

100

VEGETA
SPECIJALITETA



Izdavač: PODRAVKA RZ MARKETING KOPRIVNICA

Za izdavača: Krsto Milošić

Pripremljeno i ispitano u Podravkinu Centru
za istraživanje i unapređivanje prehrane
pod vodstvom Ivanke Biluš

Fotografija: Kreativni studio Podravke,
Davor Marjanović

Design: Mira Vučko

Grafički urednik: Dragutin Fučkar

Tisak: »Ognjen Prica« Zagreb 1984.

Treće izdanje

Prema mišljenju Republičkog komiteta za prosvjetu, kulturu, fizičku i tehničku kulturu SRH, broj 9292/1-1982 knjiga recepata »100 Vegeta specijaliteta« smatra se proizvodom iz čl. 36. stava 1. točke 7. Zakona o oporezivanju proizvoda i usluga u prometu i člana 17. tarifnog broja 5 Zakona o izmjenama i dopunama Zakona o posebnom porezu na promet proizvoda i usluga, za koji se ne plaća porez na promet proizvoda.

100 Vegeta specijaliteta





Prošlo je već više od dvadeset godina otkad je Vegeta, popularni Podravkin dodatak jelima, ponuđena našim potrošačima. Nakon koncentriranih juha koje su se počele proizvoditi 1957. godine (upravo se navršilo 25 godina od njihova izlaska na tržište) Vegeta je bio novi vlastiti proizvod zamišljen i razvijen u Podravkinu istraživačkom laboratoriju. Pripreme, ispitivanja i testiranja bili su opsežni i tek nakon mnogih provjeravanja Vegeta je 1959. godine ušla u redovnu proizvodnju. Bio je to u ono vrijeme prvi domaći dodatak jelima na jugoslavenskom tržištu. Posljednjih godina svjedoči smo mnogih pokušaja drugih proizvođača da imitiraju Vegetu, ali od dvadesetak pokušaja nitko joj se nije uspio približiti. Vegeta je ostala jedinstveni Podravkin dodatak jelima. Postala je sinonim za sve ostale slične proizvode koji su se pojavljivali, a i jedno od obilježja naše nacionalne kuhinje.

Vegeta je to postigla zahvaljujući u prvom redu svojim odličnim svojstvima, ali i dugogodišnjim upornim upoznavanjima, objašnjavanjima i upućivanjima potrošača u karakteristike i mogućnosti njezine upotrebe u najrazličitijim jelima.

Širenjem i prihvaćanjem Vegete nastajalo je sve više i više recepata koji su naišli na vrlo veliko zanimanje potrošača. Posljednjih desetak godina prikupili smo blizu 300 recepata. Njih su pripremili najpoznatiji jugoslavenski kuhinari, stručnjaci u našem Centru za istraživanje i unapređivanje prehrane, ili su ih predlagale domaćice na osnovi svojih iskustava s Vegetom.





Da bismo upoznali što širi krug potrošača s mogućnostima upotrebe Vegete, počeli smo recepte i pripremu jela s Vegetom prikazivati u televizijskoj emisiji »Male tajne velikih majstora kuhinje«. Prve emisije emitirane su 1974. godine. To znači da su Vegetine emisije najdulja serija na televiziji jer traju već punih osam godina, a interes za Vegetu i dalje raste.

Osim u televizijskim emisijama recepte smo objavljivali i kao oglase u najčitanijim časopisima, a izdali smo i pet specijalnih knjižica Vegetinih recepata u velikim nakladama.

Kako su sve knjižice koje smo dosad izdali podijeljene, prihvatili smo prijedlog brojnih potrošača da izdamo zbirku recepata. Izabrali smo 100 najboljih i najatraktivnijih recepata za jela s Vegetom i rezultat rada naših brojnih stručnjaka i suradnika pred vama je. Nadamo se da ćete u ovoj knjizi: »100 Vegeta specijaliteta« naći brojna jela koja će zadovoljiti Vas i ukus Vaših ukućana.

Ne zaboravite, Vegetu ima samo Podravka.

Želimo Vam uspješnu pripremu jela i puno zadovoljstva u njihovom uživanju.

Vaša **PODRAVKA**



Začini i dodaci u prehrani

Osim hranjivih sastojaka koji su potrebni za život i za zadovoljavanje energetskih potreba organizma, primamo hranom i mnoge tvari kojima je zadaća da podražuju okus i miris i tako izazivaju tek za jelom i pomažu probavi.

U starim zapisima o jelima mogu se naći podaci o upotrebi začina, trava i mirodija, što su ih ljudi dodavali jelima da bi bila ukusnija. Začine su dobivali od aromatičnih trava iz okolice ili su ih pak nabavljali iz najudaljenijih krajeva svijeta.

Po upotrebi začina može se odrediti i karakteristika kuhinje neke zemlje ili čak dijela svijeta. Svaki narod ima jednu ili više kombinacija začina koji njegovu kuhinju čine tipičnom. Jedan takav izvanredni začim jest Podravkina Vegeta, za koju se može reći da je postala tipičan dodatak jelima jugoslavenske kuhinje. Ova čudesna kombinacija dobrog okusa i arome ima svojstvo da naglasi karakterističan okus jela ili da ga ukusno dopuni, a jelo obogati vrijednim sastojcima.

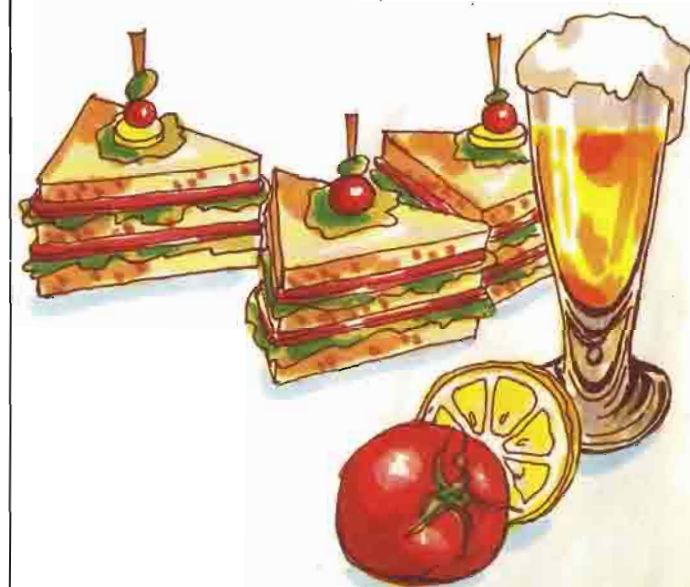
Zbog sadržaja soli, pri upotrebi Vegete pripazite koliko se još soli dodaje jelu. Naime, količina soli koja se dodaje jelu mora se smanjiti.

Vegeta se obično dodaje jelima pri kraju kuhanja, ali svakako mora prokuhati, tako da njezin sastojak suho mljeveno povrće nabubri kako bi moglo jelu dati bolji okus i miris.

Vegeta kao omiljeni dodatak jelima može se kombinirati gotovo sa svim vrstama jela: juhama, varivima, mesnim jelima, umacima, kuhanim salatama, predjelima i sličnim.

Vegeta, originalni dodatak jelima, pomoći će svakoj domaćici da svoja jela učini ukusnijima i dopadljivijima.

Mali obrok~ veliko iznenadenje



Jetrica u pikantnom umaku

500 g pilećih jetrica
40 g maslaca
150 g luka
1 žlica Vegete
1 žlica brašna
1 dl bijelog vina
2 žlice kiselog vrhnja
sol, majčina dušica, senf

Na vrući maslac stavite ko-
sani luk, izrezana jetrica i
naglo propržite. Zatim do-
dajte brašno, majčinu duši-
cu, Vegetu i malo senfa.
Promiješajte, dolijte malo
vode, vino i kratko prokuhajte.
Pri samom kraju umije-
šajte kiselo vrhnje.
Servirajte uz razne priloge
prema želji: uz kuhani krum-
pir, pire od krumpira, rižu i
slično.

Vrijeme pripreme: oko 20
minuta.

Savjet: Jetrica se ne sole
prije prženja, a prže se ili
pirjaju kratko jer dugim pr-
ženjem otvrdnu.

Mali obrok - veliko iznenađenje





Hrustavci od mozga

1 dl vode
1 žlica Vegete
70 g margarina
40 g brašna
60 g mrvica
200 g mozga
1 jaje
peršin, papar, muškatni oraščić
limunov sok, brašno, jaje
i ulje za prženje

U vodu dodajte Vegetu, margarin i pustite da provri. Zatim, postepeno miješajući dodavajte brašno i miješajte dok se smjesa ne zgusne i počne odljepljivati od dna posude. Nakon toga je ohladite i lagano umiješajte najprije jaje, a zatim mozak (koji prije toga prelijte vrućom vodom i odstranite žilice, a zatim iskošite). Na kraju dodajte mrvice, peršin, papar, muškatni oraščić i limunov sok. Od dobivene smjese oblikujte okruglice, uvaljajte ih u brašno i jaje,

pa pržite u ulju. Servirajte tople uz salatu ili uz tartar-umak.

Vrijeme pripreme: oko 35 minuta.



Kroketi od kajgane

5 jaja
1 glavica luka
1 žlica Vegete
zeleni peršin
4 žemičke
1,5 dl mlijeka
papar
mrvice za paniranje
ulje za prženje

Pripremite mješavinu od mlijeka, 1 jaja i Vegete. Žemičke izrežite na kockice i prelijte navedenom mješavinom. Posebno na ulju ispirajte kosani luk, dodajte izmiješana 4 jaja, pa ispecite kajganu. Pečenu kajganu izmiješajte s namočenim žemičkama, dodajte kosani zeleni peršin i papar. Oblikujte smjesu u 12 loptica. Svaku lopticu uvaljajte u mrvice i pržite na vrućem ulju. Poslužite s umakom od Podravkina »Nektara« (majone-

ze od svježih jaja) i kiselog vrhnja.

Savjet: Pri pripremanju kajgane pripazite da ne bude prečvrsta, nego mekana, tako da se lakše izmiješa sa žemičkama.



Pohane palačinke

8 palačinki
250 g puretine
(ili piletine)
1 žlica Vegete
40 g margarina
muškatni oraščić
1-2 kiselastavca i kisele
crvene paprike
1 dl kiselog vrhnja
brašno, jaja, mrvice i ulje
za prženje

Puretinu izrežite na kockice, pospite Vegetom, promiješajte i pirjajte na margarinu. Ispirjanom mesu dodajte muškatni oraščić (ribani), sitno kosane krastavce i paprike i kiselo vrhnje. Tim nadjevom punite palačinke i savijajte ih u obliku sarme. Palačinke uvaljajte u brašno, jaja i mrvice, te pržite u zagrijanom ulju. Servirajte ih uz tartar-umak ili zelenu salatu.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.



Makaroni ala marinara

400 g makarona
500 g rajčice
50 g crnih maslina
20 g kapara
1 žlica Vegete
2 češnja češnjaka
peršin
0,5 dl maslinova ulja
sol

Na maslinovu ulju polako pirjajte oguljene rajčice uz dodatak Vegete. Kada tekućina prokuha, dodajte kosane masline, kapare, češnjak i peršin pa opet kratko propirjajte. Dok se umak pirja, skuhaite makarone. Ocijedene makarone prelijte umakom i poslužite tople, prema želji posute ribanim parmezanom.

Vrijeme pripreme: oko 25 minuta.

Savjet: Makarone kuhajte lagano 15-20 minuta u većoj količini vode, a i u većoj posudi.



