

PĀ~Ā•RODNĀ~Ā~Ā•ZKY

ĀĀEtrtek, 31 kvĀ~ten 2007

KdyĀ~ si Ā~tu MarkĀ~iny fantastické recepty a prohlíĀ~ím její doprovodné fotky, vciĀ~uju se do své mámy. Bylo mi asi Ā~trnáct, taková ta "hladová puberĀ~ácká léta", kdy jsem klidnĀ~ snĀ~dla k svaĀ~inĀ~ patnáct loupákĀ~ a kilo jablek, aniĀ~ to na mé na první pohled anorektické postavĀ~ bylo vidĀ~t.

Však jsem tenkrát bĀ~hem pouhých tĀ~mí letních mĀ~sícĀ~ vyrostla dvacet centimetrĀ~ (máma s povzdechem Ā~míkal pĀ~mímo vidĀ~t, jak rostu). A ona, která vaĀ~mila pro manuálnĀ~ pracujícího tátu a nenasytitelnou dceru, mĀ~la velmi pĀ~mísnou dietu... KuĀ~mí ecí Ā~mízeĀ~ky s kari cibulí 4 kuĀ~mí ecí Ā~mízky z prsíĀ~ek

4 spíš menší cibule

olej, sĀ~l, pepĀ~m, mouka, kari Cibule oloupeme a nakrájíme na silnĀ~jší céĀ~ka. KuĀ~mí ecí prsíĀ~ka mírnĀ~ nakleper (pĀ~mípadnĀ~ napĀ~med trochu naĀ~mízneme, aby byl plátek rovnomĀ~rnĀ~ji tlustý), osolíme, dle zvyku opepĀ~míme (já nepepĀ~m pepĀ~m a vĀ~bec všechno pálivé nerada), obalíme v hladké mouce a usmaĀ~íme na oleji do zlatova. Zatím si na malé pánviĀ~ce rozehĀ~ejeme olej, malinko osmahneme nachystanou cibuli a zasypeme plnou lĀ~iĀ~kou kari. Cibuli s kari ještĀ~ chvíli smaĀ~íme. Na talíĀ~e nachystáme brambory, krokety nebo hranolky, zeleninovou oblohu a Ā~mízky, na kt nasypeme osmaĀ~enou kari cibulku. PĀ~mírodní Ā~mízeĀ~ky s oĀ~míechy 100g jader vlašských oĀ~míechĀ~

2 cibule

2 strouĀ~ky Ā~esneku

4 plátky vepĀ~ové kýty

olej, sĀ~l, pepĀ~m, mouka Cibule oloupeme a nakrájíme na silnĀ~jší céĀ~ka, oĀ~míechy nasekáme nahrubo. Maso nakleper, naĀ~mízneme po okrajích, osolíme, opepĀ~míme, obalíme v mouce a opeĀ~eme na oleji.

Na pánev s horkým olejem dáme na hrubší céĀ~ka pokrájenou cibuli. K lehce osmaĀ~ené cibuli pĀ~mídáme hrubĀ~ sekané oĀ~míechy, na slabé plátky pokrájený Ā~esnek a vše společnĀ~ ještĀ~ trochu osmahneme. Na talíĀ~m vaĀ~eným nebo opeĀ~eným bramborám, zeleninové obloze a pĀ~mírodnímu Ā~mízku pĀ~mídáme cibulovo-oĀ~míechovou smĀ~ dozdobíme sekanou petrĀ~elkou nebo cibulkovou natí. Pokud ovšem chcete mít jídlo trochu dietnĀ~jší, mĀ~Ā~e pouĀ~ít i variantu na fotce a místo smaĀ~eného Ā~mízku dát na talíĀ~m plátek peĀ~eného vepĀ~ového. A jako vĀ~dy - bájeĀ~ dobrou chuĀ~ všem pĀ~míje MarkĀ~ka .