



Italská kuchařka

Hotelová škola IAL Cesenatico

Šéfkuchař Fabio Cappelli



Evidenční číslo projektu	2015-1-CZ01-KA102-013002
Název projektu	Praxe v Evropě - šance pro zaměstnanost absolventů a vzdělávání učitelů
Název příjemce podpory	Integrovaná střední škola, Na Jirkově 2309, Rakovník 26901

Polévka z římského hrachu

Do rozechřátého olivového oleje vložíme nožem rozmáčklý česnek a větvičku rozmarýny, osmahneme a vyjmeme, pak vložíme rajčatovou drť – vcelku, nasekané, 10 minut necháme povařit, pak přidáme předvařený římský hrách, zalijeme vodou, nebo zeleninovým vývarem + sůl, pepř, 30 minut necháme vařit na mírném ohni

Pasta Fadžali (s fazolemi a těstovinami)

Na olivovém oleji orestujeme cibuli, řapíkatý celer, mrkev, kousek česneku, pak přidáme trochu brambor (aby byla krémová), přidáme čerstvá, nebo konzervovaná krájená rajčata (barva, chut'),

Po 10 minutách přidáme předvařené, nebo konzervované bílé fazole, + voda, nebo zeleninový vývar, vaříme 30 minut + sůl, pepř a dochucujeme až ve finálním čase.



Boloňské ragú

1 kg masa – vepřové, hovězí, telecí, kuřecí (např. 700g telecího, 150 g hovězího, 150 g vepřového)
1 velká mrkev, nebo 2 menší
2 cibule
oloupaný řapíkatý celer $\frac{1}{2}$ nožičky
drcená rajčata (na 1 kg masa 1kg drcených rajčat)
bílé víno (na 1 kg masa 2 dl vína)

na tuku řádně osmahneme cibuli, mrkev a řepíkatý celer, bobkový list asi 10 min., pak přidáváme po částech, nahrubo namleté maso, dobře orestujeme, přidáme bílé víno, pak sůl. Po orestování přidáme drcená rajčata, přidáme masový vývar, sůl, pepř a pomalu na slabém ohni táhneme alespoň 3 hodiny.

Talián:

1 kg vepř. masa – kotleta – najemno krájet, nebo namlít
200 g bůčku
27 g soli, 5 g pepře max 10 g- je pikantnější)
- vše mícháme 10 min a necháme proležet, někdo přidává i trochu bílého suchého vína, nebo více bůčku)



Sal číčo (talián) s paprikou

Na olivovém oleji osmahneme nahrubo krájenou cibuli, přidáme nadrobené taliány, / místo taliánů můžeme přidat houby, červenou čekanku/, osmahneme, přidáme 1 dl bílého vína na 1 kg masa, osmahneme, přidáme překrájenou červenou papriku, až když se víno vypaří, přidáme trochu soli a pepře, 10 min vaříme na ohni – pomalu, pak smetanu na vaření $\frac{1}{2}$ l, nebo můžeme nastavit bešamelem



Náplně do těstovin

Masová náplň do tortelín

Na 1 kg ricoty, 300g masa

3 druhy masa – hov., vepř., telecí., talián. – nakrájený na kusy – vložíme na pánev na oliv. olej – orestujeme, slijeme tuk a pak najemno rozemeleme + parmezán, pepř, sůl, muškátový oříšek



Náplň z brambor do raviolí

Vařené brambory $\frac{1}{2}$ kg – strouhané, lisované – stačí i jenom vidličkou + pepř, sekaná petržel, oregano - spec.recept/, olej, promícháme



Těsto na vaječné těstoviny

1 kg bílá pšeničná mouka 00

Špetka soli – elastické těsto

8 – 10 vajec

- základní těsto, pak můžeme přidat špenátový protlak, rajčatový, mrkvový – uberejme vejce – dle váhy

- těsto zabalíme do fólie, 20 min necháme v chladu odpočinout

- spařený špenát – mletý studený, vejce a rozmixujeme ponorným mixerem – směs + mouka, trochu soli