Savijača od kiselog zelja

500 g kiselog zelja
4 lista tankog tijesta
4 žlice ulja
40 g slanine
1 kobasica
1 glavicica luka
2 krumpira
1 žlica konzervirane
rajčice
1 dl bijelog vina
češnjak, kumin, papar
1 žlica Vegete

Sitno izrezanu suhu slaninu propržite na ulju, dodajte kosani luk i kobasicu izrezanu na kolutiće, a nakon nekoliko minuta kiselo zelje, Vegetu, rajčicu, kumin, češnjak i bijelo vino, pa sve zajedno pirjajte dok zelje ne omekša. U posebnoj tavi ispržite na ulju krumpir izrezan na kocke i dodajte ga pirjanom kiselim zelju. Taj nadjev rasporedite po tankom tijestu koje ste stavili na vlažan ubrus, i to po 2 lista tijesta zajedno. Savijte lagano u savijaču.

Pecite u tepsiji premazanoj uljem na temperaturi oko 200 °C.

Ispečenu savijaču prelijte

vodom u koju ste stavili malo ulja, soli, pa ponovo zapecite u pećnici.

Savjet: Taj specijalitet može poslužiti kao toplo predjelo ili kao zakuska uz pivo ili vino.



Okruglice s kobasicom

1 kg krumpira
200 g brašna
1 jaje
1 žumance
1 žlica Vegete
1 žličica soli
2 žlice ulja
2 para kobasica

Prilog:
750 g kiselog zelja
40 g ulja
1 glavicica luka
1 žlica koncentrata od
rajčice
1 žlica Vegete
lovorov list

Kuhani krumpir ogulite i još topao propasirajte, dodajte brašno, sol, Vegetu, jaje, žumance i ulje, pa umijesite tijesto. Oblikujte širi valjak i izrežite ga na 16 jednakih dijelova. U svaki dio stavite komad kuhane kobasice (1,5–2 cm) i oblikujte okruglice. Okruglice stavite u slanu kipuću vodu i kuhajte oko 15 minuta. Zatim ih izvadite i servirajte s kiselim zeljem. Kiselo zelje pripremite ovako: na ulju svijetlo propržite kosani luk, zatim dodajte zelje, Vegetu, lovorov list, sve malo propirjajte, zalijte vodom i kuhajte dok ne omekša. Na kraju umiješajte rajčicu.

Savjet: Količina brašna ovisi o kvaliteti krumpira. Obično se dodaje toliko da se od krumpira može umijesiti ne pretvrdo tijesto.

Mali obrok-veliko iznenađenje



Domaći rižoto

200 g kuhane riže
200 g kuhanoga graha
60 g margarina
50 g celera
100 g svinjetine
100 g kobasice
(kranjske)
1 zelena paprika
100 g rajčice
1 žlica Vegete
0,5 dl crnog vina
papar

Na margarinu pirjajte fino kosani celer i svinjetinu izrezanu na kocke, a zatim dodajte kobasicu izrezanu na kolutiće, papriku rezanu na široke rezance, Vegetu i rajčicu. Sve zajedno pirjajte dok ne omekša postepeno

dolijevajući vodu. Na kraju dodajte kuhani grah i kuhani rižu, papar i crno vino. Poslužite kao glavno jelo.

Vrijeme pripreme: oko 40 minuta.



Mali obrok-veliko iznenađenje



Mediterranska salata

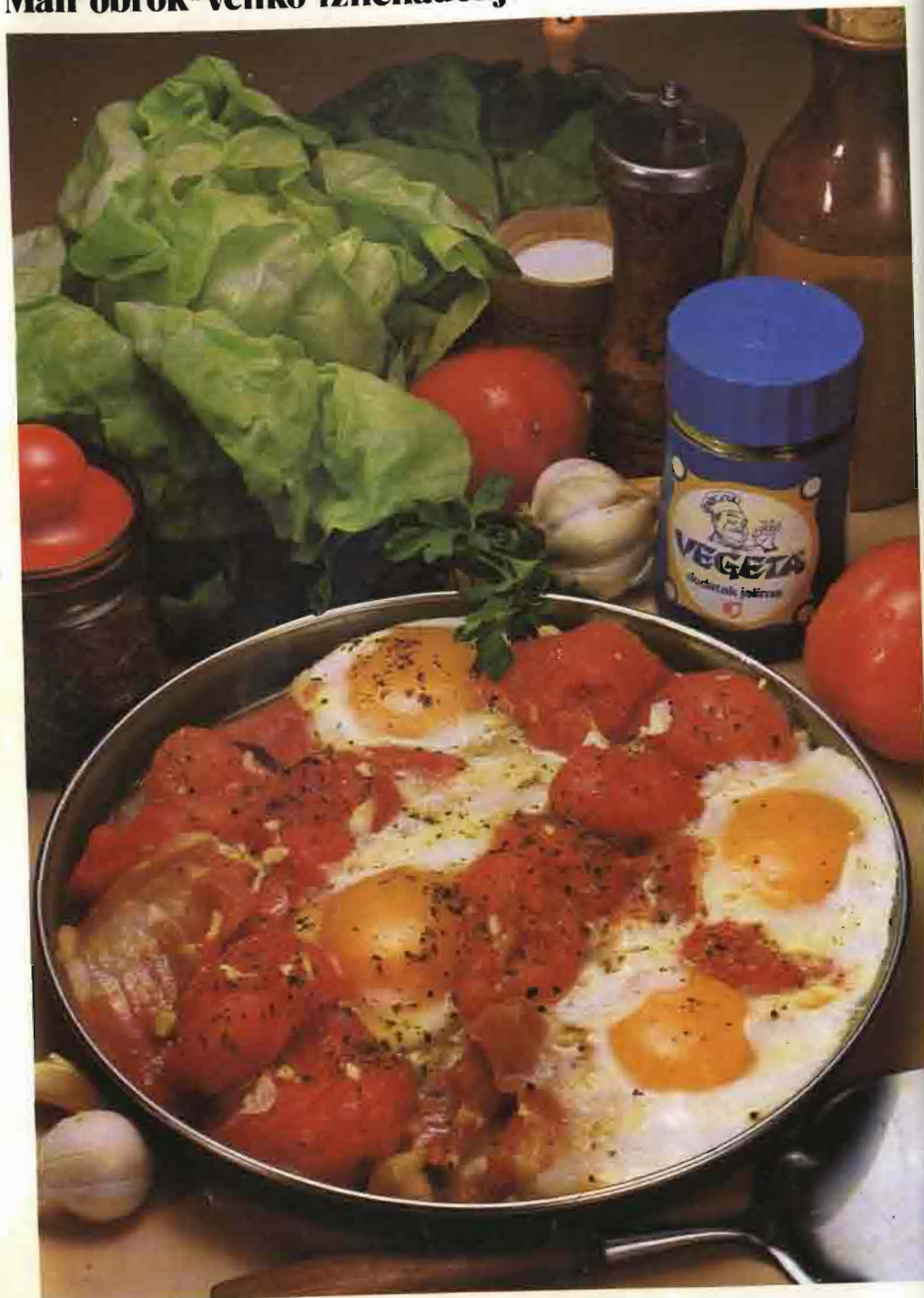
200 g riže
250 g graška
250 g mrkve
100 g pariške kobasice
(parizera)
1 mala glavica luka
1 žlica Vegete
sol, papar
peršin
ulje i vinski ocat
za začini

Rižu skuhaite posebno, a grašak i mrkvu također skuhaite, i to u slanoj vodi. Kuhano povrće i rižu ocijedite, a mrkvu i parišku kobasicu izrežite na sitne kockice, pa zajedno izmiješajte. Sitno kosani luk, peršin, papar i Vegetu stavite u 1 dl vode, kratko prokuhajte i vruće prelijte po povrću, a na kraju dodajte i ocat, pa dobro izmiješajte.

Ohlađenu salatu stavite u staklene čaše i poslužite kao predjelo.

Savjet: Salata je prikladna za sva godišnja doba, a mogu joj se dodati i ostaci kuhanog ili pečenog mesa.

Mali obrok-veliko iznenađenje



Rajčice s jajima

500 g konzerviranih
oguljenih rajčica (pelata)
100 g šunke
60 g ulja
1 žlica Vegete
2 češnja češnjaka
sol, papar, origan
4 jaja

Na ulju kratko propržite ploške šunke. Dodajte oguljene rajčice, pospite Vegetom i kosanim češnjakom. Polako pirjajte oko 10 minuta, prelijevajući rajčice sokom koji one same puštaju pri pirjanju. Kad tekućina ispari, rasporedite jaja između rajčica, posolite, popaprite i pospite origanom, pa pecite bez miješanja ili uz vrlo oprezno miješanje dok se jaja ne ispeku (ne smije se izmiješati žumance s bjelancem).

Vrijeme pripreme: oko 20 minuta.

Savjet: Ako upotrijebite svježe rajčice, vrlo lako ćete oguliti kožicu tako da rajčice kratko prokuhate u vrućoj vodi (blanširate).

Mali obrok-veliko iznenađenje



Vegetin omlet

120 g luka
1 žlica Vegete
sol, papar, češnjak
peršin
150 g suhe slanine
100 g pečenog mesa
(ostatka)
600 g krumpira
6 žlica ulja
1 dl mlijeka
1 dl kiselog vrhnja
8 jaja

Krumpir ogulite, izrežite na kocke i pecite u pećnici zajedno s izrezanom slaninom. U međuvremenu ispirajte na ulju kosani luk, češnjak i izrezane ostatke mesa. Kad se krumpir ispeče, izmiješajte ga s pirjanim lukom i mesom. Jaja, mlijeko, vrhnje, Vegetu, papar i kosani peršin dobro izmiješajte. Polovicu smjese izlijte u namašćenu zdjelu, zatim dodajte krumpir sa svim dodacima i prelijte ga drugom polovicom smjese od jaja.

Pecite u vrućoj pećnici 25–30 minuta.

Vrijeme pripreme: 65–70 minuta.



Umak od gljiva

300 g luka
70 g ulja
3 češnja češnjaka
600 g miješanih gljiva
(nikako šampinjona)
150 g kiselog vrhnja
2 žlice mrvica
1 žlica Vegete
30 g senfa
peršin
lovor, kumin, papar
bijelo vino prema želji

Gljive očistite, izrežite na kolutiće, zatim ih prelijte kipućom vodom. Na ulju svijetlo ispržite sitno kosani luk, dodajte ocijedene gljive, Vegetu, papar, lovor i pirajte oko 15 minuta. Nakon toga dodajte mrvice, kosani češnjak, senf, peršin, kumin i gusto kiselo vrhnje. Jelo neka prokuha, tek tada dodajte bijelog vina, a prema potrebi još i soli. Ovo se jelo servira uz prilog od žgancica, kuhanoga krumpira, tijesta i sličnog prema želji. Uz to možete poslužiti i salatu od radiča s jajima.

Savjet: Dok pirjate luk i gljive, podlijevajte prema potrebi malim količinama vode.



Jaja u kruščiću

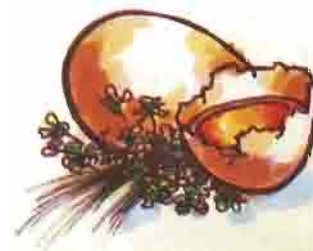
4 kruščića
9 jaja (manjih)
150 g šunke
2 dl mlijeka
1 dl ulja za prženje
1 dl kiselog vrhnja

Kruščiće izrežite po dužini napola, izvadite mekani dio i namočite ih u jedno izmiješano jaje, mlijeko i Vegetu.

