

1. ČAJ SPOD MACHNÁČA NA DLHÉ ZIMNÉ VEČERY od pani Majky Jankovskej

Zloženie:

- Prvosienka jarná
- Dúška materina
- Lipa malolistá
- Marinka voňavá
- Žihľava dvojdomá
- Skorocel kopijovitý
- šupka z jablka
- Ruža šíповá
- Yzop lekársky
- Nechtík lekársky
- Mäta grapefruitová
- Rumanček kamilkový
- Bazalka posvätná
- List ríbezle čiernej

Použitie:

Jednu plnú lyžicu zalejeme 2 dcl vriacej vody. Necháme lúhovať a pomaly pijeme.

2. POHANKOVÝ ČAJ S RAKYTNÍKOM od pani Vlasty Mičíkovej

Tento čaj má blahodárny účinok na cievny a imunitný systém. Podiel sušenej vňate pohanky je 50, úsušky rakytníka 20, úsušky červeného hrozna 20 a rakytníkový sirup 10. Pevné časti čajoviny sú pomleté na prášok, ktorý sa zaleje horúcou vodou a dochutí sa rakytníkovým sirupom podľa chuti.

3. ŠPENÁTOVO – ŽIHĽAVOVÝ ZÁZRAK od pani Benechovej :-)

1ks lístkové cesto 275g
1ks mrazený špenát
4 hrste žihľavy (keď je čerstvá, treba použiť čerstvú, v zime postačí sušená)
250ml smotany na varenie
5 vajec
2 cibule
tvrdý syr

Lítkové cesto si rozložíme na plech tak, aby vytvorilo zvýšené okraje. Jemne ho potrieme olejom. Špenát rozmrazíme s troškou vody v hrnci. Žihľavu zalejeme primeraným množstvom vody, necháme vylúhovať, scedíme a rozmixujeme s troškou špenátu a pridáme ku ostatnému špenátu. Primerane osolíme, môžeme podľa chuti pridať aj roztláčený cesnak. Špenát so žihľavou rozložíme na lítkové cesto. Naň poukladáme na kolečká pokrájanú cibuľu a zalejeme vajíčkami rozmiešanými so smotanou. Vajíčka so smotanou tiež podľa chuti osolíme a dochutíme bazalkou. Pečieme prikryté 20min na miernom ohni, potom podľa potreby dopekáme otvorené. Pred koncom pečenia pridáme postrúhaný tvrdý syr.

4. Krekry od Kamily Magálovej pripravila pre naše mlsné jazýčky Helenka DRGOVÁ

3,5 dcl špaldovej múky alebo zmes iných múk
(ja používam kukuričnú, pšenovú, pohánkovú, ryžovú, amarantovú)
1 dcl pomletých ovsených vločiek
1 dcl tekvicových semienok pomletých
1 dcl sezamových semienok
1 dcl ľanových semienok
150 ml olivového oleja
150 ml vody
1 čl soli
bylinky podľa vlastného výberu

Vypracovať cesto:

Na plech dať mastný papier, cesto roztláčiť mastnými rukami na placku, na to priložiť mastný papier a malým valčekom rozvalkať na tenko na celý plech.
Narezať na malé štvorčeky 4 x 4 cm ešte pred pečením.
Pieť pri 150 stupňoch C 20-25 minút.

Poznámka:

Ja používam zmes týchto múk : kukuričnú, pšenovú, pohánkovú, ryžovú, amarantovú v pomere akú kedy mám.
Semienka dávam na hrste.
Na plechu rozvalkávam bez vrchného mastného papiera.

Dobrú chuť.

5. Kopčekový koláč s jablkami od Evičky LEŠINSKEJ



Ingrediencie

| | |
|--------------------|---|
| 500gramov | hladká múka |
| 200gramov | cukor (môže byť práškový aj kryštálový) |
| 2kusy | vajcia |
| 250gramov | maslo (môže byť aj tuk) |
| 1/4čajová lyžička | soľ |
| 1balík | prášok do pečiva |
| 2polievkové lyžice | kyslá smotana |
| 10kusy | jablko |
| 3polievkové lyžice | praskový cukor (na posypanie) |
| 2polievkové lyžice | detská krupica (na posypanie plechu) |
| 1čajová lyžička | mleta skorica |

Poznámky

Niektoré jablká sa pri pečení rýchlo rozpadnú, preto ich netreba pred predpiecť. Ťažko povedať, ktoré, nám sa rozpadli jonatánky.

