo majoránka)
1 lžíce másla

Králičí stehna osolíme, opepříme a každý plátek přehneme na polovinu. Maso vložíme do sáčku, přidáme máslo a tymián. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se stehna vzájemně nedotýkala. Sáček s masem vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **72 °C 2 hodiny**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, osušíme a krátce opečeme na olivovém oleji s kouskem másla dozlatova.

Omáčka
50 g špeku
100 g dijonské hořčice
400 ml bílého suchého vína
200 ml smetany
400 ml masového nebo zeleninového vývaru
1 střední cibule
snítka tymiánu
4 bobkové listy
černý pepř
6 stroužků česneku
sůl

Špek nakrájíme na kostičky a necháme vyškvařit, přidáme nakrájenou cibuli, česnek a orestujeme. Přidáme bylinky a hořčici, které také orestujeme, zalijeme vínem, které necháme odpařit. Zalijeme vývarem a vaříme cca 30 minut. Omáčku přecedíme a zjemníme smetanou, dochutíme solí a pepřem.

Bramborové noky s tvarohem
500 g oloupaných brambor uvařených ve slupce
170 g polohrubé mouky
170 g měkkého tvarohu
2 vejce
špetka mletého kmínu

Všechny ingredience smícháme v robotu, z těsta tvarujeme lžičkou noky, které vhazujeme do osolené vařící vody. Vaříme přibližně 2 minuty, dokud nevyplavou.

Červená cibule nakyselo
5 červených cibulí (asi 500 g)
100 ml lihového octa
300 ml vody
1 čajová lžička soli
1 čajová lžička cukru
divoké koření (5 kuliček nového koření, 2 bobkové listy, 5 kuliček černého pepře)

Červenou cibuli oloupeme a v celku vložíme do zavařovací sklenice. V hrnci smícháme ocet, vodu, cukr, sůl, divoké koření a pár minut vaříme na mírném výkonu. Cibuli zalijeme připraveným horkým nálevem a uzavřeme. Sklenici sterilizujeme v předehřáté troubě v režimu **Vaření v páře 85 °C 40 minut**. Takto připravenou cibuli můžeme skladovat až jeden rok.

Hořčičné semínko nakládané nakyselo
50 g hořčičného semínka
100 ml kvasného octa
300 ml vody
1 lžička cukru
1 lžička soli

Dohromady smícháme ocet, vodu, cukr, sůl a vše zahřejeme, aby se cukr a sůl rozpustily. Přidáme hořčičné semínko, stáhneme z plotny a necháme odležet alespoň 2 hodiny. Vše poté vaříme na mírném ohni, dokud hořčice nezměkne.

Opečeného králíka přelijeme horkou omáčkou, přidáme noky. Ozdobíme kousky červené cibule a nakládanou hořčicí.

KŘEPELKA PLNĚNÁ KACHNOU S OMÁČKOU Z HUB A KOPRU

4 porce

SV	→I 02:00	▸ 72 °C
FULL	→I 00:30	▸ 100 °C

Křepelka
4 křepelky
200 g kachních stehen (bez kosti a kůže)
4 ks křepelčích vajec
50 g sušených hříbků
100 g másla
30 g kyselých okurek
30 g kaparů
sůl
pepř

Omáčka
kosti ze 4 křepelek
50 ml rostlinného oleje
80 g mrkve
80 g celeru
50 g petržele
1 ks šalotky
2 dl smetany
50 g kyselých okurek
30 g kaparů
30 g kopru
olej
divoké koření (5 kuliček nového koření, 2 bobkové listy, 5 kuliček černého pepře)

Knedlíky
250 g brambor vařených ve slupce
1 vejce
400 g hrubé mouky
sůl
muškátový oříšek

Křepelky vykostíme od krku, necháme zadní běhy a kosti schováme na omáčku. Kachnu nameleme v masovém strojku a osolíme. Přidáme pepř a na kostičky nakrájené kapary a okurky. Křepelčí vejce uvaříme a oloupeme. Umleté kachní maso rozdělíme na 4 díly a do každého zabalíme uvařené křepelčí vejce. Vyjmeme křepelčí prsa, vsuneme pod ně mleté kachní maso a prsa vrátíme zpět do křepelky. Křepelky po jedné **zavakuujeme s jednou lžící másla na 100 % vakua**, vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme na **72 °C 2 hodiny**. Po uvaření křepelky vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a opečeme v pánvi na olivovém oleji s kouskem másla po všech stranách dozlatova.

Kosti restujeme na oleji, přidáme kořenovou zeleninu a cibuli a důkladně opečeme. Přidáme koření, zalijeme vodou a táhneme na mírném ohni 4 hodiny. Vývar přecedíme, zjemníme smetanou a zredukujeme na polovinu. Do hotové omáčky přidáme nasekaný kopr, nakrájené kapary a okurky.

Brambory nastrouháme na jemném struhadle, přidáme vejce, sůl, muškátový oříšek a hrubou mouku. Vytvarujeme knedlíky a vaříme v předehřáté troubě na režim **Vaření v páře** při **100 °C 30 minut**.

AEG

KUŘECÍ PRSO S DÝŇOVÝM PYRÉ A SALÁTEM Z JABLEK A FENYKLU

4 porce

SV	→I 01:30	▸ 65 °C
SV	→I 02:00	▸ 95 °C

Kuřecí prsa
4 kuřecí prsa s kůží
lžíce másla
1 větvička tymiánu
sůl
pepř
olivový olej

Kuřecí prsa očistíme, opepříme a vložíme do sáčku, přidáme máslo a větvičku tymiánu. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se maso vzájemně nedotýkalo. Vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **65 °C 90 minut**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a krátce opečeme v pánvi na olivovém oleji s kouskem másla nejdříve na kůži do zlatavé barvy a poté krátce z druhé strany. Před podáváním osolíme mořskou solí.

Salát z jablek a fenyklu
100 g jablek Granny Smith
100 g čerstvého fenyklu
30 g vlašských ořechů
25 g olivového oleje
25 g jablečného octa
16 g medu
2 g soli

Jablko a fenykl nakrájíme na struhadle na velmi slabé plátky a vložíme do mísy. Ořechy orestujeme na pánvi nasucho a poté nakrájíme na malé kousky. Ořechy nasypeme do mísy a přidáme olej, ocet, med, sůl a vše promícháme. Připravujeme těsně před podáváním, jinak by nám fenykl i jablka ztmavly.

Dýňové pyré
1 muškátová dýně
100 g másla
5 g soli

Dýni očistíme, vyndáme semínka, oloupeme a nakrájíme na tenčí plátky. Vložíme do sáčku v tenké vrstvě s máslem a solí a **zavakuujeme na 100 % vakua**. Vaříme na režim **Sous-Vide 95 °C 2 hodiny**, poté celý obsah rozmixujeme v mixeru na hladké pyré a dochutíme solí. Pyré můžeme i zamrazit a uchovat na další použití, například do italských rizot.

Opečené kuřecí prso nakrájíme na plátky a podáváme se salátem a dýňovým pyré.