Nakon kratkog namakanja izvadite i popržite u vrućem ulju svaku polovicu posebno. Popržene kruščiće složite u plitku vatrostalnu posudu i u svaku polovicu stavite oko 20 g šunke i jedno jaje na oko. Jaja pospite Vegetom, poprskajte kiselim vrhnjem i kruščiće stavite u pećnicu da se zapeku.

Poslužite vruće kao manji obrok, toplo predjelo, ili pak kao glavno jelo uz neko varivo.

Vrijeme pripreme: oko 30 minuta.



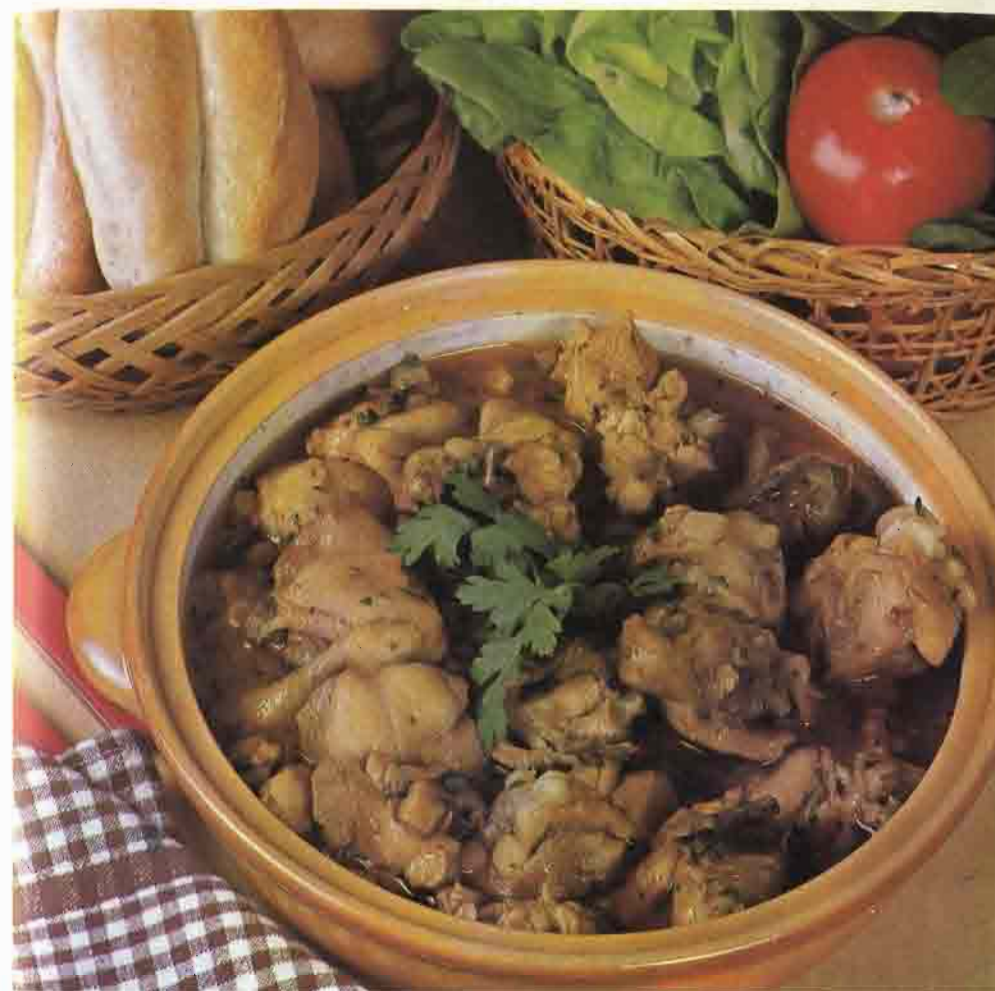


Vikend jetrica

8 pilećih jetrica
100 g suhe slanine
40 g ulja
papar
1 žlica Vegete

Jetrica prepolovite tako da dobijete 16 komadića. Svaki komadić pospite Vegetom, paprom i umotajte u plošku slanine. Pričvrstite čačkalicama i pecite u tavi ili na žaru. Prije serviranja izvadite čačkalice. Jelo poslužite uz pečene rajčice ili na kriškama kruha.

Savjet: Ovo se jelo može pripremati na žaru u prirodi, a sve pripreme možete obaviti kod kuće.



Pileći paprikaš

800 g piletine
1 žlica Vegete
80 g margarina
100 g luka
50 g suhe slanine
50 g koncentrata rajčice
40 g brašna
peršin

Piletinu izrežite u komade i dobro ih pospite Vegetom. U posudi ugrijte margarin, proprajajte kosani luk i slaninu izrezanu na kockice. Dodajte zatim piletinu i rajčicu i to dobro izmiješajte, pospite brašnom i polako dolijevajte vode. Pirjajte sve dok piletna ne omekša. Potkraj pirjanja dodajte kosani peršin i poslužite uz prilog od tijesta ili riže.

Vrijeme pripreme: oko 40 minuta.



Mali obrok-veliko iznenađenje



Nabujak od kelja

800 g kelja
40 g ulja
250 g mljevenog mesa
1 žlica Vegete
1 glavica luka
80 g riže
papar, sol
3 jaja
2 dl kiselog vrhnja
3 žlice mrvica

Glavice kelja izrežite na četiri dijela i skuhajte u slanoj vodi. Zatim ocijedite, ohladite i sitno iskošite.

Na ulju svijetlo propržite kosani luk i mljeveno meso, pa začinite Vegetom. Tako pripremljenom mesu dodajte napola kuhanu rižu, kelj, sol, papar, kiselo vrhnje, mrvice, žumanca i na kraju snijeg od bjelanjaca. Sve lagano izmiješajte. Smjesu stavite u namazanu vatrostalnu zdjelu posutu mrvicama. (Prema želji možete po površini poslagati komadiće maslaca ili margarina.) Pecite oko 45

minuta na temperaturi od 220 °C.

Servirajte kao predjelo ili samostalan topli obrok.

Savjet: Ostatak nabujka možete izrezati na kriške, uvaljati u mrvice, prepeći i tako iskoristiti drugi dan. Prema želji možete u nabujak dodati malo kosane slanine.

Mali obrok-veliko iznenađenje



Rižoto s gljivama

350 g riže
1 l vode
1 žlica Vegete
50 g maslaca
200 g vrganja ili šampinjona
pol glavice luka
8 žlica ulja
100 g parmezana
0,5 dl bijelog vina

Na ulju popržite kosani luk i šampinjone izrezane na listiće, zalijte ih vinom i pustite da vino malo ispari. Nakon toga dodajte rižu, pospite Vegetom, prelijte vrućom vodom, izmiješajte i kuhajte 15–20 minuta na laganoj vatri, tako da se riža ne raskuha. Skinite sa štednjaka, umiješajte maslac i parmezan i servirajte toplo kao predjelo.

Vrijeme pripreme: oko 35 minuta.

Savjet: Ako želite siguran uspjeh u pripremi rižota, kuhajte rižu u vodi kojoj ste dodali Vegetu. Kuhanu rižu procijedite i dodajte pirjanim šampinjonima, luku i ostalim dodacima. Ne dopustite da vam se riža raskuha.



Nadjevni krumpir

8 krumpira
60 g margarina
20 g brašna
2 dl mlijeka
200 g šampinjona
1 žlica Vegete
60 g sira (trapista)
peršin, češnjak i papar

Izaberite krumpire podjednake veličine, ogulite ih i stavite kuhati. Napola kuha-

ne krumpire ocijedite, izdubite i puniti nadjevom, koji pripremite ovako: na rastopljeni maslac dodajte brašno i Vegetu. Polako dolijevajte mlijeko i kuhajte dok se umak ne zgusne. Posebno na margarinu ispirajte šampinjone, sir izrežite na kockice, a češnjak i peršin sitno iskošite. Sve izmiješajte s umakom. Na kraju dodajte papar. Punjene krumpire stavite u namazanu tepsiju i pecite u pećnici oko 20 minuta. Poslužite uz razne salate.

Vrijeme pripreme: oko 45 minuta.



Gratinirana jela



Gratinirana jela



Gratinirana cvjetača

1 kg cvjetače
30 g brašna
100 g margarina
3-4 dl mlijeka
1 žlica Vegete
muškatni oraščić
1 žumance
peršin

Cvjetaču skuhaite u vodi. Na otopljeni margarin dodajte brašno i zalijte ga toplim mlijekom. Tomu dodajte Vegetu i oraščić te ostavite da prokuha. Kad se skuha, umiješajte peršin i žumance. Kuhanu cvjetaču stavite u vatrostalnu posudu, prelijte umakom i stavite da se gratinira (zapeče) u pećnici. Poslužite kao toplo predjelo ili kao fini prilog uz neko pečeno meso.

Vrijeme pripreme: oko 30 minuta.



Gratinirana jela



Zapečene palačinke

8 palačinki
250 g mljevenog mesa
100 g luka
50 g ulja (5 žlica)
1 žlica Vegete
200 g svježih ili konzerviranih rajčica
sol, papar, mažuran

Preljev:

2,5 dl kiselog mlijeka
2 jaja
sol, muškatni oraščić
40 g ribanog parmezana

Na vruće ulje dodajte kosani luk i mljeveno meso, pa pirajte kratko, dolijevajući male količine vode. Nakon toga dodajte oguljenu i izrezanu rajčicu, Vegetu, sol, papar i mažuran te pirajte dok voda ne ispari. Tim nadjevom punite već pripremljene palačinke, savijte ih i složite jednu do druge u vatrostalnu zdjelu ili tepsiju premazanu maslacem. Palačinke prelijte preljevom koji ste pripremili ovako: kiselo mlijeko izmiješajte sa žumancima, ribanim parmezanom, ribanim muškatnim oraščićem i snijegom od bjelanjaka. Zapečite u vrućoj pećnici oko 15 minuta. Servirajte toplo kao predjelo

ili kao glavno jelo uz neku svježiju salatu.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.

Savjet: Uz malo maštovitosti možete pripremiti to jednostavno i ekonomično jelo i s drugim namirnicama koje imate u svojem kućanstvu (npr. s raznim ostacima pečenog mesa, šunke i sl.).

Gratinirana jela



Musaka od rezanaca

300 g širokih rezanaca
1 žlica Vegete
300 g mljevene govedine
3 žlice ulja
150 g mrkve
150 g rajčice
80 g margarina
30 g brašna
2-3 dl mlijeka
muškatni oraščić
1 paketić ribanog parmezana

Rezanice skuhaite u slanoj vodi i ocijedite. Na ulju pirjajte mljeveno meso, ribanu mrkvu, Vegetu i na kraju dodajte rajčicu. U posebnoj posudi propržite na margarinu brašno i zalijte mlijekom. Kuhajte dok se ne zgusne, a na kraju prema želji dodajte ribanog muškarnog oraščića. U prikladnu posudu složite red kuhanih rezanaca, red mljevenog mesa, sloj umaka i ponovno red rezanaca. Na kraju sve prelijte mesom i umakom. Pospite ribanim parmezanom i stavite u pećnicu da se zapeče. Servirajte toplo kao predjelo.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.



