

m

Markéta v troubě

MARKÉTA
CHOVANCOVÁ



Markéta v troubě

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.cpress.cz
www.albatrosmedia.cz



Markéta Chovancová

Markéta v troubě – e-kniha

Copyright © Albatros Media a. s., 2021

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.

ALBATROS  **MEDIA**

Markéta v troubě

Markéta Chovancová

Text © Markéta Chovancová, 2021

ISBN tištěné verze 978-80-264-3557-0

ISBN e-knihy 978-80-264-3577-8 (1. zveřejnění, 2021) (ePDF)

Obsah

Jaro

Moravské koláčky	9
Mrkvové muffiny	11
Tvarohové mini mazance	13
Jidášky	15
Ovečkové sušenky	17
Tvarohový beránek	19
Velikonoční nádivka	21
Tvarohoví šneci s pudinkem	23
Slaný chlebiček	25
Bábovka pečená s tvarohem	27
Srdíčkový koláč	29
Krtkův dort	31
Tvarohové šátečky	33
Pastýřský koláč	35
Slaný karamel a karamelky	37
Borůvkové muffiny	39
Trhací chlebiček	41
Čokoládovo-kokosové sušenky	43
Věnečky s odlehčeným krémem	45

Léto

Borůvkový dortík	49
Vláčná bábovka	51
Tvarohové knedlíky	53
Minutový dezert do hrnečku	55
Bramborový koláč	57
Tvarožník s ovocem	59
Čokotvaroh	61
Plněné buchtičky s krémem	63
Jahodové galetky	65
Čokoládový lávový dortík	67
Nepečený tvarohový dort	69
Sýrové muffiny	71
Čokoládová hlína	73
Míša dort	75
Citronová babeta	77
Mini Pavlova	79
Rychlá jahodová marmeláda	81
Rajčatová galetka	83
Makronky bez rozvaru	85

Podzim

Perník s jablky	89
Nejrychlejší jablečný koláč	91
Dýňová polévka s jablkem a zázvorem ..	93
Vánočková žemlovka	95
Skořicoví šneci	97
Obrácená jablečná buchta	99
Hruškový koláč	101
Lasagne se sýrovou omáčkou	103
Tvarohové koblížky bez kynutí	105
Šťavnaté řízky	107
Máslové kuře	109
Dýněčky	111
Trdelníky	113
Čatní z červené cibule	115
Čokoládový dort	117
Svatomartinské rohlíčky	119
Čokoládová babka	121
Pudingoš	123
Koláče	125

Zima

Domácí pečivo	129
Polévka z pečené mrkve	131
Cottage housky	133
Chleba bez hnětení	135
Lehký narozeninový dort	137
Bramborové knedlíky s uzeným	139
Tvarohová štola v bábovce	141
Nejkřehčí linecké	143
Povidlové bochánky	145
Crinkles	147
Medovníkové koule	149
Kokosové kuličky	151
Perníčky	153
Šlehačková vánočka	155
Sýrové hvězdičky	157
Sýrový strom	159

Krásný den!

Jsem maminka tří malých dětí a baví mě pro celou rodinu péct a vařit zajímavé recepty z poctivých surovin. Původně jsem si založila blog *Markéta v troubě* jen jako úložiště svých osvědčených receptů, velmi rychle však začali přibývat čtenáři, kteří se těšili na další zajímavé dobroty. Nejvíce mě hřeje u srdce, když mi posílají fotky povedených pochoutek, které připravili právě na základě zveřejněných receptů. Tak se nechte inspirovat také a třeba si obohatíte repertoár jídel, která si vaříte a pečete sami doma.

Dobré jídlo jsem měla ráda odmala. Maminka vždycky úžasně vařila i pekla, základy poctivé kuchyně mám tedy od ní. Vařit jsem ale začala, až když jsem si založila vlastní domácnost. Všechny recepty připravuji z běžně dostupných surovin, které seženete v každém, třeba i menším obchodě. Postupy se snažím zjednodušit, aby neodradily ani méně zkušené v kuchyni a vše se povedlo. Baví mě posouvat se dál v tom, co mě baví, a ukázat, že pečení není žádná věda a úplně všichni zvládnou i zdánlivě složité jako jsou makronky, Pavlovy, věnečky, pro některé i kynuté těsto a podobně. Recepty píšu srozumitelně a podrobně, aby se dobroty podařily všem hned napoprvé.