KUŘECÍ STEHNO S CAESAR EMULZÍ, SALÁTEM LITTLE GEM A NAKLÁDANÝMI ŘEDKVIČKAMI

4 porce

SV	02:00	72 °C

Kuře
4 kuřecí stehna s kůží a kostí
lžíce másla
1 větvička tymiánu
sůl
černý pepř
olivový olej na opečení

Kuřecí stehno vykostíme (kůži necháme), osolíme, opepříme a každý plátek přehneme na polovinu kůží nahoru. Maso vložíme do sáčku, přidáme máslo a tymián. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se stehna vzájemně nedotýkala. Sáček s masem vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **72 °C 2 hodiny**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, osušíme a krátce opečeme na olivovém oleji s kouskem másla dozlatova.

Caesar emulze
1 stroužek česneku
2 ks filetů ančoviček
1 lžíce dijonské hořčice
šťáva z ½ citronu
60 ml olivového oleje
1 lžička kvalitní worcesterské omáčky
špetka soli
čerstvě mletý pepř (dle chuti)
30 g strouhaného parmazánu

Do mixéru vložíme ančovičky, česnek, hořčici, worcesterskou omáčku, šťávu z citronu a vše rozmixujeme. Poté pomalu přiléváme olivový olej, než vznikne hustá emulze. Osolíme, opepříme, přidáme parmezán a znovu důkladně rozmixujeme.

Little Gem
1 salát Little Gem
50 g parmezánu
olej
sůl
pepř

Čerstvý salát rozřízneme napůl a opečeme krátce na olivovém oleji, osolíme a opepříme. Těsně před podáváním zastrouháme sýrem.

Nakládané ředkvičky
200 g ředkviček
100 ml lihového octa
300 ml vody
1 čajová lžička soli
1 čajová lžička cukru
divoké koření (5 kuliček nového koření, 2 bobkové listy, 5 kuliček černého pepře)

Ředkvičky nakrájíme na plátky a dáme do sklenice. Smícháme ocet, vodu, sůl, cukr a divoké koření. Nálev přivedeme k varu a nalijeme na ředkvičky. Sklenici uzavřeme a necháme v lednici do druhého dne.

Opečené maso dáme na talíř a ozdobíme ředkvičkami, grilovaný salát pokapeme Caesar emulzí a zasypeme strouhaným parmazánem.

LOSOS POŠÍROVANÝ V OLIVOVÉM OLEJI S MAČKANÝM HRÁŠKEM S BYLINKAMI

4 porce

SV	→ 00:30	▸ 60 °C
FULL	→ 00:10	▸ 100 °C

Losos
4 filety à 150–200 g kvalitního chlazeného lososa s kůží
olivový olej (dle potřeby)
čerstvé bylinky dle chuti (tymián, rozmarýn, majoránka aj.)
bílý pepř

Marinovací směs na rybu
4 polévkové lžíce soli
1 polévková lžíce cukru

Očištěné a osušené filety zbavené kostí posypeme směsí soli a cukru. Necháme marinovat cca 10 minut, poté filety opláchneme studenou vodou a osušíme papírovou utěrkou. Naložení do soli a cukru rybu zpevní a dodá hlubší chuť. Osušené filety opepříme a s olivovým olejem vložíme do sáčku tak, aby se ryby vzájemně nedotýkaly. **Zavakuujeme na 100 % vakua**. Sáček s rybou vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **60 °C 30 minut**. Ryby po uvaření vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a krátce opečeme na kůži na olivovém oleji s bylinkami do zlatavé barvy.

Mačkaný hrášek s bylinkami
200 g mraženého hrášku
50 ml vody
30 g másla
3 g citronové šťávy
0,05 g černého pepře
hladkolistá petržel
estragon
pažitka
2 g soli

Mražený hrášek vložíme do děrované nádoby a dáme do předehřáté trouby na režim **Vaření v páře 100 °C** na **10 minut**.

Uvařený hrášek vložíme do kastrůlku, rozmačkáme s máslem a dochutíme citronovou šťávou a černým pepřem. Promícháme s nakrájenými bylinkami a hned podáváme s opečeným lososem. Hrášek před podáváním krátce prohřejeme.

Do talíře dáme mačkaný hrášek a na něj položíme opečeného lososa. Dekorujeme bylinkami a pokapeme olivovým olejem.

LOSOSOVITÝ PSTRUH A MANGOLD S EMULZÍ ZE ŽLOUTKŮ A HNĚDÉHO MÁSLA

4 porce

SV	→ 00:30	▸ 60 °C

Pstruh
4 filety à 150–200g lososovitého pstruha s kůží bez kostí
olivový olej (dle potřeby)
čerstvé bylinky dle chuti (tymián, rozmarýn, majoránka aj.)
bílý pepř

Marinovací směs na rybu
4 polévkové lžíce soli
1 polévková lžíce cukru

Očištěné a osušené filety zbavené kostí posypeme směsí soli a cukru. Necháme marinovat asi 10 minut, poté filety opláchneme studenou vodou a osušíme papírovou utěrkou. Naložení do soli a cukru rybu zpevní a dodá hlubší chuť. Osušené filety opepříme a s olivovým olejem vložíme do sáčku tak, aby se vzájemně nedotýkaly. **Zavakuujeme na 100 % vakua**. Sáček s rybou vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **60 °C 30 minut**.
Ryby po uvaření vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a opatrně sundáme kůži.

Šalotkové máslo
100 g másla
2 šalotky

Šalotky nakrájíme na slabé plátky. Na pánvi rozpustíme máslo, přidáme šalotku, kterou osmažíme, dokud není křupavá. Máslo přecedíme a šalotku vyndáme na ubrousek a necháme vychladnout (šalotku použijeme na dekoraci), zbyde nám máslo, které má chuť po karamelové šalotce, budeme ho potřebovat na emulzi ze žloutků.

Emulze ze žloutků (omáčka)
50 g žloutků
20 g miso pasty – sójové ochucovadlo (koupíte v asijských obchodech)
2 lžíce vinného octa
100 g šalotkového másla
čerstvě mletý pepř
lžíce kvalitní japonské sójové omáčky

Do mixéru dáme syrové žloutky, miso pastu, sójovou omáčku, pepř, ocet a mixujeme. Pomalu přiléváme horké šalotkové máslo, dokud nám nevznikne hustá emulze. Podle chuti můžeme přidat miso pastu nebo ocet.

Na pánvi od šalotkového másla krátce opečeme mangoldové listy, které ochutíme solí.

Pstruha podáváme s mangoldem, žloutkovou omáčkou a křupavou šalotkou.

Tip: Pstruha také můžeme nechat s kůží. V tom případě ho před podáváním lehce opečeme na másle (jen na kůži).