Gratinirana jela



Punjeni patlidžani

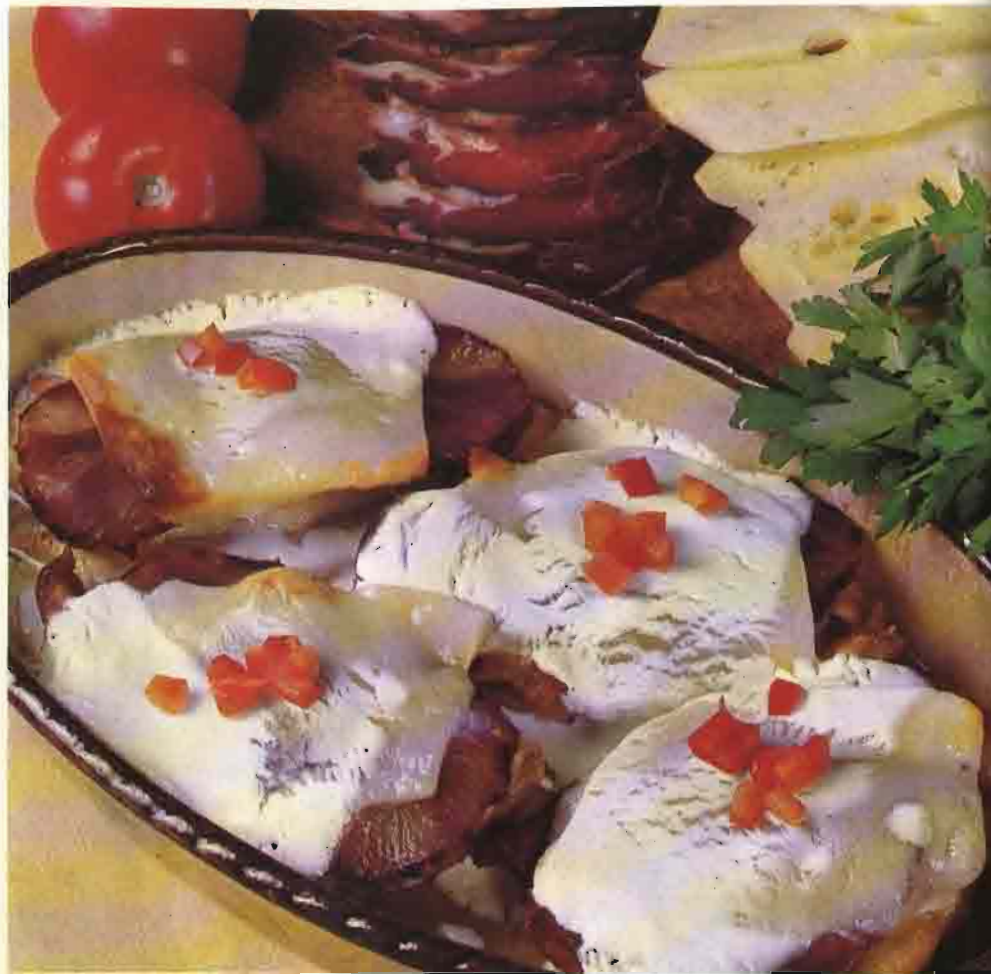
2 velika ili 4 manja patlidžana
sok od polovice limuna
4 žlice maslinova ulja
2 dl bijelog vina
400 g mljevenog mesa
2 glavice luka
3 češnja češnjaka
1 žlica Vegete
papar, sol
peršin
2 žumanca
100 g sira (ementalac)

Patlidžane operite, prerežite po duljini napola, izdubite sredinu, posolite i ostavite da malo odstoje. Zatim ih osušite papirnatim ubrusom, nakapajte limunovim sokom da ne potamne, pa ih stavite na ugrijano ulje, zalijte vinom i pirjajte desetak minuta. Zatim ih izvadite i stavite u vatrostalnu posudu. Na istom ulju ispirjajte sitno kosani luk, mljeveno meso, kosani češnjak, a zatim dodajte sitno izrezanu sredinu patlidžana, Vegetu, papar, sol i zalijte vinom. Pirjajte dok meso ne omekša. Na kraju umiješajte zeleni peršin i 2 žumanca. Tim nadje-

vom napunite patlidžane, pospite ribanim sirom i pecite dvadesetak minuta na 200 °C.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.

Savjet: Ako su patlidžani stariji, tj. zreliji, odstranite dio sjemenki zbog njihova gorkog okusa.



Gratinirani odresci

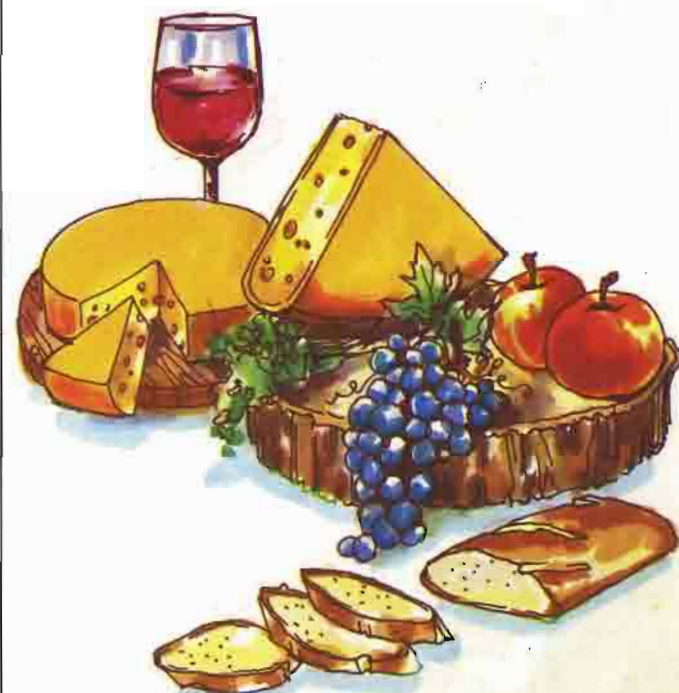
600 g bijele piletine
1 žlica Vegete
150 g suhe vratine
150 g sira (goude ili trapista)
1 dl kiselog vrhnja
8 žlica ulja

Meso odvojite od kosti, a dobivene odreske kratko zapecite s obje strane, zatim ih složite u vatrostalnu posudu, pospite Vegetom i stavite na svaki odrezak plošku suhe vratine i plošku sira. Sve zalijte kiselim vrhnjem i zapecite u vrućoj pećnici (gratinirajte). Poslužite kao prigodno svečano jelo.

Vrijeme pripreme: oko 40 minuta.



Specijaliteti sa sirom



Punjene palačinke

Za tijesto:

4 jaja
100 g brašna
1,5 dl mlijeka
40 g ribanog parmezana
sol, papar

Za nadjev:

150 g kačkavalja
1 dl kiselog vrhnja
30 g ribanog parmezana
sol, papar

Za preljev:

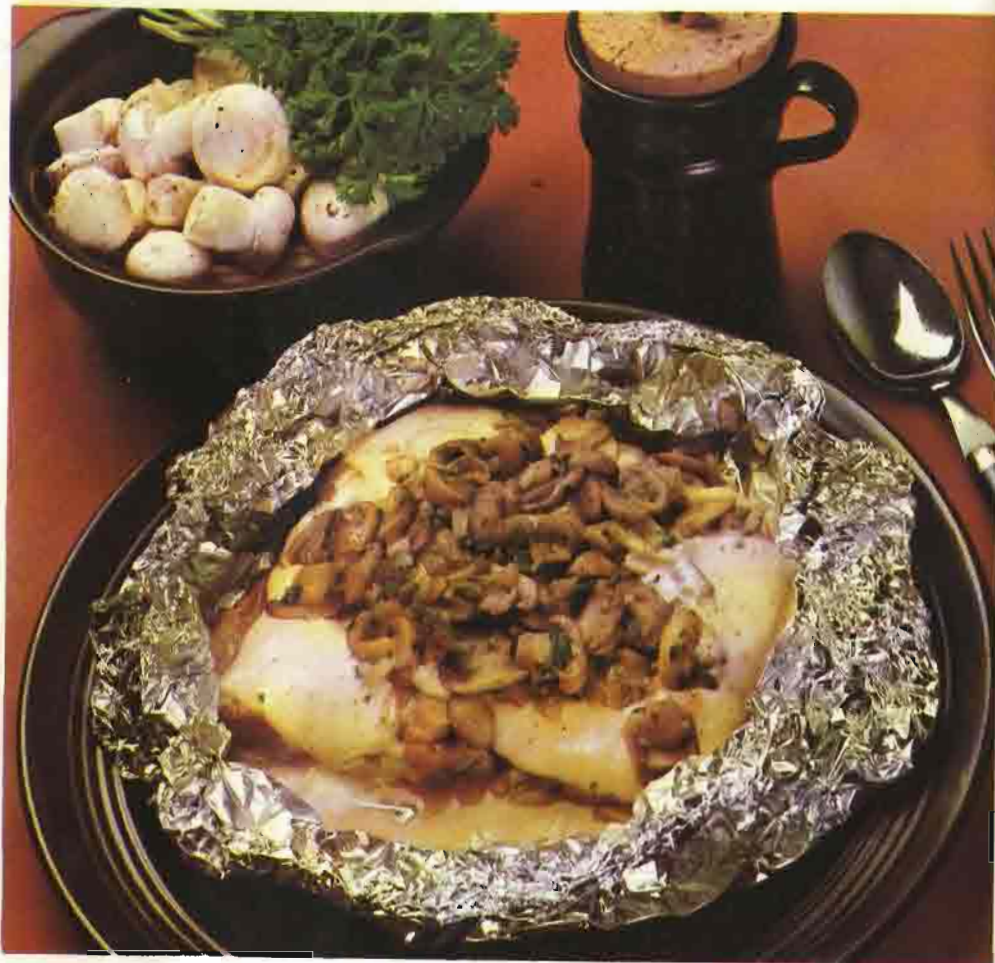
400 g oguljenih rajčica
100 g maslaca
peršin
1 žlica Vegete

Od jaja, brašna, mlijeka, ribanog parmezana, soli i papra izmiješajte tijesto pa ispecite desetak palačinki. Punite ih nadjevom koji ćete pripremiti ovako: kačkavalj izrežite na kockice, izmiješajte s kiselim vrhnjem, ribanim parmezanom i dodajte još malo soli i papra. Punjene palačinke složite u vatrostalnu zdjelu.

Na maslacu pirjajte oguljene rajčice, dodajte Vegetu i malo peršina. Tim preljevom prelijte palačinke i stavite ih u pećnicu dvadesetak minuta da se zapeku.

Savjet: Palačinke možete pripremiti i prije, ali zapecite ih prije samog serviranja.





Biftek iznenadenja

600 g bifteka
150 g luka
100 g maslaca
250 g šampinjona
250 g sira (goude ili trapista)
sol, papar, češnjak, peršin
1 žlica Vegete

Meso izrežite na bifteke, svaki biftek stavite u foliju namazanu uljem, posolite, obložite ploškom sira i na to stavite šampinjone pirjane na masnoći, pospite Vegetom i zamotajte u foliju. Stavite da se peče na ploči štednjaka ili na žaru. Šampinjone ispirajte na maslacu i kosanom luku, posolite, popaprite i na kraju dodajte iskosani češnjak i peršin.

Savjet: Umjesto bifteka možete upotrijebiti teleće ili svinjske odreske.



Topli sendviči

150 g sira trapista
150 g šunke
3 jaja
20 g sira ribanca
1,5 dl kiselog vrhnja
1 žličica Vegete
peršin, sol, papar
8 kriški kruha
0,5 dl mlijeka

Sir izribajte, a šunku izrežite na tanke rezance. U izmiješana jaja dodajte sir, šunku, kosani peršin, sir ribanac, sol, papar, Vegetu i kiselo vrhnje, pa izmiješajte u jednoličnu gustu kašastu smjesu. Svaku krišku kruha kratko namočite u mlijeko i slažite u namazanu tepsiju jednu do druge.

Na svaku krišku stavite po 2-3 žlice tako dobivene smjese i stavite u vruću pećnicu da se zapeče.