Čím menšie jablká, tým úhladnejšie kopčeky. Tie naše boli trochu väčšie, ale výsledku to neublížilo:)

Inštrukcie

Jablká umyjeme a očistíme. Potom ich prekrájame na polovice, poukladáme na plech vystlaný papierom na pečenie, do jamiek po jadierkach dáme trochu lekváru.

Jablká upečieme vo vyhriatej rúre na 170 stupňov, väčšina lekváru sa vpije do jablák. Podľa mňa stačí aj kratšie, uvidíte ako to bude vyzerat' po 10 minútach.

Všetky ingrediencie okrem práškového cukru na posypanie a detskej krupice zmiešame a vypracujeme cesto, ktoré dáme na 20 minút do chladničky. Oddýchnuté cesto rozdelíme na polovice a vyvaľkáme.

Plech vystlaný papierom na pečenie posypeme detskou krupicou. Položíme jeden plát cesta, poukladáme naň vychladnuté polovice jablák, oblou stranou nahor. Druhým plátom jablká zakryjeme a jemne pritlačíme cesto v medzerách medzi jablkami, aby vznikli kopčeky.

Pečieme vo vyhriatej rúre na 200 stupňov cca 40 minút, hotový koláč posypeme cukrom.

Postup:







6. Cesto na pečiatkové kekse od Helenky DRGOVEJ.

250 g hladkej múky
125 g masla
1 vajce
80 ml echinaceového sirupu
1 lyžička škorice

Vytvoriť cesto, nachať v chladničke min. 1 hodinu a vykrajovať kolieska. Orazítkovať.
Piecť pri teplote 180 ° C približne 10 minút.

7. Čaj o piatej – relaxačný od Mgr. Alenky Kopáčovej

Pamajorán obyčajný
Nechtík lekársky
Slez
Topoľovka

Malú lyžičku zmesi zalejeme viacou vodou, 10 minút lúhujeme, precedíme a môžeme dochutiť medom.

8. FIGOVÝ DŽEM – od Aničky Kopáčovej

200 g fíg
100 g cukru
3 PL rumu
1 PL citrónovej šťavy

Umyté figy na drobno pokrájame, premiešame s cukrom, rumom a citrónovou šťavou. Dobré všetko premiešame. Necháme odstáť do druhého dňa. Potom dáme variť. Varíme asi 30 minút. Počas varenia zbierame penu. Ihneď dáme do pohárov.

9. SLANÉ TYČINKY S CESNAKOM MEDVEDÍM od pani Šťastnej

600 g hladkej múky
200 g masla (hera)
20 g droždia
2 dl mlieka
1 ČL soli
1 vajíčko na potretie

Preosiatu múku, zmäknuté maslo, soľ a mlieko s droždím, ktoré sme nechali rozpustiť spolu, zmiešame na hladké cesto, ktoré rozdelíme na tri časti. Z nich urobíme valčeky a rozvalkáme ich na pásiky na hrúbku 1/2 cm a šírku 8 – 10 cm.

POZNÁMKA:

Do cesta môžeme primiešať cesnak medvedí alebo inú vhodnú nasekanú bylinku.

Pásy potrieme rozšľahaným vajíčkom a posypeme rascou alebo soľou, makom, sezamom, sladkou paprikou, syrom, pizza korením.....

Nakrájame na pásiky široké asi 3/4 cm a upečieme do ružova v teplej rúre. Skúste máčať v kaslej smotane.

Dobrá chuť!

