

TĚŠTOVINY S...

ĀĀEtrtek, 19 ĀĀervenec 2007

Asi kaĀ¼dĀ domĀcnost mĀ svoje osvĀĀĀenĀ recepty a omĀĀky na tĀstoviny. U nĀs doma jsou uĀ¼ pĀr let trvalkou tĀstoviny s tuĀĀkem. Je to recept manĀĀela, nĀkdy nĀkde si ho pĀĀetl nebo snad moĀĀnĀ sĀm vymyslel, kdo vĀ. JĀ si svoje recepty po svĀm, ale kdyĀ¼ v kuchyni kraluje manĀĀel, tak jsou k veĀĀeĀĀi tĀstoviny s tuĀĀkem nebo pizza, tu dĀlĀ t bezvadnou o-)).

TĚstoviny s oĀĀechy a nivou

1 velkĀ cibule

200g nivy

200g vlaĀskĀch oĀĀechĀ

1 plnĀ lĀĀka hladkĀ mouky

mlĀko

olej

tĀstoviny, sĀĀ

Oloupanou cibulĀ nakrĀjĀme najemno a v hlubĀĀĀ vĀĀĀ pĀnvi na oleji osmahneme. PĀĀi prvnĀm nĀznaku zlĀtnutĀ pĀĀidĀme hrubĀĀ sekanĀ oĀĀechy, chvilĀĀku smaĀĀme spolu, pak pĀĀidĀme pokrĀjenou nivu a nechĀme rozpuĀt. V hrneĀku rozkvedlĀme mlĀko s moukou, nalijeme do pĀnve, pĀĀidĀme dalĀĀ mlĀko podle potĀĀeby a spoleĀnĀĀ jeĀĀĀ chvilĀ vaĀĀme, aĀ¼ se mouka rozvaĀĀ, spojĀ se chuĀĀ i barva oĀĀechĀ a sĀra a vznikne bĀĀovĀ omĀĀka. omĀĀku nalijeme na talĀĀ na uvaĀĀenĀ tĀstoviny a dozdobĀme dle vlastnĀho vkusu.

TĚstoviny s tuĀĀkem a rajĀaty

2-3 velkĀ cibule

2 strouĀky Āesneku

5-6 velkĀch hodnĀĀ zralĀch rajĀat

nebo asi 300g sterilovanĀch ve vlastnĀĀĀĀvĀĀ

anebo 300g protlaku

1 nebo 2 sĀĀky vypeckovanĀch zelenĀch oliv

2 konzervy tuĀĀka ve vlastnĀĀĀĀvĀĀ

oregano, bazalka, moĀĀno i tymiĀn

olej, olivovĀ olej

těstoviny - nejlépe vmetena, s

Na oleji zpěníme hrubě nakerájenou cibuli. Ještě než začne zlátnout, tak přidáme na slabou plátek pokrmenec a minutku smažíme, a pak česnek trochu zrašíme. Přidáme pokrájená rajčata nebo protlak, oregano (nebo etar) bazalku (té míra) a případně i petrželku tymián. Dál do pánve přidáme olivy, tuňáka a všechny dohromady na slabém plamínku vaříme ještě asi deset minut. Než se dovaří omáčka, tak bychom se s ní mohli uvařit s těstovinami, vysypeme do velké hluboké mísy, zalijeme hotovou omáčkou, dvěma lžičkami olivového oleje a promícháme. Na talíři dozdobíme petrželkou hrubě pokrájené syrové cibule... a otevřeme si svijanskou jedenáctku o-)). Ještě jen připomenou, že u obou dnešních receptů se omáčka nesolí, v případě se dost osolí rozpuštěnou nivou a ve druhém ji osolí olivy.

A jako vždy, přeji vám dobrou chuť a - nejezte tak rychle, on vám to nikdo nesebere...

Markéta