

Recepty z vajec



Přstrosí vejce

mírně pokročilé, 6 porcí, 40 minut

6 vajec + 1 navíc

800 g mletého hovězího masa

2 housky (na kostičky) + mléko na zalití

1 malá cibule (nadrobno)

2 stroužky česneku (rozmačkané)

1 lžička drceného kmínu

1 lžička majoránky

1 lžička sladké papriky

2 lžičky soli

mletý pepř dle chuti

strouhanka na obalení

olej

Nejprve si uvařte 6 vajec – 6-7 minut. Nechte prudce zchladit, oloupejte a odložte stranou. Troubu předehřejte na 190°C. Housky zalijte mlékem a nechte nasáknout. Do velké mísy dejte mleté maso, vymačkané housky a promíchejte. Až poté přidejte všechny ostatní suroviny (kromě vařených vajec) a pořádně promíchejte tak, aby byla směs hladká. Směs rozdělte na 6 dílů velkých tak, aby se do nich dalo pohodlně zabalit celé vařené vejce (tak, aby nikde „nekoukalo“). Pokud by vám část masové směsi zbyla, utvořte karbanátky. Vše nasucho obalte ve strouhance a dejte na plech vystlaný pečicím papírem. Pokapejte olejem a vložte do předehřáté trouby, pečte 25 minut nebo dokud není maso řádně propečené, ale ještě příjemně šťavnaté.



Bílkové dortíky

4 porce, mírně pokročilé, 2 hodiny

6 bílků z velkých vajec

300 g moučkového cukru

2 lžičky kukuřičného škrobu

1 lžička vinného octa

6 lžic holandského kakaa

1 velký (500g) selský jogurt, vykapaný v plátýnku přes noc

1 vanička polotučného tvarohu

3 lžíce tekutého medu

na ozdobení čokoláda a ovoce dle chuti

Nezapomeňte den předem nechat vykapat jogurt. Druhý den si rozehřejte troubu na 200°C (horkovzduch). Z bílků a špetky soli ušlehejte pevný sníh, do kterého poté za stálého šlehání přidávejte po troškách moučkový cukr. Když je sníh pevný a lesklý (musí tvořit špičky, když vytahujete metlu), vmíchejte ocet a prosátý škrob s kakaem. Na dva plechy stříkejte kolečka o průměru cca 6-7 cm. Plechy vložte do trouby a teplotu ihned stáhněte na 120°C. Pečte cca 1 – 1,5 hodiny, dokud korpusy nejsou zcela vyschlé. Důležité je při pečení neotvírat troubu. Po upečení otevřete mírně dvířka trouby, ale plechy v ní ještě nechte, dokud trouba zcela nevychladne (ideálně přes noc). Až poté plechy vyndejte a kolečka přemístěte na mřížku, případně do vzduchotěsné nádoby, pokud nechcete plnit hned.

Připravte si krém – vykapaný jogurt prošlehejte s medem a tvarohem, poté jím plňte dortíky (vždy 3 korpusy, viz foto), které ozdobte dle vkusu a nechte alespoň hodinu proležet.



Pečená vajíčka

1 porce, snadné 15 minut

1 porce, snadné 15 minut

3 vajíčka

2 plátky šunky

1 lžíce strouhaného sýru

rajčata

bylinky

máslo do formy

sůl a pepř

Troubu si předehřejte na 180°C. Do formy dejte plátek másla, rozložte plátky šunky a vyklepňte vajíčka. Posypte bylinkami dle chuti, strouhaným sýrem, krájenými cherry rajčata, osolte a opepřete. Vložte do trouby a pečte v rozmezí 12-18 minut, podle toho, jak máte vajíčka rádi. Podávejte s chlebem.



Nadýchaná omeleta s pečenou zeleninou

1 porce, snadné, 15 minut

hrst oblíbené zeleniny dle chuti (cuketa, rajčata, pórek, houby...)

2 lžíce másla (ideálně přepuštěného)

3 snítky tymiánu

3 vejce

50 g strouhaného sýra

sůl, pepř na dochucení

klíčky nebo bylinky k podávání

Jeden si řekne – omeleta – co je na tom? Hodně! Je veliký rozdíl mezi vaječnou plackou a vymazlenou snídaňovou omeletou, jako obláček. Stejně suroviny, stejná příprava, a jen několik málo mezikroků navíc, dokáže vytvořit snídani snů.

Nejprve si opečte na 1 lžici másla zeleninu nakrájenou na kousky, osolte a opepřete, odložte stranou. V misce prošlehejte vidličkou vejce, osolte a opepřete. Dále na středně rozpálenou nepřilnavou pánev vhodte druhou lžici másla a ihned vlijte vajíčka. A teď přijde ta „věda“. Od okrajů pánve shrnujte tuhnoucí vajíčka ke středu pánve a prázdná místa přelévejte ještě tekutými vejci. Tento postup zopakujte 5-6x. Ve chvíli, kdy je omeleta ještě poněkud řídká, nasypejte na její polovinu strouhaný sýr a shrňte ji na talíř. Naplňte máslovou zeleninou, přiklopte druhou polovinou a podávejte posypané bylinkami nebo jarními luštěninovými klíčky. Jako přílohu můžete podávat jednoduchý zeleninový salát.



Sýrová vajíčka na chléb

4 porce, snadné, 10 minut

4 velká vejce

150 g výraznějšího
strouhaného sýra, který se
v teple snadno roztéká

2 lžičce bílého jogurtu

sůl a pepř

volitelně: nadrobno
nasekaná jarní cibulka,
řeřicha, bylinky...

Vajíčka uvařte naměkko
(7 minut), poté ihned
zchladte a oloupejte. Ještě
zatepla smíchejte se
strouhaným sýrem a poté i
jogurtem. Ochutťte solí a
pepřem, případně ještě
vmíchejte bylinky. Podávejte
s chlebem a čerstvou
zeleninou.