Inspiraci pro vaření čerpám všude kolem sebe. Základ tvoří osvědčené rodinné recepty, ale obecně využívám v kuchyni především sezonní suroviny a vymyslím pokrmy právě z nich. Vážím si surovin i svého času, proto jsem ráda, když všechno vyjde tak, jak má, a můžu dělat radost lidem kolem sebe.

Recepty jsem rozdělila podle ročních období. V kapitole Jaro se tedy můžete těšit na velikonoční recepty, ale i na spoustu jiných dobrot ozdobených prvními jarními kvítky. V létě jsem se snažila co nejvíce využívat postupně dozrávajících ovoce. Na podzim jsem zařadila spoustu receptů s využitím jablek, hrušek, ale i zeleniny. V zimní kapitole jsou recepty na to nejlepší cukroví a vánočku, ale také na pečivo a pokrmy, které k zimě patří.

Věřím, že vám bude všechno chutnat, a budu moc ráda za zpětnou vazbu a fotky dobrot, které vyzkoušíte. Můžete je poslat třeba do zpráv na Instagramu [@marketa_v_troubě](#) nebo na e-mail marketavtroubě@gmail.com. A pokud máte děti, určitě je do pečení zapojte. Je to skvěle strávený společný čas, krásně se u toho soustředí a zdokonalují, navíc je to pro ně velká zábava.

Markéta Chovancová

Markéta
v troubě



Jaro

Příchod jara vždycky netrpělivě vyhlížím. Miluju, jak se venku všechno prozáří nejrůznějšími barvami a slunečními paprsky, rozkvétají první květy a raší jarní zelenina. A tohle všechno se dá krásně využít i v kuchyni, protože podle mě je právě v tom celé to kouzlo. Těšit se na ingredience, které mají svou sezonu jen pár dní v roce. Je potřeba si je co nejvíc užít, protože budou zase až za rok.

A na jaře jsou taky Velikonoce! I když třeba nedodržíte některé tradice, určitě se neochudíte o pečení beránka, mazance, jidášků, velikonočních sušenek nebo moje milované nádivky. Svátky jara jsou také jen jednou za rok a byla by škoda si je neužít.

Po zimě bychom měli i tělu dopřát lehčí stravu, doplnit všechny vitamíny a minerální látky. Skvěle tomu jdou naproti čerstvé ředkvičky, jarní cibulka, kedlubny, klíčky, bylinky, rajčata... To vše můžeme zkombinovat s prvními saláty či ranými bramborami.

Nezapomeňte při procházce ani na medvědí česnek, ze kterého je mimo jiné skvělé pesto, které vydrží v lednici i několik týdnů a využijete ho na nespočet způsobů. Na těstoviny, maso, na potřetí pečiva či slaného chlebičku, který najdete o pár stránek dál.

Pokladem jara je i chřest, který se dá opět zakomponovat téměř do všeho. Je skvělý i jen tak do salátu, krátce zapečený se sýrem a slaninou, orestovaný na másle s holandskou omáčkou a pošírovaným vejcem, ve slaném koláči nebo třeba v jarní polévce. Polévky rozhodně také nezatracujte, z jarní zeleniny budou chutnat báječně a svěže, ať už krémové, či například vývary s bylinkovými nočky.

Bylinky, klíčky, pažitku, natě petržele, medvědí česnek využijte také do nejrůznějších pomazánek a dipů. Neopomeňte ani čerstvé ovčí a kozí sýry, které právě na jaře mají nejlepší chuť. Do jarního jídelníčku za mě patří jednoznačně i vajíčka, a to nejen ve spojení s Velikonocemi. Jsou velmi cennou potravinou pro výživu, mají v sobě spoustu důležitých vitamínů, a navíc pomazánka z nich u nás vede na plné čáře a děláme ji ze všech nejčastěji.

Nezapomeňte také na sirupy. Takový černý bez, pampelišky či mladé smrkové výhonky se ukážou jen na pár dní a pak je zase celý rok neuvidíte.

A jedlé květy, například sedmikráska či fialky, ozdobí nejen dezerty, ale třeba i salát nebo polévku.



Moravské koláčky

Tyto malé koláčky se u nás na Valašsku pečou na každou oslavu či svatbu po stovkách až tisících kusech a vždycky se po nich jen zapráší, všichni je milují. Napečte si je kdykoliv doma podle tradičního receptu.