LOUPÁKOVÝ TOUST S POŠÍROVANÝM VEJCEM, PSTRUHEM A HOLANDSKOU OMÁČKOU

4 porce

SV	→I 00:50	▸ 75 °C
	→I 00:00	96 °C ▸180 °C
SV	→I 00:30	▸ 60 °C

Holandská omáčka z hnědého másla
(můžeme si připravit den dopředu)
20 g octa
1 šalotka najemno
75 g másla
43 g žloutků
30 g vody
10 g citronové šťávy
1 g soli

Na másle orestujeme šalotku, zalijeme octem a sundáme z plamene, přecedíme přes cedník do mísy. Přidáme žloutky, vodu, citronovou šťávu a sůl. Přendáme do sáčku a **zavakuujeme na 100 % vakua**. Vaříme v předehřáté troubě na režim **Sous-Vide 75 °C 50 minut**. Před podáváním omáčku zahřejeme přímo v sáčku na nízkou teplotu 70 °C, přelijeme do úzké nádoby, rozmixujeme tyčovým mixérem a ihned podáváme. Vždy ohřívejte na nízkou teplotu do 75 °C, jinak se omáčka srazí!

Tip: Teplou omáčku můžeme rozmixovat, přelít do lahve na šlehačku a použít 2 bombičky na 1 l. Omáčku stříkáme přímo z lahve.

Vejce (můžeme si připravit den dopředu)
Celé vejce vaříme ve vodní lázni při 65 °C 45 minut. Poté zchladíme ve studené vodě. Před podáváním vejce vložíme na 5 minut do teplé vody nebo trouby (tím se prohřeje). Teplé vejce opatrně rozklepneme (abychom ho nepoškodili), osolíme, opepříme a podáváme.

Loupákový toust
(můžeme použít loupákový rohlík nebo briošku)
960 g hladké mouky
30 g vanilkového cukru
160 g cukru krupice
150 g másla
2 vejce
480 g mléka
55 g droždí

Připravíme si kvásek z části mléka, droždí, cukru a trochy mouky. Do mísy dáme mouku, cukr, vanilkový cukr, vejce, rozpuštěné máslo, vlažné mléko a kvásek, vypracujeme hladké těsto, které necháme vykynout. Poté vložíme do máslem vymazané hranaté formy na tousty, opět necháme vykynout a pečeme v předehřáté troubě na režim **Pravý horký vzduch 180 °C**, do středu těsta zapíchneme **sondu**, kterou nastavíme na **96 °C**.

Pstruh
4 filety à 150–200 g pstruha s kůží bez kostí
olivový olej (dle potřeby)
čerstvé bylinky dle chuti (tymián, rozmarýn, majoránka aj.)
bílý pepř

Marinovací směs na rybu
4 polévkové lžíce soli
1 polévková lžíce cukru

Očištěné a osušené filety zbavené kostí posypeme směsí soli a cukru. Necháme marinovat asi 10 minut, poté filety opláchneme studenou vodou a osušíme papírovou utěrkou. Naložení do soli a cukru rybu zpevní a dodá hlubší chuť.
Osušené filety opepříme a s olivovým olejem vložíme do sáčku tak, aby se vzájemně nedotýkaly. **Zavakuujeme na 100 % vakua**. Sáček s rybou vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **60 °C 30 minut**. Ryby po uvaření vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a opatrně sundáme kůži.

Salát
Mix barevných salátů (rukola, polníček, římský salát, Rosso aj.)

Medovocitronový dressing na salát
2 lžíce medu
2 lžíce olivového oleje
1 lžíce citronové šťávy
špetka soli

Všechny ingredience společně vyšleháme a těsně před podáváním tímto dresinkem ochutíme omytý salát.

Z toustu ukrojíme plátek, který nasucho na pánvi krátce opečeme do křupava. Na talíř položíme plátek opečeného toustu a na něj položíme rozklepnuté osolené vejce, které obložíme natrhaným pstruhem a ochuceným salátem. Nakonec polijeme holandskou omáčkou a ozdobíme bylinkami.

Tip: Použít můžeme i kupovaného uzeného pstruha.

MÁSLOVÁ LETNÍ ZELENINA S OŘECHOVÝM PESTEM A BYLINKAMI

4 porce

SV	→I 00:45	▸ 95 °C
	→I 00:30	▸150 °C

Máslová letní zelenina
200 g barevné mrkve (červená, fialová, žlutá)
100 g květáku
100 g ředkviček
100 g růžičkové kapusty
2 lžíce másla
sůl
pepř
bylinky

Očištěnou, oloupanou a omytou zeleninu nakrájíme na větší kousky, osolíme, opepříme a vložíme do vakuového sáčku s máslem. **Zavakuujeme na 100 % vakua**. Zeleninu vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **95 °C 40–50 minut** dle velikosti a typu zeleniny (zelenina nemá být rozvařená, ale křupavá). Po uvaření zeleninu okamžitě zchladíme v sáčku v ledové vodě. Poté zeleninu vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a krátce opečeme v pánvi na olivovém oleji s kouskem másla. Před podáváním osolíme mořskou solí.

Ořechové pesto (můžeme si připravit dopředu)
100 ml olivového oleje
30 g parmezánu
15 g česneku
100 g vlašských ořechů
20 ml vody (dle konzistence)
10 ml vinného octa
5 g soli
1 g černého mletého pepře

Vlašské ořechy pečeme v troubě na **Pravý horký vzduch 150 °C 30 minut,** v průběhu pečení ořechy promícháme. Ořechy necháme vychladnout a poté krátce rozmixujeme.
Nastrouháme parmezán, česnek a smícháme v misce s ořechy, olivovým olejem, octem, solí, pepřem a vodou.

Na talíř dáme nejdříve pesto, poté opečenou zeleninu a bylinky (sakura, výhonky).

Tip: Na tento recept můžeme použít i brokolici, kedlubnu, chřest, petržel aj.

MRKEV S CITRONOVOU MAJONÉZOU

2 porce

SV	00:50	95 °C

Mrkev
4 mrkve
1 lžíce kvalitního olivového oleje
1 snítka tymiánu
1 lžička cukru
špetka soli
hrst lískových ořechů (případně vlašských, kešu)

Majonéza
2 žloutky
150 ml slunečnicového oleje
3 citrony
2 lžičky dijonské hořčice
pepř
sůl

Mrkve důkladně očistíme kartáčkem (můžeme nechat 2cm zelené natě – pro atraktivnější vzhled) vložíme do vakuovacího sáčku spolu se špetkou soli a cukru, olivovým olejem a tymiánem a **zavakuujeme na 100 % vakua**. Mrkve vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **95 °C 50 minut** dle velikosti mrkve (mrkev nemá být rozvařená, ale křupavá). Lískové ořechy krátce opečeme na sucho v teflonové pánvi, poté je lehce nasekáme nožem.

Žloutky, šťávu z jednoho citronu a hořčici šleháme a postupně přidáváme olej. Na závěr nastrouháme kůru z citronů, osolíme a opepříme.

Před podáváním mrkev vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a opečeme v pánvi na olivovém oleji s kouskem másla. Osolíme mořskou solí.
Podáváme s citronovou majonézou, posypané lískovými ořechy.

PAŠTIKA Z DRŮBEŽÍCH JATER S LESNÍM MEDEM A MOŘSKOU SOLÍ

10 porcí

SV	01:20	80 °C

Směs koření na paštiku
10 g badyánu
4 g mletého zázvoru
3 g černého pepře
3 g mleté skořice
1,5 g muškátového oříšku

Všechny ingredience rozmixujte v mlýnku na koření. Pro další použití uchovávejte ve vzduchotěsné nádobě na tmavém místě.