Poslužite tople uz čaj, pivo ili vino.





Zapečeni kelj pupčar

750 g kelja pupčara
150 g suhe slanine
150 g šunke
150 g sira goude
1 žlica Vegete
2 žlice ulja

U četvrt litre vode stavite žlicu Vegete da se kuha, dodajte očišćeni kelj pupčar

i kuhajte ga oko 15 minuta. U vatrostalnoj posudi ugrijte ulje i na njemu lagano propržite slaninu i šunku, koju ste prije izrezali na manje kocke. K tomu dodajte kuhani kelj pupčar i sve zajedno izmiješajte. Sir izrežite na široke rezance i složite ih po kelju u obliku mreže. Zatim stavite u zagrijanu pećnicu toliko da se sir rastopi. Servirajte kao toplo predjelo, ili kao glavno jelo ako ste prije toga poslužili neku mesnu juhu.

Vrijeme pripreme: oko 30 minuta.

Savjet: Ako ne možete nabaviti svježiji kelj pupčar, upotrijebite duboko smrznuti kelj kojeg ima u trgovinama.



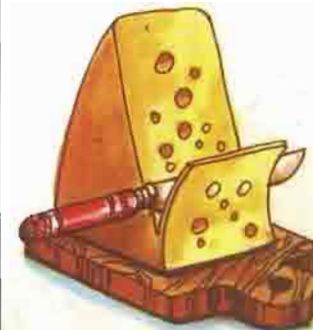
Ohridske paprike

1 kg paprika (8 za punjenje,
2 za poklopac)
300 g svježeg sira
200 g sira trapista
100 g sira goude ili sl.
80 g šunke
1 žlica Vegete (ne
prevelika)
sol
80 g ulja
4 jaja za preljev

Paprike operite i odrežite kapicu s peteljkom.

Sir trapist, gouda i šunku izrežite na kockice veličine 1 cm i dodajte izmrvljenom kravljem siru. Zatim dodajte Vegetu, sve dobro izmiješajte i puniti paprike. Svaku papriku poklopite ploščicom paprike i stavite na vruće ulje da se lagano prži oko 15 minuta.

Kad paprika sa svih strana omekša, pojačajte temperaturu i zalijte kajganom. Kad se zapeče, poslužite toplo. Ovo lagano jelo prikladno je i kao predjelo i kao puni obrok.



Specijaliteti sa sirom



Kroketi

750 g krumpira (bijeloga)
100 g brašna
1 žlica Vegete
muškatni oraščić
150 g sira (goude)
40 g margarina
2 žumanca
mrvice za paniranje
jaja
ulje za prženje

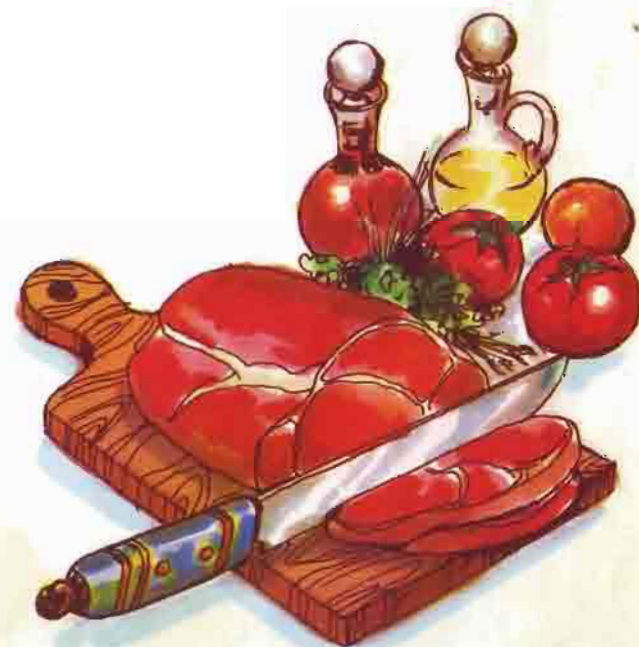
Krumpir skuhajte, ogulite i ispasirajte. Izmiješajte ga s brašnom, Vegetom, ribanim oraščićem, žumancima i margarinom. Oblikujte krokete i u svaki utisnite štapić sira.

Krokete uvaljajte u brašno, jaja, mrvice i pržite na ulju. Poslužite kao toplo predjelo ili kao prilog mesnom jelu.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.



Mesni specijaliteti



Janjetina iz rasola

1 kg janjetine
50 g ulja
2 glavice luka
2 rajčice
1 mala žlica Vegete
15 g brašna
1 dl kiselog vrhnja

Rasol:

1 žlica Vegete
2 lista lovora
3 češnja češnjaka
2 dl vina
2 dl vinskog octa
5 dl vode
4 žlice ulja
majčina dušica, papar
u zrnu, sol

Sastojke za rasol kratko prokuhajte (oko 3 minute) i ohladite. Janjetinu stavite u pripremljeni rasol, pa je ostavite da odstoji oko 24 sata. Nakon toga dobro je ocijedite i zapecite sa svih strana na vrućem ulju. Dodajte luk izrezan na kriške, zatim rajčicu i Vegetu te polako pirjajte oko 1 sat, postepeno dolijevajući rasol. Na kraju umiješajte razmućeno brašno s malo vode, prokuhajte i još dodajte kiselu vrhnje. Servirajte s krumpirom, špinatom ili keljom prelivenim maslacem.

Vrijeme pripreme: oko 80 minuta.

Savjet: Specifičan intenzivni miris janjetine možete, ako želite, odstraniti tako da janjetina odstoji u rasolu s Vegetom.





Janjetina sa senfom

1 kg janjetine
1 glavica luka
200 g ulja
2 dl vode
lovorov list, papar
u zrnu (2-3)
2 žlice senfa
1 žlica brašna
2 žlice Vegete

Janjetinu narežite na 12 komadića i pospite Vegetom. Celer izrežite na tanke listiće. U posudu u kojoj ćete pripremati jelo stavite meso i rasporedite po njemu celer. Dodajte lovorov list, nekoliko zrna papra, pa prelijte uljem i sa 2 dl vode. Posudu poklopite i pirjajte na laganoj temperaturi dok meso ne omekša. Pirjano meso izvadite iz posude i stavite u zdjelu ili plitvicu u kojoj ćete servirati. U posudu u kojoj se pirjalo meso na kraju dodajte senf i brašno razmu-

ćeno u vodi (oko 1/2 dl), kratko prokuhajte i prelijte po mesu. Poslužite uz prilog od krumpira.



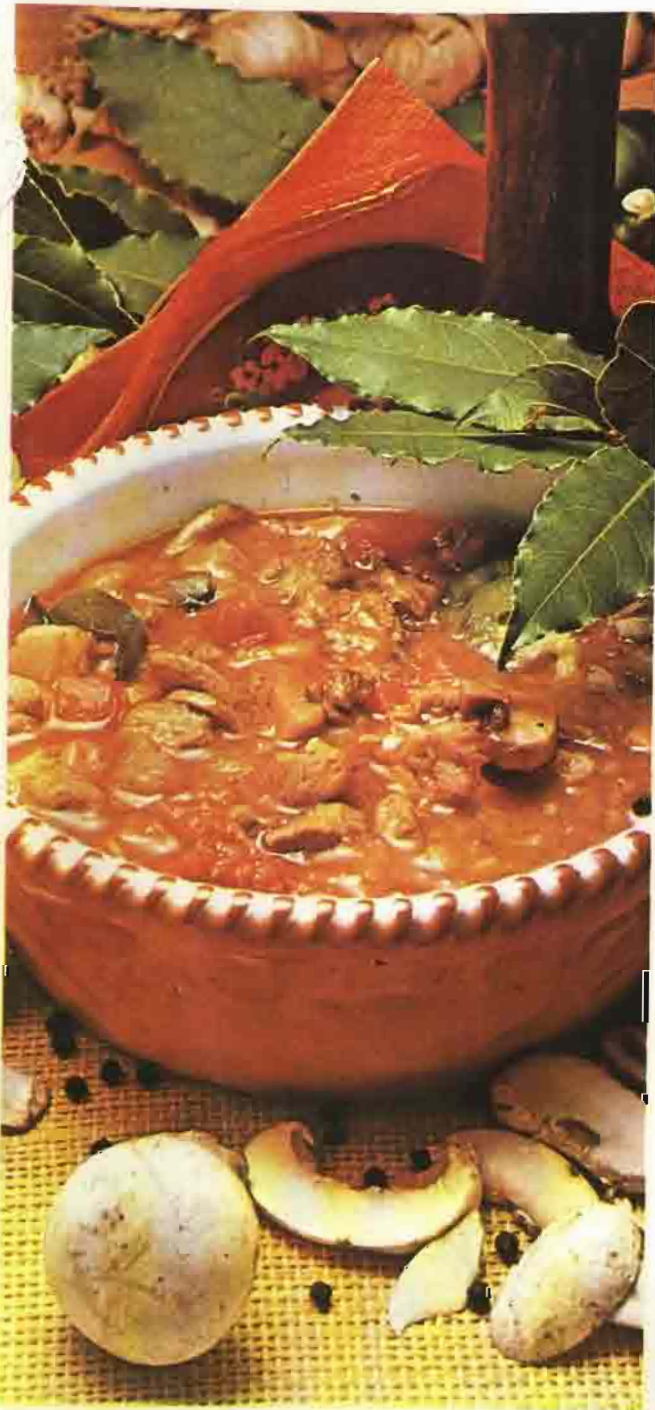
Odrezak na kruhu

600 g govedih odrezaka
sol, papar
1 žlica Vegete
4 žlice ulja
30 g margarina
1 glavica luka
250 g gljiva (šampinjona)
1 dl kečapa od rajčica
peršin
8 kriški kruha za prženje

Goveđe odreske istucite, posolite, popaprite i propržite na vrućem ulju i margarinu. Izvadite ih na topli tanjur, a na istoj masnoći ispirjajte kosani luk i šampinjone izrezane na listiće. Pospite Vegetom, dolijte malo vode i prokuhajte. Na kraju umiješajte kečap od rajčice i kosani peršin. Kriške kruha propecite na maslacu s obje strane. Na svaku krišku položite jedan odrezak, a na odreske stavite pripremljene šampinjone. Poslužite toplo.

Vrijeme pripreme: oko 40 minuta.

Savjet: Odreske možete poslužiti bez kriški kruha uz pire od krumpira ili uz kuhanu rižu, ali tada morate povećati količinu umaka.



Ragu od janjetine

600 g janjetine
80 g margarina
2 glavice luka
4-5 rajčica
100 g šampinjona
papar
1 žlica Vegete
1 češanj češnjaka
lovorov list
majčina dušica
1 žlica brašna
limunov sok prema želji

Janjetinu izrežite na kockice i pirjajte kratko na margarinu. Nakon toga dodajte kosi luk, šampinjone izrezane na listiće, sve izmiješajte i zajedno pirjajte. U toku pirjanja dodajte oguljene rajčice, papar, Vegetu, sol, majčinu dušicu i lovorov list. Potkraj umiješajte žlicu razmućenog brašna i limunov sok prema želji. Poslužite uz kuhani slani krumpir ili uz pire od krumpira.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.

Savjet: Pravilnim izborom i upotrebom aromatičnih sastojaka i Vegete ragu dobiva specifičan okus.