.....

Na těsto

- 150 g hladké mouky
- 150 g polohrubé mouky
- špetka soli
- 50 g moučkového cukru
- ½ kostky čerstvého droždí
- 125 ml mléka
- 3 žloutky (polovina do těsta, polovina na potřetí před pečením)
- 100 ml rozpuštěného másla (nejlépe napůl máslo a napůl sádlo či olej)

Na náplň

- 2 tvarohy v alobalu
- ½ balení vanilkového cukru
- 25 g rozinek předem namočených v rumu
- 75 g cukru moučka
- půl hrnku povidel (nejlépe domácí)

Na posypku a potřetí

- 125 g hladké mouky
- 62 g studeného másla
- 62 g moučkového cukru
- ½ vanilkového cukru
- dvě lžíce másla
- lžíce rumu

Do vlažného mléka rozdrobíme droždí, zamícháme s lžičkou cukru, zlehka posypeme hladkou moukou, přikryjeme utěrkou a necháme 10 minut odpočívat. Mezitím si prosejeme mouky do mísy, po okrajích osolíme, uprostřed uděláme důlek, vlijeme vzešlý kvásek z droždí a lehce promícháme. Přidáme zbytek surovin, tedy polovinu množství žloutků (zbytek necháme na pomašlování před pečením), olej a cukr. Všechny suroviny zamícháme a vymísíme hladké těsto. Pokud máme robota či domácí pekárnu, ulehčíme si práci. Poté přikryjeme utěrkou a necháme cca 1 hodinu odpočívat na teplém místě.

Ve volné chvíli si připravíme posypku. Nachystáme si na ni hladkou mouku, studené máslo, moučkový a vanilkový cukr. Všechny suroviny dáme do jedné misky a prsty třeme směs, až vznikne drobenka.

Připravíme si také náplň. V misce smícháme tvarohy z alobalu (které jsme nechali předem odkapat přes plátýnko či čistou utěrku) s moučkovým cukrem a z celého množství tvarujeme malé kuličky o průměru asi 2 cm. Domácí povidla si můžeme dát pro snadnější zdobení do pevnějšího sáčku. Rozinkám slijeme rum z misky.

Po hodině máme těsto vykynuté, zdvojnásobilo svůj objem. Přemístíme jej na vál podsypaný moukou. Těsto vyválíme a nařežeme na čtverce tak, abychom byli schopni zabalit kuličky z tvarohu. Doprostřed vykrojeného tvaru vždy dáme rozinku, na ni kuličku z tvarohu a zabalíme do měšce. Skládáme s rozestupy spojem dolů na plech vyložený pečícím papírem. Do každé kuličky pak vytlačíme obrácenou vařečkou důlek a naplníme jej povidly. Zbytek žloutků rozšleháme vidličkou a pomašlujeme vdolečky shora i ze stran. Připravenou drobenku lehce vtláčíme k povidlům.

Rozehřejeme troubu na 180 °C a pečeme asi 10 minut dozlatova. Koláčky ihned po upečení potřeme rozpuštěným máslem s trochou rumu.



Mrkvové muffiny

Vláčné mrkvové muffiny, provoněné medem a skořicí. Jsou lahodné i samy o sobě, ale stojí za to jim udělat ještě smetanovou čepici.

.....

Na těsto

- 300 g mrkve
- 150 g medu
- 100 g cukru (třtinový nebo krystal)
- 180 g polohrubé mouky
- 4 vejce
- 150 g rozpuštěného másla nebo slunečnicového oleje
- ½ balení prášku do pečiva
- 100 g vlašských ořechů
- 1 lžička skořice
- ½ lžičky mletého zázvoru
- špetka soli, ½ citronu

Na krém

- 250 g mascarpone
- 200 ml smetany ke šlehání
- cukr moučka dle chuti

Nejprve nejemno nastrouháme očištěnou mrkev, orestujeme ji 3 minuty na másle a odstavíme. Vmícháme zázvor, skořici a necháme vychladnout.

Mezitím si vyšleháme žloutky s cukrem, zašleháme i med a rozpuštěné máslo či olej. Poté přidáme vychladlou mrkvovou směs, šťávu a kůru z citronu, mleté ořechy a polohrubou mouku smíchanou s práškem do pečiva. Nakonec vmícháme vyšlehaný sníh z bílků se špetkou soli.