Játrová paštika
50 g slaniny nakrájené na malé kostičky
120 g cibule nakrájené na kostičky
50 ml (1 panák) koňaku nebo portského vína
250 g kuřecích jater
2 vejce
7 g soli
1 g pragandy (rychlosůl) – můžeme přidat pro hezčí barvu paštiky
čerstvě mletý pepř (dle chuti)
1 g směsi koření na paštiku (viz recept výše)
200 g přepuštěného másla (dá se koupit v obchodě)
zavařovací uzavíratelné sklenice s gumou o objemu 100–200 ml

Na pánvi na středním ohni orestujeme slaninu nakrájenou na malé kostičky s cibulí (cibule nesmí zhnědnout). Přilijeme koňak a za občasného míchání vaříme asi jednu minutu, poté dáme mimo plamen a necháme asi 10 minut odpočinout, aby se chutě propojily.

Směs slaniny a cibule přecedíme přes jemný cedník do mísy a vymačkáme pořádně naběračkou. Do této směsi přidáme kuřecí játra, vejce, sůl, pragandu, čerstvě mletý pepř, směs koření a vše důkladně rozmixujeme výkonným mixérem. Jakmile jsou játra rozmixovaná, pomalu přiléváme přepuštěné máslo. Tuto směs přecedíme jemným sítem a nalijeme do uzavíratelných čistých sklenic.

Sklenice uzavřeme a přendáme do děrované gastronádoby a dáme do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **80 °C 80 minut**. Po uvaření vložíme sklenice ihned do nádoby s ledovou vodou a necháme vychladit.

Podáváme na grilovaném chlebu s mořskou solí, s medem, s cibulovou marmeládou nebo podle vlastního přání.

PEČENÁ KACHNÍ PRSA S OMÁČKOU Z ČERVENÉHO ZELÍ A KRUPICOVÝMI NOKY

4 porce

SV	02:00	65 °C

Kachna
4 kachní prsa s kůží bez kosti
mořská sůl
čerstvě mletý pepř

Kachní prsa s kůží osolíme a opepříme. Maso vložíme do sáčku, **zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se prsa vzájemně nedotýkala. Sáček s masem vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **65 °C 2 hodiny**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, maso osušíme a krátce opečeme na suché teflonové pánvi, nejdříve kůží dolů, tak by se krásně vypekla kůžička dozlatova, poté krátce opečeme z druhé strany. Opékáme nasucho, jelikož kůže pustí kachní sádlo.

Omáčka z červeného zelí
1 hlávka červeného zelí
50 ml kvasného octa
100 g másla
cukr
2 ks celé skořice
sůl

Červené zelí očistíme a odšťavníme v odšťavňovači. Šťávu dáme do hrnce, přidáme cukr, ocet, skořici a vše svaříme na třetinu. Na závěr omáčku přecedíme a zašleháme 2 lžíce studeného másla, dochutíme solí, dále nevaříme. Zbytek omáčky můžeme zamrazit a použít později.

Krupicové noky
70 g měkkého másla
1 žloutek
1 vejce
špetka soli
špetka muškátového oříšku
90 g krupice
1 l mléka
500 ml vody

Máslo vyšleháme, přidáme žloutek, muškátový oříšek a šleháme. Přidáme část krupice, vejce a vše zase vyšleháme, postupně přidáváme zbytek krupice. Těsto necháme 10 minut odpočinout, dvěma lžícemi tvarujeme noky, které zavaříme v mléce s vodou. Jakmile noky vyplavou, vaříme noky ještě 2 minuty.

Opečená kachní prsa podáváme s omáčkou a krupicovými noky.

PEČENÝ PÓREK S PYRÉ Z PEČENÝCH PAPRIK A PEČENÝMI BRAMBORAMI

4 porce

SV	→ 00:30	▸ 95 °C
	→ 00:30	▸ 230 °C
FULL	→ 00:30	▸ 100 °C
	→ 00:30	▸ 220 °C

Pórek
4 kusy pórku (bílá část)
1 lžíce másla
mořská sůl
čerstvě mletý pepř
300 ml ochuceného kuřecího nebo zeleninového vývaru

Bílou část pórku omyjeme, nakrájíme na cca 10cm kousky, osolíme, opepříme a vložíme do vakuového sáčku s máslem. **Zavakuujeme na 100 % vakua**. Pórek vložíme na rošt a dáme do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **95 °C 30 minut** dle velikosti pórku (pórek nemá být rozvařený, ale křupavý). Po uvaření pórek vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou, podélně překrojíme a krátce opečeme do zlatova na teflonové pánvi na olivovém oleji s kouskem másla. Před podáváním osolíme mořskou solí.

Pyré z pečených paprik
2 červené papriky
80 g olivového oleje
1 hlava česneku
100 g drcených rajčat
5 g soli
8 g vinného octa
3 g uzené mleté papriky
40 g lískových oříšků

Čtyři stroužky česneku nakrájíme na plátky a opečeme je na olivovém oleji, nakonec přidáme mletou papriku a sundáme z plamene.
Omyté červené papriky vcelku pomažeme olivovým olejem a dáme péct na plechu do předehřáté trouby na režim **Pravý horký vzduch 230 °C** asi na **30 minut** (do lehce tmavé barvy). Poté ihned papriky přendáme do mísy, kterou zakryjeme potravinářskou fólií tak, aby se papriky zapařily a šly dobře oloupat. Po vychladnutí sundáme z paprik slupku. Papriky rozpůlíme, vyndáme zrníčka a vložíme do mixéru.
Lískové oříšky vložíme na 8–10 minut do trouby k paprice, ale dáme pozor, ať oříšky nespálíme.
V mixéru rozmixujeme upečené papriky, česnek s olivovým olejem a paprikou, rajčata, opečené oříšky a dochutíme solí.

Brambory
1 kg syrových brambor typu grenaille (malé kulaté brambory)
50 ml olivového oleje
1 lžíce másla
mořská sůl
bylinky

Den dopředu si brambory ve slupce důkladně omyjeme a vložíme do děrované gastronádoby. Brambory vložíme do předehřáté trouby na režim **Vaření v páře 100 °C** na **30 minut**. Po uvaření brambory necháme vystydnout a uchováme v lednici. Druhý den brambory vysypeme na smaltovaný plech, osolíme, můžeme přidat bylinky (tymián, rozmarýn), dáme trochu olivového oleje a másla, promícháme. Vložíme do předehřáté trouby na režim **Pravý horký vzduch 220 °C** a pečeme asi **30 minut**, v polovině pečení brambory promícháme.

Pórek podáváme s teplým pyré z pečených paprik a pečenými bramborami. Lehce podlijeme horkým ochuceným vývarem.