Zelené těstoviny – můžeme používat i dušený mix. hrášek



Špagety

- mouka Semola – větší savost

1 kg Semoly

10 – 12 vajec

trochu soli



Tortelíny

– plát krájíme na stejné díly, plníme masovou náplní, skládáme do trojúhelníčku, spojíme, pak obě strany přihneme a otočíme přes prst a spojíme. Malé do polévky a větší s omáčkou



Široké nudle tagliete

Plát stočíme z obou stran proti sobě, hodně pomoučníme a pak krájíme



Maltagliáty

- nudle pokrájené na šikmé flíčky do fazol. polévky



Pasta kaputo – strouhaná pasta

- veškeré zbytky těsta zpracujeme – nožem na jemno nasekáme na drobno, během prokrajování posypáváme moukou. Používáme do polévky z cizrny.



Caneloni – plněné těstoviny

Základní omáčka bešamel na gratinování

80 g másla

80 g mouky

1 l mléka

Mléko zahřejeme k varu a postupně přidáváme horkou jíšku / Italsky RÚ/a prováříme

Náplň do Caneloni

Caneloni vaječné placky plněné ricotou, zapečené s bešamelem a parmažánem

Tepelně upravené namleté maso, /místo masa může být zelenina, houby, cuketa/

sůl, muškátový oříšek

parmažán

můžeme přidat bešamel – pro nastavení – /úspora/

- pomalu přidáváme všechny suroviny + 1 vejce – dle množství. Pokud je to řídké přidáme strouhanku.

Do gastronádoby dáme bešamel a na to naplněné caneloni, potřeme bešamelem, posypeme parmažánem, poklademe kousky másla a zapečeme



Talliony – sépiové nudle

Omáčka

Pro nejlepší chuť omáčky – krunýře z krevet neproplachujeme, ale orestujeme na olivovém oleji a přidáme ořez z ryby pro chuť, zalijeme trohou vody a vaříme. Pak přidáme cibuli, kousek řapíkatého celeru, petržel, mrkev, až se to dozlatova osmahne, přidáme trochu mouky – jíška, zalijeme víinem, pak vodou – hodně studenou – i třeba s ledem, stejný proces pro jakékoli ryby a korýše - (vytáhne to chuť z korýšů a kostí) a vaříme $\frac{1}{2}$ hod.

Směs na taolini

- na oleji zprudka opečeme česnek a krevety, a povařená tráva - bylinky, opečeme, zalijeme víinem, přidáme rajčata, sůl, pepř, krátce promícháme, přidáme mušle a vodu z mušlí
- do toho vložíme vařené pasateli – ryby vždy na větší kousky a vše promícháme



Crostiny s treskou

- filet z tresky – naložený v soli
- vložíme na pánev + sůl + mléko a voda, vaříme /dusíme/
- uvařenou tresku vyjmeme, vývar nevyhazujeme, ale použijeme
- tresku šleháme pomalu v robotu, jako kaši, přidáme pepř, olej, hladkou sekanou petržel, můžeme přidat na zjemnění trochu smetany, nebo kápnout citronovou šťávu
- potíráme opečené tousty
- v toustovači, nebo na sucho opečeme bagetu/toust/ 3-4 min.



Pasateli - parmažánové nudle

- 100 g strouhaný parmažán
- 100 g strouhanka
- 2 vejce
- muškátový oříšek
- citronová kůra – špetka
- /pokud nedáváme do polévky, přidáváme 100 g mouky na 1 kg pasty/
- trochu pepře
- sypké věci promícháme, do sypké směsi přidáme vejce a promícháme – tuhé jako naše nudlové těsto – necháme 20 min v chladu odležet
- po odležení prolisujeme pasateli do vařící vody a vaříme

Pasateli /parmažánové nudle/ s platýsem a mušlemi

- nejdříve začínáme omáčkou

Potřebujeme platýse a mušle Venušiny, Bondule – srdnatky

- olivový olej, neloupaný česnek/česnek v košilce/, opláchnuté mušle/celou noc ve slané vodě/
- opereme, osmahneme, prohodíme, zalijeme bílým vínem, přiklopíme a velmi krátce dusíme ve vlastní šťávě s vínem.

Platýse osmahneme na oleji, pak přidáme bílé víno, vývar, sůl, pepř, vodu z mušlí, krátce povaříme, přidáme mušle a povařené pasateli, prohřejeme, a podáváme. Ryba vždy na větší kousky.