Pileći odresci u umaku

4 manja komada
pilećih prsa
1 dl bijelog vina
1 dl slatkog vrhnja
250 g šampinjona
1 žlica Vegete
80 g margarina
soli prema želji

Pileća prsa izrežite na odreske, malo ih istucite i stavite peći na margarin. Pecite ih i s jedne i s druge strane, polijte ih vinom i pirjajte da vino malo ispari. Zatim dodajte slatko vrhnje, Vegetu i pirjane šampinjone izrezane na listiće pa lagano kuhajte dok se umak ne zgusne. Poslužite s pireom od krumpira.

Vrijeme pripreme: oko 40 minuta.

Savjet: Šampinjoni će zadržati lijepu boju i izgled ako ih prije pirjanja osušite.





Pikantni odrezak

500 g govedine od buta
1 žlica Vegete
3-4 češnja češnjaka
150 g luka
80 g suhe slanine
20 g brašna
60 g konzervirane rajčice
3 žlice ulja

Govedinu izrežite na odreske i dobro istucite. Svaki odrezak s obje strane natrljajte Vegetom, zatim u jednu stranu utrljajte iskosani češnjak, a drugu pospite brašnom. U posudi pirjajte na vrućem ulju sitno kosani luk i slaninu. Kad je luk pirjan, stavite odreske na pobrašnjenu stranu u posudu da se blago zapeče. Zatim izmiješajte i pirjajte dok se voda ne ispari, dodajte rajčicu, ponovno promiješajte, dolijevajte male količi-

ne vode i pirjajte do kraja. Poslužite kao glavno jelo uz rižu ili uz krumpir.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.



Kosani pileći odresci

500 g pilećih prsa (bez kosti)
2 jaja
1 žlica Vegete
3 žlice mrvica
sol, slatka crvena paprika, papar
muškatni oraščić
7 žlica slatkog vrhnja
2 žlice brašna

400 g margarina
4 žlice ulja

Pileće meso sameljite i izmiješajte zajedno sa slatkom crvenom paprikom. Zatim dodajte mrvicu, sol, jaja, Vegetu, papar, muškatni oraščić, vrhnje, brašno i rastopljeni margarin. Sve dobro izmiješajte i podijelite na jednake dijelove, pa ih pržite na vrućem ulju (ako želite, možete odreske prije prženja panirati).

Poslužite s pirjanom rižom i salatom.

Vrijeme pripreme: oko 50 minuta.

Savjet: Meso peradi možete upotrijebiti na najrazličitije načine, pa i ovo jelo može biti kuriozitet na vašem jelovniku.



Piletina sa zelenom paprikom

1 pile
1 žličica crvene paprike
sol, papar, ružmarin
sok od polovice limuna
1 žlica brašna
6 žlica ulja
1 glavica luka
2 zelene paprike
1 žlica Vegete
peršin

Piletinu izrežite na veće komade, nakapajte limunovim sokom, premažite mješavinom papra, soli i ružmarina. Zatim je pobrašnite i propržite na vrućem ulju da poprimi zlatnožutu boju, pa izvadite na tanjur. Na preostalo ulje stavite kosani luk, papriku izrezanu na duguljaste komade i sve zajedno propirajte, pospite Vegetom i zalijte s malo tople vode. Komade piletine vratite u umak i polagano pirjajte oko 30 minuta. Na kraju dodajte sitno kosani peršin.

Vrijeme pripreme: oko 40 minuta.

Savjet: Ako je pile mršavije, možete na kraju dodati i kockicu maslaca.



Veliki ražanj

450 g svinjetine
sol
1 žlica Vegete
4 glavice luka
2 žličice slatke crvene paprike
5 kom. paprika
8 žlica ulja

Meso izrežite na veće komade, posolite, pospite Vegetom, premažite uljem i ostavite da stoji oko 15 minuta. Luk izrežite na veće kriške i pospite slatkom crvenom paprikom. Oprane paprike izrežite i popaprite. Nabadite na ražanj naizmjenično meso, luk i paprike. Sve premažite uljem i pecite na žaru ili u pećnici koja ima ražanj. Poslužite uz pirjanu »crvenu« rižu ili uz pire od krumpira.

Vrijeme pripreme: oko 45 minuta.





Punjena pileća prsa

2 kom. većih pilećih prsa
500 g šampinjona
100 g pilećih jetrica
2 glavicice luka
2 dl bijelog vina
1 žlica Vegete
papar, sol
20 g brašna
1 dl ulja za prženje

Meso odvojite od kosti tako da dobijete četiri velika komada. Svaki komad zarezite da dobijete džep. Premažite Vegetom iznutra, malo posolite i punite nadjevom. Zatim pričvrstite čačalicom, uvaljajte u brašno i ispecite na vrućem ulju, postepeno dolijevajući vino i vodu dok ne omekša.

U drugu posudu stavite dio ulja pa ispirajte iskusanu glavicu luka i preostale šampinjone izrezane na listiće. Zatim posolite i popaprite. Kad šampinjoni omekšaju,

dodajte ih u posudu na ispržena prsa. Pustite da sve skupa još zakipi i poslužite. Nadjev pripremite ovako: sitno kosanu glavicu luka propržite na dijelu ulja, dodajte gljive (200 g) izrezane na listiće i na kraju kosana jetrica. Posolite, popaprite i sve naglo propržite.



Vegetin biftek

500 g goveđeg filea (pisane pečenke)
4 žlice ulja
100 g luka
1 žlica Vegete
30 g brašna
senf

Pisanu pečenku izrežite na odreske debele 1,5 cm, nakapajte uljem, savijte u savitke i tijesno složite u posudu jedan do drugoga. Svaki savitak sa strane i odozgo obložite ploškama luka i sve zajedno nakapajte uljem. Poklopite poklopcem i ostavite da odstoji na hladnome mjestu 1–2 sata (prema potrebi i dulje). Neposredno prije pripremanja obroka pospite Vegetom svaki izravnan savitak, jednu stranu namočite u brašno i stavite da se naglo peče na vrućem

ulju. Kad se odresci ispeku s obje strane, izvadite ih u posudu, a u posudu za pečenje nalijte malo vode (nekoliko žlica), pričekajte dok zavri i prelijte bifteke. Prema želji, svaki biftek premažite senfom. Poslužujte uz odgovarajuće priloge kao svečano jelo.

Vrijeme pripreme: oko 20 minuta.



Mesne rolade

900 g svinjetine ili teletine
3 tvrdo kuhana jaja
150 g kokošnjih jetrica
1 žlica Vegete
2 žlice masti
papar, sol
2 žlice kiselog vrhnja

Meso izrežite na dva velika odreska i dobro ih istanjite batom za meso.

Ostatke mesa sameljite ili iskošite, pa zajedno s kosanim jetricama pirjajte na malo masnoće. Dodajte papar, sol, Vegetu i tvrdo kuhana kosana jaja, kiselo vrhnje i sve dobro izmiješajte.

Odeske pospite s malo Vegete i soli, pa premažite pripremljenim nadjevom, savijte ih u rolade i vežite tankim koncem. Ovako pripremljene rolade propržite sa svih strana na masti, zatim lagano pirjajte u zatvorenoj posudi, dolijevajući vodu. Uz ovo jelo možete

servirati pire od krumpira, razne priloge od povrća i slično.

Savjet: Mesne rolade možete na kraju peći u pećnici oko 15 minuta da dobiju ljepšu boju.



Svinjetina s hrenom

1 kg svinjskih rebara
papar u zrnu
sol
1 žlica Vegete
1,5 l vode
1 mrkva
1 korijen peršina
4 zrna borovnice
2 češnja češnjaka
1 glavica luka
0,5 dl vinskog octa
3 žlice ribanog hrena

U vodu stavite malo soli, papar, Vegetu, ocat, borovnicu i češnjak, pa ostavite da zakipi. Zatim dodajte meso i kuhajte na umjerenoj temperaturi. Kad se meso napola skuha, dodajte mrkvu izrezanu na rezance, peršin i luk, pa kuhajte dalje da zajedno omekša.

Gotovo meso izvadite iz juhe, narežite na komade i stavite na ugrijan tanjur. Zatim obložite kuhanim povrćem, prelijte juhom i pospite ribanim hrenom. Servirajte s kuhanim krumpirom.

Savjet: Rebra su jeftiniji dio svinjskog mesa, ali ukusan i sočan.



Piletina na bečki način

1 pile
4 jaja
1 dl ulja
brašno
mrvice
slatka crvena paprika
bijeli papar
2 žlice Vegete
ulje za prženje

Pile izrežite na komade, dobro natrljajte Vegetom i pospite bijelim paprom. Komade piletine uvaljajte najprije u brašno, zatim u razmućeno jaje, pa u mrvice u koje ste umiješali slatku crvenu papriku, onda još jedanput u jaja i mrvice i tek tada stavite u vruće ulje da se prži.

Piletinu servirajte uz prženi krumpir i uz zelenu salatu.

Savjet: Iako piletinu stavljate na vruće ulje, poslije nastavite pržiti na umjerenom temperaturi tako da meso ostane sočno, a korica ne potamni.

Svečani kulinarski doživljaji



Kokoš u brodetu

1 srednje velika kokoš
1 žlica Vegete
2 žlice vinjaka
sol
40 g ulja
1 glavica luka
1 dl bijelog vina
češnjak
piment, papar u zrnu
kriška limuna, peršin
lovorov list, ružmarin
4 rajčice (pelati – oguljene
konzervirane rajčice)

Kokoš izrežite na komade, posolite, pospite Vegetom i poškropite vinjakom. Tako pripremljeno meso ostavite kraće vrijeme da odstoji. Na ulju propržite sitno kosani luk, dodajte vino, kosani češnjak, peršin, rajčicu, sve navedene začine i kokoš. Zalijte s malo tople vode i pirjajte dok ne omekša. Poslužite sa žgancima ili sa slanim krumpirom.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.

Savjet: Vrlo je važno da jelo sasvim polagano »krčka«, a nipošto ne smije kuhati na visokoj temperaturi. Umjesto miješanja jela preporučuje se protresanje posude.





Jastučići od junetine

500 g junećih odrezaka
1 žlica Vegete
50 g slanine
150 g riže
1 jaje
peršin, papar
20 g brašna
8 žlica ulja
1 dl kiselog vrhnja

Juneće odreske dobro istucite batom za meso. Na margarinu ispržite slaninu izrezanu na kockice i izmiješajte je s napola kuhanom rižom, kosanim peršinom, Vegetom i paprom. Juneće odreske punite tako da nadjev stavite na polovicu odreska i odrezak preklopite. Sa strane ga pričvrstite čačalicama, uvlažite u brašno i stavite na vruće ulje da se peče. Kad meso omekša, zalijte kiselim vrhnjem. Poslužite s priložima od povrća.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.



Vegetina biskvitna rolada

100 g brašna
4 dl mlijeka
5 jaja
1 žlica Vegete
sol

U mlijeko dodajte Vegetu i sol. Kad mlijeko zakipi, polagano dodavajte brašno i kuhajte, neprestano miješajući, dok se smjesa ne zgusne. Zatim uklonite sa šte-

dnjaka i postepeno dodavajte žumance po žumance, a na kraju lagano umiješajte snijeg od bjelanaca. U dobro namazanu tepsiju (veliku cca 30 x 50 cm) razlijte smjesu i stavite peći u vruću pećnicu. Pečeni slani biskvit izvadite na krpu, premažite pripremljenim nadjevom i još vruć savijte u roladu. Ponovno stavite u tepsiju, prelijte kiselim vrhnjem i zapecite desetak minuta.

Nadjev: Skuhajte dva para kobasica i sameljite, dodajte vrhnje, sol, papar, sir ribanac i peršin i sve dobro izmiješajte.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.

