



HRACHOVÁ KAŠA S MÄSOVO - SYROVÝMI FAŠÍRKAMI A OD HUGA







Hrachová kaša je nielen dobrá, ale i veľmi zdravá. Vyskúšajte ju podľa môjho, veľmi jednoduchého a rýchleho receptu. Verím, že vám bude chutiť aj napriek možným predsudkom so školskej jedálne. Myslím, že keď ju uvaríte podľa môjho receptu presvedčíte celú rodinu, že je to jedlo, ktoré je fantastické a právom patrí medzi najobľúbenejšie na našom stole.

Budete potrebovať: (na 6 porcií)

Na hrachovú kašu:

500 gramov suchého hrachu (ja som použil zelený, suchý hrach. Môžete samozrejme použiť aj žltý)

2 kocky zeleninového bujónu (môžete samozrejme použiť aj domáci vývar)

soľ, mleté čierne korenie, 1 bobkový list

3 väčšie zemiaky

Na mäsovo syrové guličky:

1/2 kg mletého mäsa

soľ, mleté čierne korenie

150 gramov tvrdého syra (Eidam)

petržlenovú vňať

trochu masla, trochu oleja

Postup:

Suchý hrach dajte variť do hrnca. Pridajte bujón (alebo vývar) a zalejte vodou. Pozor na jej množstvo. Vody dajte len pár cm nad povrch hrášku a potom radšej postupne dolievajte. Pridajte soľ, korenie a 1 bobkový list. Cca po 30 minútach je hrášok takmer uvarený. pridajte k nemu na drobno nakrájané, očistené zemiaky. Nezapudnite prilievať dostatočné množstvo vody. Varte ešte cca 15-20 minút. Po tomto čase by mali byť aj zemiaky aj hrášok úplne uvarené. Na koniec dôkladne zamiešajte ponorným mixérom na hladkú kašu.

Pokiaľ sa varí hrach máte dostatok času na prípravu guličiek.

Zamiešajte mäso so strúhaným syrom, pridajte soľ, korenie a petržlenovú vňať. Mokrými rukami vytvarujte guličky. Tie uložte na maslom potretý pekáč. Na koniec ich potrite olejom a pečte v rúre pri 200 stupňoch cca 15-20 minút.

HOTOVO!

Hrachovú kašu môžete podávať aj s údeným mäsom. Mne najviac chutí s fašírkou ale aj s uvareným, údeným, kuracím stehnom...mňam!! Na mäsové guličky pridávam aj trochu Wasabi!

Dobrú chuť priatelia!

Váš Hugo