Mořský vlk s chřestem

- chřest – hlavičky chřestu připravujeme na páře
 - na oleji orestujeme cibuli a brambory, pak přidáme 2/3 /ze spodu/ chřestu – tužší část, orestujeme, podlijeme a dusíme do měkka se solí a pepřem, potom rozmixujeme.
- Rybu vložíme do gastronádoby, osolíme, opepříme, přidáme olivový olej a pečeme.
Kaši z brambor a chřestu vložíme na talíř, na to položíme v páře vařené chřestové hlavičky, na ně pečenou rybu a dozdobíme rajčátky a chipsem z rybí kůže



Bramborový krém

- olivový olej, cibule, kousek česneku, lehce orestujeme, přidáme brambory, sůl, petržel a zalijeme vývarem z ryb a vaříme 20 min., potom rozmixujeme.
- ryba vykostěná, osolená, zabalená v prošetu, vložíme do gastronádoby, přidáme olivový olej a pečeme na 180°C/20 min
- podáváme na bramborovém krému , zdobíme ve slané vodě vařenou liskeli



Krůtí rolka s bylinkami

Prsa rozkrojíme, osolíme, opepříme, posypeme sekaným rozmarýnem, divokým fenyklem – hodně vmasírujeme, srolujeme a pečeme trochu s párou 180 °C 30-40 min.



Krůtí roláda - naplněna mletým masem a bylinkami

- náplň – vepřové a krůtí maso, parmagán, sůl, pepř, listová petržel, rozmarýn, kousek česneku - 1 stroužek, vejce a strouhanka + divoký fenykl, Talián.

Maso posypeme sekaným rozmarýnem a vmasírujeme do masa



Mleté maso na karbanátky

– strouhanka a mléko (na 1 kg mletého masa 100 – 200 g strouhanky)

Maso opečeme na tuku, napíchneme na párátko společně s rajčetem a podáváme např. jako předkrm



Krůtí roláda

Krůtí prsa naplníme náplní + italské bylinky (tráva), nebo něco jiného – mrkev, brambory překrájené na nudličky, zavážeme, osolíme, maso pokapeme olejem, posypeme kořením. Ořezy vložíme na výpek, opečeme na tuku, pak do konvektomatu na 20 min. na sucho, pak dáme dostatek!! suchého bílého vína, přiklopíme a pečeme 20 min.



Porketa Praha – rolka

- vepřová pečeně od krkvice - se stáhne na několika místech provázkem, osolí, potře olivovým olejem a opeče se, po opečení bylinky rozmarýn, fenykl, tymián, rozmáčknutý česnek, podlijeme vínem, přiklopíme a pečeme, lépe na nižší teplotu 140 °C 1,5 hod 30-40 % vlhkosti a delší dobu/ - sonda 68-70°C, pak nakrájíme na slabé plátky a připravíme šťávu



Příprava šťávy na pečená masa

- výpek z masa bez zeleniny vydusíme na tuk – opečeme, pak zalijeme vodou – horkou a povaříme, přidáme sůl, pepř.
- můžeme přidat suchou jíšku / mouka smíchaná s olejem 1:1- např. 100g mouky a 100 g oleje/ přidáme do šťávy podle potřeby, krátce povaříme a procedíme přes cedník a ještě provařujeme.



Vepřové medailonky z panenky se zeleninou

- očistíme od blan
- na olivovém oleji s máslem opečeme nakrájenou pomoučněnou panenkou, osolíme,
- výpek zalijeme vínem, po chvíli vodou, nebo štávou, kterou jsme dělali na pečené maso, přidáme podušené artyčoky, prohřejeme a při expedici pokapeme olejem



Omáčka Pomodore a bylinky Stracapreti - omáčka na těstoviny

Oloupaná rajčata, mrkev, řapíkatý celer, cibule

- na oleji osmahneme velmi jemně nakrájenou zeleninu – /použito velké množství mrkve a cibule – dosladí rajčata jejich kyselou chut – rajčata jsou v celku z konzervy/