Těstem plníme důlky v plechu na muffiny vystlané papírovými košíčky, a to zhruba centimetr pod okraj. Těsto by mělo vyjít asi na 12 větších muffinů. Pečeme na 175 °C asi 15 minut. Propečenost otestujeme špejlí.

Vychladlé muffiny ozdobíme krémem, který vytvoříme vyšleháním smetany ke šlehání s mascarpone (obojí přímo z lednice) a lžící cukru moučka.

Tip: Do těsta můžete ještě na drobné kousky nasekat hořkou čokoládu. Pokud nemáte plech na muffiny, můžete použít samonosné košíčky nebo těsto nalít do bábovkové formy.



Tvarohové mini mazance

Recept na rychlé mazance bez kynutí, které jsou navíc kypré a vláčné díky tvarohu. A medová krusta s křupavými mandličkami vás opravdu dostane.

.....

Budeme potřebovat

- 250 g tvarohu z alobalu
- 2 žloutky + 1 vejce
na potřetí
- 125 g másla
- 125 g cukru krupice
- 2 lžíce tuzemáku
- 480 g hladké mouky
- 1 balení kypřicího prášku
- 1 vanilkový cukr
- špetka soli, hrst rozinek
- 2 lžíce rozpuštěného másla
- 2 lžíce medu
- citronovou kůru
- hrst mandlových lupínků
na posypání

V míse utřeme máslo s cukrem, přidáme tvaroh z alobalu, citronovou kůru, žloutky, tuzemák, vanilkový cukr (nebo přírodní extrakt), špetku soli a promícháme. Nakonec přidáme mouku smíchanou s kypřicím práškem (nebo vinným kamenem) a rozinky předem spařené (bez vody), ještě lépe naložené den předem v rumu.

Vymísíme těsto a dáme rozehřát troubu na 170 °C. Vytvarujeme 6 malých bochánků a dáme na plech vyložený pečicím papírem. Mazance pomašlujeme rozkvedlaným vajíčkem a posypeme mandlovými lupínky.

Tvarohové mini mazance pečeme ve vyhřáté troubě na 170 °C cca 20 až 30 minut. Mazance raději hlídáme a následně špejlí zjistíme propečenost. Ihned po upečení pomašlujeme rozpuštěným máslem s medem a necháme dojít na plechu na lince.

Tip: Mazance chutnají nejlépe s plátky studeného másla a marmeládou.



Jidášky

Velikonoce bez jidášků by byly jako Vánoce bez vánočky. Tajemstvím těchto lahodných a jemných jidášků, které se rozplynou na jazyku, je smetana, ve které se zadělá kvásek z droždí, a také medová krusta, kterou se potírají ihned po upečení.

.....

Na těsto

- 90 g másla
- 30 g cukru krystal (nebo třtinového)
- 1 vejce + 1 žloutek
- 1 lžička citronové kůry
- špetka soli
- ½ balení vanilkového cukru
- 10 g čerstvého droždí
- 250 g hladké mouky
- 150 ml smetany ke šlehání (33 %)

Na dokončení

- 2 lžíce medu
- 2 lžíce másla
- 200 ml zakysané smetany

Do lehce ohřáté (jen cca 38 °C) smetany v hrnku rozdrobíme droždí, promícháme s lžící cukru, poprášíme moukou, přikryjeme utěrkou a necháme 10 minut odpočívat. Do mísy odvážíme mouku, po okrajích osolíme, uprostřed uděláme důlek, vlijeme vzešlý kvásek z droždí, zbytek cukru, promícháme, přidáme vychladlé rozpuštěné máslo, žloutek, citronovou kůru a vanilkový cukr.

Vymísíme v hladké těsto, pokud máme robota či domácí pekárnu, usnadníme si práci. Poprášíme moukou, přikryjeme utěrkou a necháme na teplém místě hodinu kynout. Poté uválíme tenké prameny, které stočíme v různé tvary. Skládáme s rozestupy na plechy vyložené pečicím papírem. Rozehřejeme troubu na 175 °C, potřeme mašlováčkou rozkvedlaným vejcem a pečeme dozlatova asi 15 minut. Ihned po vytažení z trouby potřeme připraveným medem s rozpuštěným máslem. Po lehkém zchladnutí podáváme se zakysanou smetanou.

Tip: Jidášky můžeme podávat také s oblíbenou marmeládou či našlehaným tvarohem se smetanou.