10. MEDOVKOVÝ SIRUP od pani Kormendyovej.

1/2 kg hnedého cukru – môže byť aj biely
30 stoniek umytej medovky lekárskej
0,5 l vody
šťava zo 4 limetiek alebo citrónov
jedna celá škorica

POSTUP:

V hrnci privedieme do varu cukor a vodu. Pridáme celú škoricu, chvíľu povaríme a pridáme nasekanú medovku. Už nevaríme. Necháme 2 – 3 hodiny lúhovať, pridáme šťavu z limetiek. Premiešame a scedíme cez sitko do pripravených fľaš. Udržujeme v chlade. Môžeme aj naliať do nádobky na ľadové kocky a nechať zamrznúť, potom pridať kocku či dve do horúceho čaju.

11. JABLČNÍK od pani Takáčovej.

CESTO:

45 dkg hladkej múky
15 dkg cukru
2 vajcia – žĺtky
2 PL mlieka
1/2 sáčku prášku do pečiva
1 hera

1 kg jablák
džem na potretie
cesto pod jablká
5 dkg orechov nasekať a posypať na povrch

Cesto spracovať a rozdeliť na dve časti. Piecť pri teplote 180 ° C.

12. KAKAOVÝ KOLÁČ od Martušky Urbánkovej.

30 dkg práškového cukru
3 PL kakaa
40 dkg hladkej múky špeciál
3 PL slivkového lekváru
1 a 1/2 dl oleja
2 vajcia
1 KL ml. Škorice
1,5 KL sódy bicarbóny
1/2 l mlieka
1 prášok do perníka
hrst orechov
3 postrúhané jablká
1/2 hrnčeka hrozienok

Spolu vymiešať. Piecť pri teplote 180 ° C.

Na vlažný koláč dáme slivkový lekvár. Necháme vychladnúť a polejeme čokoládou.

13. DOMÁCI CHLIEB – od Majky Jankovskej.

Zloženie:

1/2 kg hladkej múky
3 uvarené postrúhané zemiaky
2 lyžičky soli
2 lyžičky octu
2 dkg droždia
3 dcl vody
rasca a bylinky podľa chuti

Postup:

Všetko spolu zamiesime a 3 x po pol hodine znova premiesime. Vytvarujeme bochník, potrieme vodou a dáme piecť vo vhodnej nádobe na 200 ° C na 1 hodinu.

14. PESTO z cesnaku medvedieho od Majky Jankovskej.

Čerstvé listy cesnaku medvedieho rozmixujeme, pridáme pomleté orechy alebo mandle, morskú soľ, olivový olej. Premiešame, môžeme skladovať v mrazničke alebo hneď konzumovať.

15. Arónia – džem od Evičky Mikušatovej.

500 g arónie
500 g jablák
0,2 l vody
1 kg cukru

Jablká očistíme, nakrájame a uvaríme vo vode na kašu. Plody arónie rozmixujeme a pridáme k jablkám spolu s cukrom – môže byť aj menej cukru. Dáme do kastrólika a povaríme. Nalejeme do pohárov.

16. Arónia – likér od Evičky Mikušatovej.

1 l plodov arónie
1 l vodky - jablčkovice, rumu
1 kg cukru – môže byť aj menej

Do 4 l fľaše nasypeme plody a zalejeme alkoholom. Necháme 14 dní v chladnej miestnosti a každý deň premiešame. Po 14 dňoch pridáme 1 l vody s 1 kg zvarného cukru. Po vychladnutí nalejeme k arónii. Ďalších 14 dní fľašu denne premiešame. Potom scedíme do fliaš.

17. Arónia – lekvár od Evičky Mikušátovej.

Plody povaríme v malom množstve vody. Keď zmäknú, tak ich prepasírujeme. NA 1 kg získanej drene pridáme 600 g cukru a 10 minút povaríme. Ešte horúce nalejeme do pohárikov.

Používame ako liek jednu lyžičku niekoľkokrát denne pri obličkových kameňoch a reumatizme.

18. PLACKA od pána Červenáka.

2 PL kurkuma
1 PL škorica – indonézia
2 PL včelý peľ mletý
1 a 1/2 PL med, podľa potreby i viac

Zamiešať, rozvalkať pod potravinovou fóliou.

Dvakrát denne – kocku 1 x 1 cm.

19. Schizandra chinensis – od Ivka Országha.

Schizandru chinensis necháme lúhovať v 40 % vodke.