- restujeme 5 minut – mrkev a cibuli, přidáme bylinky - stracína, bazalku, rukolu – v celku, osmahneme, pak přidáme rajčata – šťávu z rajčat a natrhaná celá rajčata, sůl, pepř, cukr - trochu, 30 min vaříme



Omáčka z hrášku

- na oleji osmahneme cibuli a kousek česneku, přidáme hrášek – velmi krátce osmahneme, přidáme rajčatový protlak, zalijeme vodou, můžeme přidat i čerstvá rajčata, sůl, pepř, vaříme 30 minut



Saltin boka

- velmi slabé vepřové plátky, naklepeme, přidáme šalvěj – lístek na plátek pak parmská šunka /pršut/ - pořádně na plátek připláceme a tepelně upravíme másle – plátek na pánev pokládáme nejprve šunkou dolu – tuto stranu nejprve omočíme v mouce a pak teprve na pánev a opečeme, obrátíme, podlijeme vínem, prohřejeme a vyjmeme. Výpek nalijeme na pátky a prohřejeme



Batáty Lionéze – lionské brambory

Brambory – velmi slabé plátky brambor proložíme restovaným pórkem, posypeme parmazáinem, pokapeme máslem a slunečnicovým olejem – několik vrstev a navrch kousky másla a zapečeme.

Nejprve pečeme pod pečícím papírem 180°C 20 min. – jelikož byly brambory syrové.

- pórek – nakájíme a restujeme na oleji a másle + sůl a pepř



Rizoto

- olivový olej a máslo – rozehřejeme a zlehka na něm osmahneme cibuli, na to dáme talijány – rozdrobené, osmahneme, vyjmeme, do tuku dáme rýži, osmahneme, zalijeme vínem, vyvaříme – lehce zalijeme vývarem – asi 1 cm nad rýži + sůl, pepř a vaříme rýži, pak dolijeme vývar a opět vaříme – na zkus – al dente

Vedle si na tuku osmahneme opečené taliány, pak opečeme cuketu, promícháme a nakonec zamícháme parnazán a kousky másla na zjemnění. Rizoto mícháme – pohybujeme hrncem – hrkáme, až se to převrátí.



Pizza

1 l vody - balená (ne z kohoutku)
1 kg mouky 00
600 g mouky Damercca
80 g oleje olivový, nebo sádlo, nebo olej slunečnicový z 1 druhu, nikdy máslo
30 g pivních kvasnic /droždí/
30 g soli
5 g cukru
100 g sušených brambor
- voda nečističná - 10 min vařit, celou noc nechat odstavenou, pak ráno slít a zadělat

- nejprve vše navážíme a pak zaděláme
- nejprve voda, pak droždí, pak olej, pak lupínka brambor, pak část mouky, pak cukr, po promíchání opět mouka – stále mícháme, opět mouka 15 min. mícháme
- po dlouhém míchání přidáme sůl a 5 min mícháme – přidáme větší rychlosť 2 a mícháme 10 min.
- po vyjmutí můžeme dělat hned kuličky

Těsto – 200 g – vztáhneme na 4 cípy, složíme na 4x a pak uzavřeme – uděláme bochánek

- necháme 15 min. kynout pod fólií – nesmí okorat
- pak tvarujeme slabou placku, potřeme sagem, sypeme mocarelou a pečeme
- nebo placku potřeme olejem, posypeme rozmarýnem, pečeme



Sago

– drcená rajčata, sůl, olej, oregano, bazalka



Pizza na plech

- na plech 1,10 kg těsta- plech potřeme olejem, pak válečkem vyválíme těsto na plát, přendáme na plech, pomačkáme, necháme nakynout, opět pomačkáme až do krajů plechu a opět kyne, potom potřeme sagem, pak pečeme



Focaccia – fokáča

Připravujeme obdobně jako pizzu na plech, na vykynuté těsto na plechu, které je pokapané olivovým olejem přidáme sůl, rozmarín - /bylinky jako je bazalka... dáváme až po upečení, aby nebyly hořké, spálené/

Pečeme na 300 °C minimálně 4 min.



Plněná focaccia – fokáča

- pečenou fokáču rozkrojíme, potřeme majonézou, poklademe listy salátu, plátky šunky, překrájená rajčata, přiklopíme, rozkrojíme na čtverce, spíchneme párátkem a podáváme.