PEČENÁ PERLIČKA PLNĚNÁ KYSANÝM ZELÍM SE SMRŽOVOU OMÁČKOU

4 porce

SV	02:00	65 °C

Perlička
800 g perličky supreme (prso s kostí/křidýlkem a kůží)

Kysané zelí
100 g cibule
50 g uzené slaniny
100 g brambor
20 g cukru
30 ml octa z červeného vína
150 g kysaného zelí

Smržová omáčka
50 g sušeného smrže
800 ml kuřecího vývaru
200 ml smetany
200 g másla
pažitka
šalvěj
sůl
pepř

Cibuli a slaninu nakrájíme na kostky a dáme do hrnce. Vše restujeme dozlatova. Přidáme cukr, necháme jej zkaramelizovat a zalijeme octem z červeného vína. Přidáme kysané zelí a zahustíme strouhanou syrovou bramborou. Necháme povařit cca 10 minut a vychladnout.

Perličku očistíme a pomocí prstů vytvoříme kapsu mezi masem a kůží. Kapsu naplníme zelím a srovnáme kůži. Prsa s kůží osolíme a opepříme. Maso vložíme do sáčku, **zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se prsa vzájemně nedotýkala. Sáček s masem vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **65 °C 2 hodiny**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, maso osušíme a krátce opečeme na suché pánvi, nejdříve kůží dolů, tak by se krásně vypekla kůžička dozlatova, poté opečeme z druhé strany.

Sušené smrže namočíme na 2 hodiny do vlažné vody. Vodu z hub scedíme, nalijeme do kuřecího vývaru a necháme redukovat přibližně na ⅓ svého objemu. Hrnec rozpálíme, na oleji orestujeme smrže, přidáme cibuli a máslo a vše důkladně orestujeme. Zalijeme zredukovaným vývarem, přidáme smetanu a povaříme.
Na dochucení přidáme nasekané bylinky.

Perličku podáváme s omáčkou ze smržů, ozdobené bylinkami.

POMALU PEČENÁ VEPŘOVÁ KRKOVICE S PYRÉ Z CELERU, S CIBULÍ A HNĚDÝM MÁSLEM

4 porce

SV	01:30	65 °C

Krkovice
4 steaky à 200 g vepřové krkovice (měkčí část ze strany kotlety)
lžíce másla
2 stroužky česneku
1 větvička rozmarýnu
mořská sůl
čerstvě mletý pepř (dle chuti)

Vepřovou krkovici nakrájenou na 200g steaky osolíme, opepříme, přidáme máslo, česnek a větvičku rozmarýnu. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se maso vzájemně nedotýkalo. Vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **65 °C 90 minut**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a krátce opečeme v pánvi na olivovém oleji z obou stran do zlatavé barvy.

Celerové pyré
1 bulva celeru (asi 500 g)
250 ml zeleninového vývaru
50 g másla
sůl

Celer oloupeme, očistíme a nakrájíme na centimetrové kostky, vložíme do hrnce, zalijeme vývarem, osolíme a přidáme máslo. Vaříme na varné desce na středním výkonu, dokud celer nezměkne. Měkký celer přecedíme (vývar si ponecháme) a rozmixujeme, pomalu přiléváme vývar, ve kterém se vařil celer, a mixujeme do hladkého pyré, dochutíme solí.

Červená cibule nakyselo
5 červených cibulí
100 ml lihového octa
300 ml vody
1 čajová lžička soli
1 čajová lžička cukru
5 kuliček nového koření
2 bobkové listy
5 kuliček černého pepře

Do hrnce dáme ocet, vodu, cukr, sůl, koření a 5 minut vaříme na mírném výkonu. Červenou cibuli oloupeme, vcelku vložíme do octového rozvaru a vaříme dalších 5 minut. Poté cibuli odstavíme z plamene a necháme ji vychladnout v nálevu.

Emulze z hnědého másla
100 g másla
lihový ocet (dle chuti)
špetka soli

Máslo nakrájíme na menší kousky a vložíme do kastrůlku. Necháme ho lehce zkaramelizovat (trochu zhnědnout), aby mělo oříškovou chuť. Odstavíme z plamene a necháme trochu zchladnout. Poté přidáme ocet, špetku soli a vyšleháme metlou do hladké emulze.

Na opečený steak z krkovice položíme kousek emulze z hnědého másla a podáváme s celerovým pyré a ozdobené nakládanou cibulkou.

PSTRUH S BERNSKOU OMÁČKOU

2 porce

SV	→ 00:30	▸ 60 °C

Pstruh
2 filety ze pstruha
1 lžíce másla
1 snítka tymiánu
sůl

Marinovací směs na rybu
4 polévkové lžíce soli
1 polévková lžíce cukru

Bernská omáčka
1–2 lžíce octa
100 ml bílého vína
2 žloutky
300 g másla
2 malé cibule
1 lžičku drobně nasekaného estragonu
šťáva z půlky citronu
sůl

Očištěné filety zbavené kostí posypeme směsí soli a cukru. Necháme marinovat asi 10 minut, poté filety opláchneme studenou vodou a osušíme papírovou utěrkou. Naložení do soli a cukru rybu zpevní a dodá hlubší chuť. Osušené filety opepříme a s máslem vložíme do sáčku tak, aby se vzájemně ryby nedotýkaly. **Zavakuujeme na 100 % vakua**. Sáček s rybou vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **60 °C 30 minut**.

Ryby po uvaření vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a opatrně sundáme kůži.

Jemně nakrájenou cibuli zalijeme octem, vínem a rychle svaříme. Poté, co se odpaří polovina tekutiny, přecedíme, přidáme žloutky a ve vodní lázni vyšleháme do pěny. Pěnu odstavíme a všleháme do ní postupně rozehřáté máslo. Přidáme estragon a dochutíme solí, pepřem a citronovou šťávou.

Pstruha podáváme s bernskou omáčkou a bylinkami.

UZENÝ ÚHOŘ S KACHNÍMI JÁTRY FOIE GRAS A KŘEPELČÍM VEJCEM MARINOVANÝM V ČERVENÉ ŘEPĚ

4 porce

SV	→I 00:50	▸ 65 °C
	→I 00:10	▸120 °C

200 g uzeného úhoře
200 g kachní játra foie gras
60 ml verjus (jemný bílý vinný ocet)
200 g kedlubny
4 ks křepelčích vajec
200 g červené řepy
80 ml omáčky Ponzu (koupíte v asijských obchodech)
citronová šťáva z půlky citronu
kaviár z létající ryby
mořská sůl
pepř

Kachní játra očistíme od blanek, přidáme verjus, sůl a pepř. **Zavakuujeme na 100 % vakua**. Sáček s játry vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **65 °C 50 minut**. Po uvaření zchladíme játra (v sáčku) v ledu. Půl uzeného úhoře nakrájíme na kostičky, zamícháme do kachních jater a necháme 2 hodiny marinovat v lednici. Křepelčí vejce uvaříme v osolené vodě 2 minuty, poté dáme do ledové vody, zchladíme a následně oloupeme. Červenou řepu oloupeme a odšťavníme. Vejce vložíme do čerstvé šťávy z řepy, osolíme, přidáme kapku citronové šťávy a 2 hodiny marinujeme.