Savjet: Nadjev za slanu roladu možete pripremiti na različite načine — od ostataka raznih suhomesnatih proizvoda, pečenog mesa, kuhane piletine, povrća; same-ljete ih i izmiješate sa začini-ma prema želji.



Pečena patka

- 1 patka
- 1 žlica Vegete
- sol, papar
- 40 g masti
- 1 glavicica luka
- 3 češnja češnjaka
- 1 zelena paprika
- 1 rajčica
- lovorov list
- 1 dl kiselog vrhnja
- 1 žličica brašna

Očišćenu i opranu patku pospite Vegetom, solju i paprom, ostavite da malo odstoji i upije začine. U tepsiju stavite mast, izrezani luk, napola prerezanu papriku, češnjak i lovorov list. Na povrće stavite patku, zalijte s malo vode i pecite oko 1 sat na 220°C, povremeno polijevajući sokom od pečenja. Patku pecite pokrivenu aluminijskom folijom. Pečenu patku izvadite i izrežite na komade, pa složite u vatrostalnu posudu, a povrće procijedite. U procijedeni sok umiješajte vrhnje u kojem je razmučeno brašno, prokuhajte i prelijte po patki.

Poslužite s prilogom od riže ili krumpira.

Vrijeme pripreme: oko 90 minuta.

Savjet: Ako je patka masna, u posudu za pečenje stavite malo kipuće vode, koja će izvući suvišnu masnoću.



Pile na proljetni način

- 1 pile
- 4 žlice ulja
- 40 g luka
- 30 g suhe slanine
- žemčića i pol
- 1 dl mlijeka
- 2 jaja
- 2 žlice Vegete
- 100 g konzerviranoga graška
- »Podravka«

- 100 g konzervirane mrkve
- »Podravka«
- peršin
- 40 g maslaca

Pile ispecite napola i prerežite ga na prsnoj strani. Nadenite ga pripremljenim nadjevom, obložite ploškama maslaca i stavite nanovo peći oko 30 minuta. Nadjev pripremite ovako: razmutite mlijeko i jaja, dodajte Vegetu, narezane žemčičke, kosani peršin, kosanu slaninu, luk, koji ste prije toga propržili, dobro izmiješajte i na kraju dodajte

grašak i mrkvu izrezanu na kocke.

Savjet: Prije nego što pile izrežete, izvadite žlicom nadjev i lijepo ga složite kao prilog na pladanj na koji ćete staviti izrezanu piletinu.



Flambirani biftek

600 g bifteka (4 odreska)
1 žlica Vegete
papar, sol, senf
4 žlice ulja
40 g maslaca
umak worcester
1 dl kečapa od rajčice

1 dl bijelog vina
0,5 dl vinjaka »Segestica«
100 g suhih šljiva
1 dl slatkog vrhnja

Bifteke lagano istucite i premažite mješavinom senfa, Vegete, papra i soli. Zatim ih kratko propržite s jedne i druge strane na vrućem ulju i dijelu maslaca. Dodajte suhe šljive, prelijte vinjakom i zapalite. Gasite plamen

prelijevajući vinom. Bifteke izvadite, a na preostalu masnoću stavite kečap, umak worcester (oko 15 kapi), slatko vrhnje i komadić maslaca, kratko prokuhajte i prelijte po biftecima. Poslužite toplo s prilogom od kuhane ili pirjane riže.



Teleći savici

500 g teletine za odreske
1 žlica Vegete
100 g suhe slanine
3 mrkvice
3-4 kisela krastavca
30 g brašna
4 žlice ulja

Meso izrežite na tanke odreske, istucite ih batom za meso, pospite Vegetom i na svaki odrezak složite slaninu, mrkvu i kisele krastavce izrezane na rezance. Odreske savijte, pričvrstite čačalicama, uvaljajte u brašno i pržite pod poklopcem na umjerenoj temperaturi. Kad omekšaju, izvadite ih, a na masnoću dodajte nekoliko žlica vode. Kad zavri, prelijte po odrescima.

Poslužujte uz pire od krumpira, rižu i sl. kao glavno jelo.

Vrijeme pripreme: oko 40 minuta.



Svečani kulinarski doživljaji



Polpetone

500 g mljevenog mesa
1 jaje
2 žličice Vegete
1 žlica mrvica
50 g punomasnog sira
50 g pršuta
5 žlica ulja
300 g šampinjona
2 zelene paprike
2 češnja češnjaka
papar, sol
peršin

Mljevenom mesu dodajte jaje, žličicu Vegete, sol, papar,

kosani peršin i mrvice namočene u vodi. Sve dobro izmiješajte, podijelite na dva jednaka dijela, oblikujte dva valjka i malo ih spljoštite. Po sredini stavite pršut i sir izrezane na kocke i savijte u dva polpetona.

U manju tepsiju ili vatrostalnu posudu stavite ulje, zatim polpetone, a sa strane papriku izrezanu na rezance. Pecite u zagrijanoj pećnici oko pol sata. Polpetone zatim okrenite i na papriku stavite izrezane gljive (koje ste već prije prelili kipućom vodom, a zatim ocijedili), kosani češnjak i žličicu Vegete.

Pecite još pol sata i prema potrebi zalijevajte s malo vode.

Servirajte s pireom od krumpira i zelenom salatom.

Savjet: Pečenka će biti još sočnija ako posudu u kojoj pečete pokrijete poklopcem ili aluminijskom folijom.

Velike pečenke



Rolada od janjetine

1 janjeća prsa
1 žlica Vegete
mažuran, sol
5 žlica ulja

Nadjev:

žemička i pol
mlijeko
3 žlice ulja
1 manja glavica luka
200 g mljevene pilettine
1 žlica Vegete
1 jaje
muškatni oraščić, papar,
peršin

Izvadite rebra iz janječih prsa i po potrebi odstranite dio masnog sloja. Pospite Vegetom meso po čitavoj površini i premažite pripremljenim nadjevom. Zatim prsa savijte u roladu, povežite koncem, malo posolite, natrljajte mažuranom i stavite na vruće ulje da se peče. Pecite u pećnici oko 75 minuta, često prelijevajući meso i postepeno dolijevajući malo tople vode. Pečenoj roladi odstranite konac, malo ohladite, režite na ploške i poslužite uz pečeni krumpir.

Nadjev: Žemičku izrežite i namočite u mlijeko. Na ulju propržite kosani luk i mljevenu pilettinu. Zatim dodajte Vegetu, ribani muškatni oraščić, papar, kosani peršin, jaja i iscijedenu žemičku. Sve dobro izmiješajte.

Vrijeme pripreme: oko 2 sata.

Savjet: Za nadjev možete upotrijebiti jetrica ili neko drugo meso, a izvanredno mogu poslužiti i ostaci nekog pečenog ili kuhanog mesa.





Vegetina hladna pečenka

- 1,5 kg govedine (but-ruža)
- 2 žlice Vegete
- 2 žlice senfa
- 3 češnja češnjaka
- svježe mljeveni papar
- 250 g tankih ploški mesnate slanine
- 10-12 tankih kriški kruha
- 2 mrkve
- 2 glavice luka
- 2 lovorova lista
- 2 klinčića

Govedinu zarezujete po duljini na ploške debele 1/2 cm, ali pazite da ne zarežete do kraja. Između zareza meso natrljajte mješavinom senfa, Vegete, papra, soli i kosanog češnjaka. Zatim stavite u svaki zarez plošku slanine i kruha. Meso zavežite čvrstim koncem i ponovno premažite mješavinom začina. Zatim ga položite na foliju, dodajte izrezanu mrkvu, luk naboden lovorom i klinčićem, pa zamotajte i pecite na 200°C oko sat i četvrt. Foliju otvorite i dalje pecite još pol sata da se gornja strana mesa zapeče. Odstranite konac i kad se meso

ohladi izrežite ga ostrim nožem na komade.

Izvanredno je za svečane hladne zakuske.



Purica s kiselim kuposom

- 1 purica
- 2 žlice Vegete
- 1 kg kiseloga kupusa
- 100 g luka
- peršin
- papar
- 2 žlice ulja
- sol

Puricu očistite, operite, posolite izvana i iznutra. Unu-

trašnji dio purice natrljajte dobro Vegetom i pecite u vrućoj pećnici lagano podlijevajući vodom. U toku pečenja odvojite od pečenke dio masnoće na kojem ćete pirjati kupus. Na masnoću od pečenja dodajte kosani luk, kupus, Vegetu, papar i pirjajte lagano, dolijevajući vodu.

Pečenu puricu izrežite na komade i stavite ih na pirjani kupus. Sve zajedno stavite još 10-15 minuta u pećnicu da se zapeče.

Poslužite uz ploške palente.

Vrijeme pripreme: oko 120 minuta.

Savjet: Purica će biti ukusnija ako je dan prije iznutra natrljate Vegetom, a izvana premažete uljem.



Križna pečenka

- 1 kg govede križne pečenke (rostbif)
- 1 žlica Vegete
- 2 žličice umaka worcester
- 2 žličice vinjaka
- crni i bijeli papar, sol
- 4 žlice ulja (2 za pečenku, a 2 za marinadu)

Od ulja, Vegete, vinjaka, umaka worcester, papra i

soli pripremite marinadu, prelijte je po mesu, koje ste odvojili od kosti i ostavite ga u istoj marinadi da odstoji najmanje 20 minuta (a može i više sati). Nakon toga stavite meso u tepsiju, prelijte vrućim uljem i pecite u zagrijanoj pećnici 40–50 minuta. U toku pečenja podlijevajte pečenku vodom i marinadom. Ako želite da vam meso u sredini ostane ružičasto, nemojte ga peći dulje od 30 minuta. Možete poslužiti toplo. Servirajte s nekim toplim ili hladnim umakom, senfom ili povrćem.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.

Savjet: Ako ste križnu pečenku pekli oko 30 minuta, pa je sredina ostala ružičasta, možete je ohladiti, izrezati na tanke ploške i servirati kao vrlo ukusan hladni narezak.



Pečenka s hrenovkama

- 800 g svinjetine za odreske
- 3 palačinke
- 3 hrenovke
- 3 žlice kuhanoga graška
- 1 žlica Vegete
- sol, papar
- ulje za prženje

Meso pravilno razrežite u veliki odrezak veličine cca 20 × 30 cm, istucite batom za meso, pospite Vegetom i paprom. Hrenovke omotajte palačinkama i složite na odrezak. Između hrenovki stavite grašak pa sve zajedno čvrsto savijte, posolite, omotajte koncem i pecite oko 3/4 sata na temperaturi 200–220 °C, tj. dok se meso ne zarumeni i omekša. Dok se meso peče, prelijevajte ga sokom od pečenja i podlijevajte vodom. Pečeno meso oprezno izrežite na ploške i poslužite uz

pečeni krumpir i salatu prema želji.

Vrijeme pripreme: oko 75 minuta.

Savjet: Da biste meso lakše izrezali, poslije pečenja malo ga ohladite.