Mléčné pečivo

600 g mouky OO

400 g mouky Marteva – jako u pizzy / pokud jí nemáme, dáme více droždí – není tak nadýchané/

30 g cukru

Špetka soli – ne víc jak na $\frac{1}{4}$ lžičky – vše sypké promícháme

25 g kvasnic – pivní – rozpustíme v malé trošce vlažného mléka

500 – 600 ml mléka / dle potřeby/

100 g másla

2 žloutky

- do sypké směsi za stálého míchání máslo, pak nakynuté droždí, promícháme a pak dáme žloutky – postupně za stálého promíchávání a proděláváme 10 min., pak přidáme mléko a mícháme 10 min - nejprve 5 min. na stupeň 1 a pak rychlosť zvýšíme na 2 a mícháme dalších 5 min.

- uděláme malé 30 g bulky – musíme zabalit jako u pizzy – bochánky

- potřeme vejci rozmíchanými s cukrem

- pokud chceme sladké využití, přidáme do posledního míchání např. kousky čokolády

- kyně cca 1 hod. v kynárně

- peč 10 min / 200°C , 5 min. 180°C/5 min.



Čambala Romaněza – Cimbella Romagnola

1 kg mouky 00
trochu soli
500 g cukru
200 g sádla, nebo másla, nebo půl na půl
5 vajec
40 g kypřícího prášku
strouhaná kůra z 1 pomeranče a 1 citronu
10 g vanilínu – /není to vanilkový cukr/
500 g mléka
ozdobné sypání – barevné

- do robotu dáme mouku a cukr + obě kůry + vanilín + prášek do pečiva
- lehce promícháme stromečkem, přidáme lehce povolené /jen jako na rozetření/ sádlo a 5 vajec, za stálého míchání a postupně přidáváme mléko, proděláme těsto,
- rozdělíme na pečící papír, na plech – na každou stranu plechu těsto na plechu pomocí mléka vytvarujeme do šíšky, pak potřeme vejci rozmíchanými s cukrem, posypeme cukrem a nožem nařežeme na povrchu těsta mřížku a dáme pečit – 20 min. 180°C

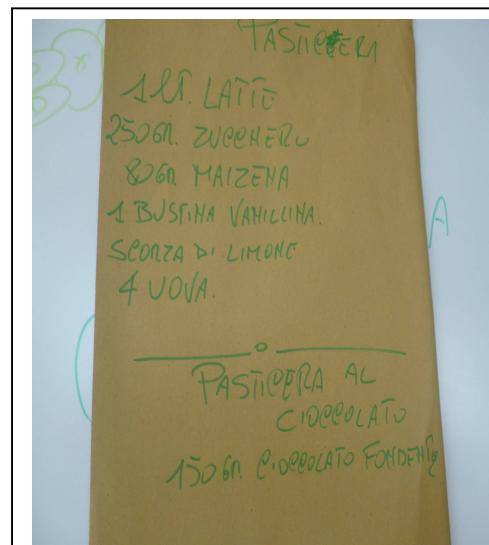


Zuppa inglese

- do gasronádoby vyskládáme cukrářské piškoty namočené v likéru

Krém

1 l mléka
250 g cukru
80 g kukuřičného škrobu
1 sáček vanilínu
kůra z citronu – oříznutá
4 vejce



Pasticera cioccolato

Ohřejeme mléko až k bodu varu a rozmícháme v něm vanilín a citr. kůru – oříznutá – přivedeme k varu

- rozděláme maizenu s vejci a cukrem na hladkou hmotu / místo maizeny můžeme dát i mouku/

Rozpustíme 150 g čokolády

- z mléka vyjmeme slupku z citronu, přidáme směs s vajec atd., promícháme a vaříme / jako normální základní krém u nás/ od bodu varu 2 min.

Směs rozdělíme na ½

- 1 žlutá
- 1 hnědá – do zákl. přidáme rozechřátou čokoládu
- na namočené piškoty nalijeme hnědou směs,
na to piškoty namočené v likéru a opět polijeme žlutou hmotou a dáme zchladnout do šokeru.