Kedlubnu oloupeme, nakrájíme na velmi tenké plátky na kráječi nebo mandolíně. Z plátků vykrájíme stejná kolečka. Ty naplníme směsí jater a úhoře a vytvoříme raviolu. Doprostřed vložíme kaviár z létající ryby. Zbytek úhoře nakrájíme na kousky a pečeme v předehřáté troubě na režim **Pravý horký vzduch** při **120 °C 10 minut**.
Rybu podáváme s ravioly, marinovaným nakrojeným křepelčím vejcem, přelité omáčkou Ponzu.

VEPŘOVÁ KOTLETA S HOUBAMI, LILKEM A MAJORÁNKOVOU OMÁČKOU

4 porce

SV	→I 01:00	▸ 65 °C
	→I 00:30	▸ 180 °C

Vepřová kotleta
4 steaky à 200–300 g z přeštické vepřové kotlety s kostí
1 lžíce másla
sůl
černý pepř
1 snítka tymiánu
1 snítka majoránky

Kotlety osolíme, opepříme a vložíme do sáčku s máslem a bylinkami. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se kotlety vzájemně nedotýkaly. Sáček s masem vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **65 °C 1 hodinu**. Maso po uvaření vyndáme ze sáčku, osušíme a krátce opečeme na olivovém oleji do zlatavé barvy.

Lilkové pyré
600 g lilku
50 g studeného másla
sůl
pepř

Lilek zabalíme do alobalu a pečeme v předehřáté troubě na režim **Pravý horký vzduch 180 °C 30 minut**. Poté ho rozbalíme a dáme do nádoby pod fólii zapařit. Lilek vydlabeme a slupku vyhodíme. Zbytek lilku vložíme do mixéru, přidáme studené máslo a rozmixujeme do hladka. Dochutíme solí a pepřem, na závěr přepasírujeme přes jemný cedník.

Majoránková omáčka
50 g čerstvé majoránky
300 g smetany na šlehání
0,3 l kuřecího vývaru
1 šalotka
2 stroužky česneku
olej
1 kostička másla
sůl
pepř

Na oleji a másle orestujeme šalotku, česnek, pepř. Zalijeme kuřecím vývarem, smetanou a přidáme čerstvou majoránku. Vaříme na mírném plameni 20 minut. Omáčku přecedíme přes jemný cedník a dochutíme solí a pepřem.

Houby
400 g směsi hřibovitých hub
kostička másla
sůl
kmín
pepř

Houby opečeme na másle, dochutíme kmínem, pepřem a solí.

Upečené maso dáme na talíř s teplým lilkovým pyré, přelijeme omáčkou a posypeme houbami.
Tip: Můžeme dekorovat olejem z majoránky.

Olej z majoránky
100 g čerstvé majoránky
0,2 l slunečnicového oleje

Majoránku blanšírujeme velmi krátce v horké vodě a okamžitě zchladíme v ledové vodě. Poté osušíme a rozmixujeme s olejem. Přecedíme přes plátěnko nebo utěrku a necháme vychladnout.

VEPŘOVÁ PANENKA S PETRŽELOVÝM PESTEM

4 porce

SV	→I 01:30	▸ 65 °C

Vepřová panenka
4 ks vepřové panenky à 150 g
1 větvička rozmarýnu
1 lžíce másla
mořská sůl
čerstvě mletý pepř

Pesto
60 g plocholisté petržele
1 stroužek česneku
20 g piniových oříšků
50 g nastrouhaného parmezánu
100 ml olivového oleje
sůl
pepř

Vepřovou panenku očistíme, opepříme a vložíme do sáčku, přidáme máslo a snítku rozmarýnu. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se maso vzájemně nedotýkalo. Vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **65 °C** **90 minut**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a krátce opečeme v pánvi na olivovém oleji z obou stran, před podáváním osolíme mořskou solí.

Všechny ingredience na pesto rozdrtíme v hmoždíři nebo umixujeme dohladka.

VEPŘOVÁ PANENKA S OMÁČKOU CHIMICHURRI A ROLOVANOU ZELENINOU

4 porce

SV	01:30	65 °C

Vepřová panenka
4 ks vepřové panenky à 150 g
1 větvička tymiánu
olivový olej
mořská sůl
čerstvě mletý pepř

Vepřovou panenku očistíme, opepříme a vložíme do sáčku, přidáme máslo a větvičku tymiánu. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se maso vzájemně nedotýkalo. Vložíme na rošt do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **65 °C 90 minut**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a krátce opečeme v pánvi na olivovém oleji ze všech stran, před podáváním osolíme mořskou solí.

Omáčka chimichurri
50 g hladkolisté petržele
25 g pažitky
25 g koriandru
1 stroužek česneku
2 lžíce citronové šťávy
1 čili paprička (dle chuti)
100 ml olivového oleje extra virgin
špetka soli
čerstvě mletý pepř (dle chuti)

Vše společně rozmixujeme nakonec přidáme olivový olej, můžeme použít i hmoždíř.

Rolovaná zelenina
2 listy kapusty
2 listy mladého zelí
5 listů špenátu
3 plátky kedlubny
jarní cibulka
sůl
pepř
olivový olej

Vše naskládáme na sebe, osolíme, zarolujeme a svážeme provázkem. Opékáme v pánvi na olivovém oleji ze všech stran, dokud zelenina nezměkne, dochutíme solí a pepřem. Poté zeleninu rozvážeme a opatrně prokrojíme na porce.

Panenku před podáváním nakrájíme na silnější plátky, které osolíme mořskou solí a podáváme s nakrájenou zeleninovou rolkou pokapanou omáčkou chimichurri.

VEPŘOVÁ PANENKA S PEČENÝMI BRAMBORAMI NA ROZMARÝNU A HUMMUS S ČILI PAPRIČKAMI

4 porce

SV	01:30	65 °C
FULL	00:30	100 °C
	00:30	220 °C

Vepřová panenka
4 ks vepřové panenky à 150 g
1 větvička rozmarýnu
olivový olej
mořská sůl
čerstvě mletý pepř

Vepřovou panenku očistíme, opepříme a vložíme do sáčku, přidáme máslo a větvičku rozmarýnu. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se maso vzájemně nedotýkalo. Vložíme na rošt a dáme do předehřáté trouby na režim **Sous-Vide** a vaříme při **65 °C 90 minut**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a krátce opečeme v pánvi na olivovém oleji ze všech stran, před podáváním osolíme mořskou solí.

Brambory
1 kg syrových brambor typu grenaille (malé kulaté brambory)
50 ml olivového oleje
1 lžíce másla
mořská sůl
snítka čerstvého rozmarýnu

Den dopředu si brambory ve slupce důkladně omyjeme a vložíme do děrované gastronádoby. Brambory vložíme do předehřáté trouby na režim **Vaření v páře 100 °C** na **30 minut**. Po uvaření brambory necháme vychladnout a uchováme v lednici. Druhý den brambory vysypeme na smaltovaný plech, přidáme snítky čerstvého rozmarýnu, osolíme, přidáme trochu olivového oleje a másla, promícháme. Vložíme do předehřáté trouby na režim **Pravý horký vzduch 220 °C** na cca **30 minut**, v polovině pečení brambory promícháme.

Hummus (můžeme si připravit až tři dny dopředu)
250 g sušené cizrny (namočené přes noc) nebo můžeme koupit v obchodě již kvalitní vařenou cizrnu v plechovce
60 g tahini pasty (sezamové)
2 stroužky česneku
sůl
čili papričky sušené – vločky (množství dle chuti)
70 ml olivového oleje
šťáva z jednoho citronu
100 ml studené vody

Cizrnu, kterou jsme den dopředu namočili do studené vody, vaříme ve vodě přibližně 2–3 hodiny doměkka a necháme trochu vychladnout ve vodě, ve které se vařila. Nebo můžeme použít kupovanou cizrnu v plechovce. Poté vložíme cizrnu bez vody do mixéru a mixujeme. Přidáme tahini pastu, čili vločky, sůl, pepř, nastrouhaný česnek a umixujeme hladké pyré. Přidáme citronovou šťávu, ledovou vodu (přidáváme dle potřebné konzistence) a olivový olej. Můžeme zředit vodou z cizrny. Necháme vychladit a poté podáváme pokapané olivovým olejem.

Opečenu vepřovou panenku podáváme s pečenými bramborami a hummusem, ozdobené rukolou a pokapané kvalitním olivovým olejem.

INDUKČNÍ DESKY

GRILOVANÉ KUŘECÍ STEHNO S HOUBOVÝM PYRÉ A KAPUSTOU

4 porce

	→| 01:40	▸ 68 °C

Kuře
4 kuřecí stehna s kůží
1 lžíce másla
1 větvička tymiánu
sůl
pepř

Kuřecí stehno vykostíme (kůži necháme), osolíme, opepříme a každý plátek přehneme na polovinu kůží nahoru. Maso vložíme do sáčku, přidáme máslo a tymián. **Zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se stehna vzájemně nedotýkala. Sáček s masem vložíme do vody s teplotou **68 °C** a vaříme **100 minut**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, osušíme ho a krátce opečeme na olivovém oleji s kouskem másla dozlatova.

Houbové pyré
250 g žampionů
65 g másla
20 g medu
15 g sójové omáčky
125 g vody
½ lžíce lihového octa

Žampiony nakrájíme na plátky a orestujeme na másle dohněda. Zalijeme vodou, sójovou omáčkou, přidáme med a ocet. Vše svaříme o třetinu a rozmixujeme dohladka.

Kapusta
30 g másla
250 g kadeřavé kapusty
1 lžíce citronové šťávy
sůl
pepř

Kapustu omyjeme, rozebereme na listy a krátce opečeme na másle. Na závěr zakápneme citronovou šťávou, dochutíme solí a pepřem.

Opečené kuřecí stehno překrojíme a podáváme s houbovým pyré a opečenou kapustou.

LOSOSOVITÝ PSTRUH S MANGOLDEM A EMULZÍ ZE ŽLOUTKŮ S HNĚDÝM MÁSLEM

4 porce

	→| 00:25	▸ 55 °C

Pstruh
4 filety à 150–200 g lososovitého pstruha s kůží, bez kostí
olivový olej (dle potřeby)
čerstvé bylinky dle chuti (tymián, rozmarýn, majoránka aj.)
bílý pepř

Marinovací směs na rybu
4 polévkové lžíce soli
1 polévkové lžíce cukru

Očištěné a osušené filety zbavené kostí posypeme směsí soli a cukru. Necháme marinovat asi 10 minut, poté filety opláchneme studenou vodou a osušíme papírovou utěrkou. Naložení do soli a cukru rybu zpevní a dodá hlubší chuť. Osušené filety opepříme a s olivovým olejem vložíme do sáčku tak, aby se vzájemně nedotýkaly, a **zavakuujeme na 100 % vakua**. Sáček s rybou vložíme do vody s teplotou **55 °C** a vaříme **25 minut**. Ryby po uvaření vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou a opatrně sundáme kůži.

Šalotkové máslo
100 g másla
2 šalotky

Šalotky nakrájíme na slabé plátky. Na pánvi rozpustíme máslo, přidáme šalotku, kterou smažíme, dokud není křupavá. Máslo přecedíme a šalotku vyndáme na ubrousek a necháme vychladnout. Zbyde nám máslo, které má chuť po karamelové šalotce, budeme ho potřebovat na emulzi ze žloutků.

Emulze ze žloutků (omáčka)
50 g žloutků
20 g miso pasty – sójové ochucovadlo
2 lžíce vinného octa
100 g šalotkového másla
čerstvě mletý pepř
lžíce kvalitní japonské sójové omáčky

Do mixéru dáme syrové žloutky, miso pastu, sójovou omáčku, pepř, ocet a mixujeme. Pomalu přiléváme horké šalotkové máslo, dokud nám nevznikne hustá emulze. Podle chuti můžeme přidat miso pastu nebo ocet.

Na pánvi od šalotkového másla krátce opečeme mangoldové listy, které ochutíme solí.
Pstruha podáváme s mangoldem, žloutkovou omáčkou a křupavou šalotkou.

Tip: Pstruha také můžeme nechat s kůží. V tom případě ho před podáváním lehce opečeme na másle (jen na kůži).

AEG

KACHNÍ PRSA S OMÁČKOU Z ČERVENÉHO ZELÍ A KRUPICOVÝMI NOKY

4 porce

	→I 01:30	▸ 62 °C

Kachna
4 kachní prsa s kůží, bez kosti
mořská sůl
čerstvě mletý pepř

Kachní prsa s kůží osolíme a opepříme. Maso vložíme do sáčku, **zavakuujeme na 100 % vakua** tak, aby se prsa vzájemně nedotýkala. Sáček s masem vložíme do vody s teplotou **62 °C** a vaříme **90 minut**. Po uvaření maso vyndáme ze sáčku, osušíme ho a krátce opečeme na suché teflonové pánvi, nejdříve kůží dolů, tak aby se krásně vypekla kůžička dozlatova, poté krátce opečeme z druhé strany. Opékáme na sucho, jelikož kůže pustí kachní sádlo.

Omáčka z červeného zelí
1 hlávka červeného zelí
50 ml kvasného octa
100 g másla
cukr
2 ks celé skořice
sůl

Červené zelí očistíme a odšťavníme v odšťavňovači. Šťávu dáme do hrnce, přidáme cukr, ocet, skořici a vše svaříme na třetinu. Na závěr omáčku přecedíme a zašleháme 2 lžíce studeného másla, dochutíme solí, dále nevaříme. Zbytek omáčky můžeme zamrazit a použít později.

Krupicové noky
70 g měkkého másla
1 žloutek
1 vejce
špetka soli
špetka muškátového oříšku
90 g krupice
1 l mléka
500 ml vody

Máslo vyšleháme, přidáme žloutek, muškátový oříšek a šleháme. Přidáme část krupice, vejce a vše zase vyšleháme, postupně přidáváme zbytek krupice. Těsto necháme 10 minut odpočinout, dvěma lžícemi tvarujeme noky, které zavaříme v mléce s vodou. Jakmile noky vyplavou, vaříme ještě 2 minuty.

Opečená kachní prsa podáváme s omáčkou a krupicovými noky.

PÓREK S PYRÉ Z PEČENÝCH PAPRIK A PEČENÝMI BRAMBORAMI

4 porce

	→ 00:40	▸ 80 °C
	→ 00:30	▸ 230 °C
FULL	→ 00:30	▸ 100 °C
	→ 00:30	▸ 220 °C

Pórek
4 kusy pórku (bílá část)
1 lžíce másla
mořská sůl
čerstvě mletý pepř
300 ml ochuceného kuřecího nebo zeleninového vývaru

Bílou část pórku omyjeme, nakrájíme na cca 10cm kousky, osolíme, opepříme a vložíme do vakuového sáčku s máslem. **Zavakuujeme na 100 % vakua**. Sáček s pórkem vložíme do vody s teplotou **80 °C** a vaříme **30–40 minut** dle velikosti pórku (pórek nemá být rozvařený, ale křupavý). Po uvaření pórek vyndáme ze sáčku, osušíme papírovou utěrkou, podélně překrojíme a krátce opečeme do zlatova na teflonové pánvi na olivovém oleji s kouskem másla. Před podáváním osolíme mořskou solí.

Pyré z pečených paprik
2 červené papriky
80 g olivového oleje
1 hlava česneku
100 g drcených rajčat
5 g soli
8 g vinného octa
3 g uzené mleté papriky
40 g lískových oříšků

Čtyři stroužky česneku nakrájíme na plátky a opečeme je na olivovém oleji, nakonec přidáme mletou papriku a sundáme z plamene. Omyté červené papriky vcelku pomažeme olivovým olejem a dáme péct na plechu do předehřáté trouby na režim **Pravý horký vzduch 230 °C** asi na **30 minut** (do lehce tmavé barvy). Poté ihned papriky přendáme do mísy, kterou zakryjeme potravinářskou fólií tak, aby se papriky zapařily a šly dobře oloupat. Po vychladnutí sundáme z paprik slupku. Papriky rozpůlíme, vyndáme zrníčka a vložíme do mixéru. Lískové oříšky vložíme na 8–10 minut do trouby k paprice, ale dáme pozor, ať oříšky nespálíme.
V mixéru rozmixujeme upečené papriky, česnek s olivovým olejem a a mletou paprikou, rajčata, opečené oříšky a dochutíme solí.

Brambory
1 kg syrových brambor typu grenaille (malé kulaté brambory)
50 ml olivového oleje
1 lžíce másla
mořská sůl
bylinky

Den dopředu si brambory ve slupce důkladně omyjeme a vložíme do děrované gastronádoby. Brambory vložíme do předehřáté trouby na režim **Vaření v páře 100 °C** na **30 minut**. Po uvaření brambory necháme vystydnout a uchováme v lednici. Druhý den brambory vysypeme na smaltovaný plech, osolíme, můžeme přidat bylinky (tymián, rozmarýn) přidáme trochu olivového oleje a másla, promícháme. Vložíme do předehřáté trouby na režim **Pravý horký vzduch 220 °C** a pečeme asi **30 minut**, v polovině pečení brambory promícháme.

Pórek podáváme s teplým pyré z pečených paprik a pečenými bramborami. Lehce podlijeme horkým ochuceným vývarem.

PŘÍSLUŠENSTVÍ, KTERÉ VYLEPŠÍ VAŠE VÝSLEDKY

Více příslušenství najdete na stránce

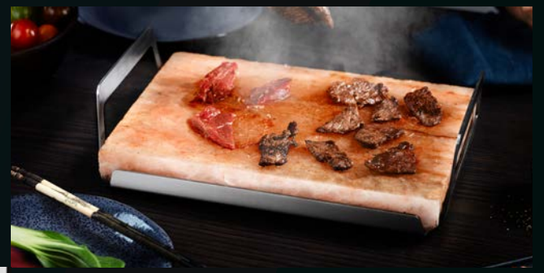
https://shop.aeg.cz

Sáčky pro přípravu jídel ve vakuu. Obsah: 25 + 25 sáčků v balení, 2 velikosti (30 x 20 cm a 35 x 25 cm). Lze použít pro přípravu jídel až při 120 °C nebo k jejich uchovávání až do -40 °C.

Nádobí do parní trouby vyvinuto speciálně pro parní trouby o objemu 74 litrů. Při vaření v této sadě nádobí šetříte energii a zároveň pomocí páry uvnitř získá připravované jídlo výrazně lepší chuť.

Dokonale křupavou zeleninu nebo hranolky připravíte na **pečicím plechu AirFry** s perforovaným dnem. Cirkulující vzduch zajistí rovnoměrné propečení s použitím minimálního množství oleje.

Solnou desku můžete použít na varné desce, v troubě i venku na grilu. Je vyrobená z růžové kamenné himálajské soli, která jídla ochutí o cenné minerály.



Vysoce účinný a šetrný **odstraňovač vodního kamene pro parní trouby**. Postará se o úplné odstranění vodního kamene a nechtěných zbytků uvnitř trouby i v jejím vnitřním systému. Doporučujeme používat k pravidelnému čištění vaší parní trouby pro zachování jejího správného chodu.

Keramický povrch **plechu na pečení Easy2Clean** zabraňuje ulpívání mastnoty a nečistot, není tedy potřeba používat žádný pečicí papír. Plech vyčistíte pouze teplou vodou, čisticím prostředkem a hadříkem.

Set na pizzu obsahuje přírodní kámen, dřevěnou lopatku a kráječ z nerezové oceli. S touto sadou pozvete italskou klasiku do vaší kuchyně a zvládnete přípravu oblíbené pizzy s profesionálním přehledem. Pizzu upečete na přírodním kameni, pomocí dřevěné lopatky ji z kamene přesunete a nerezovým kráječem jednoduše naporcujete.

POZNÁMKY

NAUČTE SE SPRÁVNĚ STARAT O VAŠE DOMÁCÍ SPOTŘEBIČE

Stáhněte si brožuru a budete vědět vše, co potřebujete.

Vydavatel: **ELECTROLUX, s.r.o.**
Ve spolupráci s šéfkuchaři **Antonínem Bradáčem a Martinem Štanglem**
Koncept a redakce: **© doblogoo s.r.o**.

1. vydání
AEG CZ © 2022
www.aeg.cz

PNC 801418076

V případě nákupu multifunkční parní trouby získáte

KURZ VAŘENÍ ZDARMA

Více na **www.aeg.cz/kurzyvareni**

AEG

CHALLENGE THE EXPECTED

Objevte tajemství vaření metodou Sous-Vide s AEG kuchařkou. Najdete v ní inspirativní recepty pro přípravu pokrmů v parní troubě AEG SteamPro nebo na varné desce AEG SensePro.

Příprava Sous-Vide navíc probíhá téměř bez tuku, je to tedy skvělý způsob, jak jíst zdravěji a zároveň si dopřát svá oblíbená jídla.

www.aeg.cz/pecemevpare
www.aeg.cz

/aegCeskaRepublika
/aeg.cz

PNC 801418076