Patka s maslinama

1 patka
2 češnja češnjaka
15 g brašna
15 zelenih maslina
»Podravka«
sol

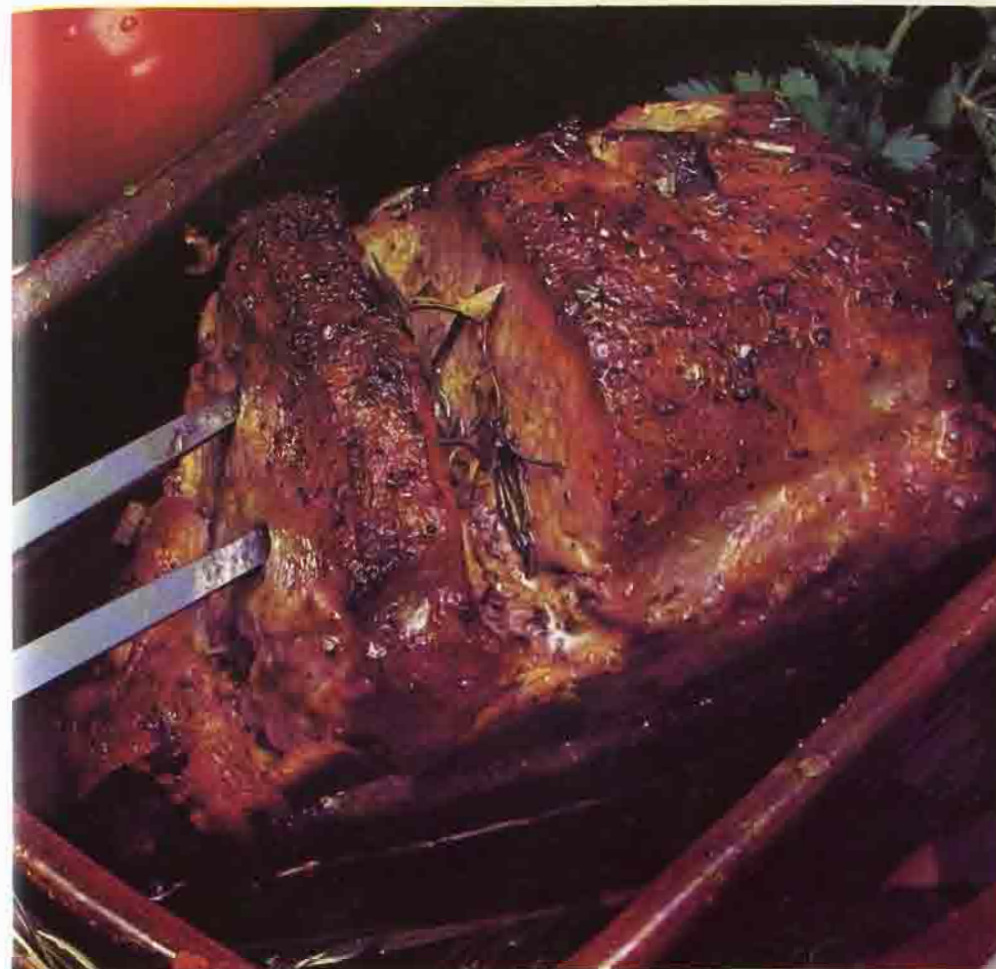
Za marinadu:
2,5 dl vina
30 g ulja (oko 3 žlice)
sok od polovice limuna
papar, majčina dušica
1 žlica Vegete

Pripremite marinadu od gore navedenih sastojaka. Patku posolite, natrljajte kosanim češnjakom i prelijte marinadom pa ostavite da odstoji oko 1 sat. Nakon toga je izvadite iz marinade i stavite

u pećnicu da se peče. Za vrijeme pečenja patku podlijevajte marinadom. Kad se ispeče, u umak od pečenja dodajte brašno razmučeno s malo vode, masline, pa još kratko zapecite.

Kao prilog možete servirati rizi-bizi.

Pripremanje ovog jela traje približno 1 sat i 40 minuta.



Aromatični svinjski kare

750 g svinjskoga karea
1 žlica Vegete
8 žlica ulja
kadulja (žalfija), ružmarin,
papar, limunov sok

Svinjski kare u komadu natrljajte Vegetom, kaduljom i paprom, dodajte nekoliko listića ružmarina i nakapajte limunovim sokom. Stavite da se peče na zagrijano ulje u pećnicu. Pecite na umjernoj temperaturi, postepeno dolijevajući vodu. Poslužite kao glavno jelo uz razne priloge od krumpira, povrća i slično.

Vrijeme pripreme: oko 80 minuta.





Proljetna guska s prilogom

- 1 guska
- 500 g kukuruzne krupice
- ponutrica od guske (želudac i jetra)
- 1 glavica luka
- 1 žličica Vegete
- 1-2 klinčića
- sol, papar
- 3-4 češnja češnjaka
- slatka crvena paprika

Gusku posolite nekoliko sati prije pečenja (poželjno je to učiniti i dan prije). Tako pripremljenu gusku pospite

prije pečenja iznutra Vegetom, stavite u lim, premažite je uljem, dodajte ulja za pečenje i pecite u pećnici. Dok se peče, postepeno je zalijevajte sokom od pečenja.

U međuvremenu pripremite prilog. U lonac stavite 3/4 l vode, dodajte sol i Vegetu, sitno kosanu ponutricu (želudac i jetra), kosani i na ulju ispirjani luk, kosani češnjak, papar, klinčiće, slatku crvenu papriku, šećer, pa zajedno kuhajte dok ponutrica ne omekša. Na kraju ukuhajte kukuruznu krupicu. Kuhajte do kraja neprekidno miješajući, ali pripazite da smjesa ne bude prečvrsta. Ako je potrebno, dolijte vruće vode. Nakon toga izlijte smjesu u

tepsiju na masnoću na kojoj se pekla guska, stavite na to gusku i sve zajedno ponovno pecite u pećnici oko 30 minuta.

Poslužite uz salatu prema vlastitom izboru.

Savjet: Prilog će biti još ukusniji ako kosanu ponutricu ispirjate na luku i ulju pa je tek onda kuhate.



Pečenka vu vrećici

- 1 kg svinjskoga karea
- 1 svinjska »maramica« (mrežica)
- 1 žlica senfa
- 2 žlice Vegete
- 3-4 češnja češnjaka
- 1 glavica luka
- papar, sol, lovorov lis
- 1 limun
- ulje

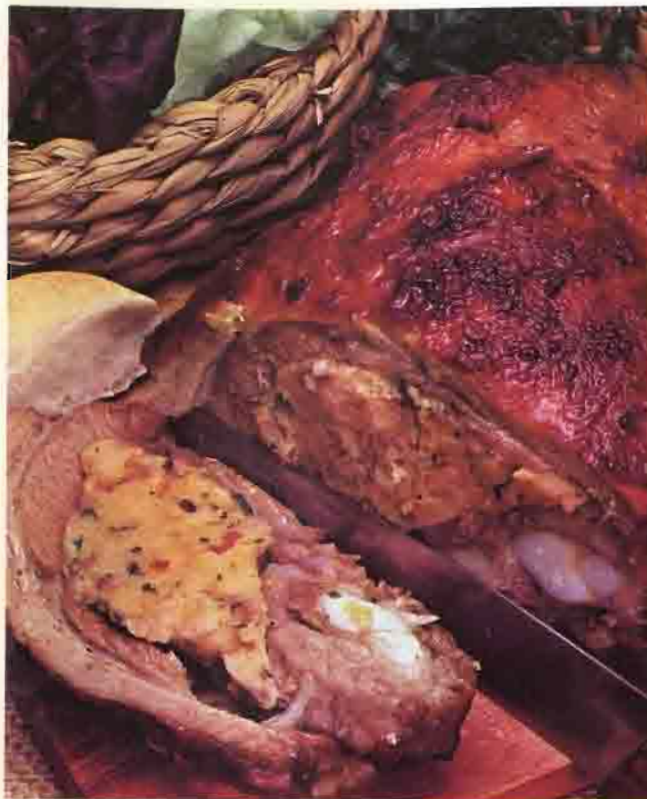
Meso odvojite od kosti pa premažite senfom, natrljajte Vegetom, kosanim češnjakom i pospite paprom. Po gornjoj površini mesa složite

ploške limuna i zamotajte ga u mrežicu (svinjska potrbušnica) i pustite bar 24 sata da odstoji. Nakon toga stavite meso u tepsiju namazanu uljem i pecite lagano u pećnici oko 45 minuta. Uz meso stavite 1-2 lovorova lista i u toku pečenja podlijevajte vodom da meso ostane sočnije. Pečeno meso izrežite na komade i poslužite s prilogom od krumpira koji ćete pripremiti ovako: krumpir (1 kg) ogulite, operite i izrežite na ploške. U prikladnoj posudi ispirjajte na ulju do rumenožute boje glavicu luka izrezanu na rezance. Dodajte crvenu papriku, ajvar, 2 žlice Vegete, krumpir izrezan na ploške i dolijte vode tek toliko da prekrije

krumpir. Polagano kuhajte dok voda ne ispari, a krumpir omekša. »Pečenka vu vrećici« poznato je narodno jelo međimurskoga kraja.



Velike pečenke



Punjena teleća prsa

1 kg teletine – vrh rebara
80 g ulja
1 žlica Vegete
sol

Nadjev:

2 žemičke
1 dl mlijeka
2 jaja
20 g luka
40 g suhe slanine
20 g ulja
peršin

Za pripremu ovog jela najbolje je uzeti vrh telećih prsa, koja prema vašoj želji mesar pripremi, tj. izvadi rebra i ureže vrećicu za

punjenje. Tako pripremljena prsa operite pod tekućom vodom, posolite i natrljajte Vegetom s vanjske i unutrašnje strane. Pripremljeni nadjev stavite u prerez telećih prsa. Na kraju pričvrstite čačkalicama i stavite u pećnicu. Dok se pečenka peče, zalijevajte je umakom od pečenja i podlijevajte malim količinama tople vode. Nadjevena prsa pecite oko 2 sata na temperaturi 200–220 °C.

Nadjev: Žemičke izrežite pa prelijte mlijekom i jajima. Luk i slaninu sitno iskošite, svijetlo popržite na ulju i dodajte razmočenim žemičkama. Pospite kosanim peršinom i sve dobro izmiješajte.

Savjet: Ovo je jelo vrlo hranjivo, ekonomično i ukusno, jer su prsa jeftiniji dio teletine, a nadjevom povećavate količinu tog ukusnog jela.

Tragom starih recepata





Musaka od kiseloga kupusa

750 g kiseloga kupusa
80 g riže
3 dl mlijeka
8 žlica ulja
100 g luka
2 žlice konzervirane rajčice
200 g mljevene govedine
200 g mljevene svinjetine
100 g suhe slanine
2 žlice Vegete
list lovora, sol, papar
1 jaje

Na vrućem ulju kratko proprijajte kosani luk, slaninu i krupno mljevenu svinjetinu i govedinu. Na kraju dodajte rajčicu, lovor, Vegetu, sol i papar, pa sve zajedno izmiješajte. U duboku vatrostalnu posudu stavite pol količine izrezanoga kiseloga kupusa (prekisel i kupus operite), stavite nadjev od mesa, pospite rižom i prekrijte drugom polovicom kupusa. Sve prelijte mješavinom od mlijeka i jaja, poklopite poklopcem i stavite u vruću pećnicu da se peče 40–50 minuta.

Servirajte uz kuhani slani krumpir.

Vrijeme pripreme: oko 80 minuta.

Savjet: Ako želite ovom ukusnom narodnom jelu skratiti vrijeme pečenja, prije proprijajte kiseli kupus.



Govedina na poseban način

750 g govedine (za odreske)
40 g ulja
2–3 glavice luka
češnjak
crvena paprika (slatka i ljuta)
1 žlica Vegete
papar, sol
lovorov list
ružmarin
1 dl bijelog vina
400 g krumpira

U prikladan lonac stavite ulje, red luka izrezanog na rezance, kosani češnjak, crvenu papriku, zatim red govedine rezane na odreske. Meso pospite Vegetom i paprom, ponovno složite red luka i tako naizmjenično slažite meso i luk, s tim da na kraju stavite luk, lovorov list i ružmarin. Zalijte manjom količinom vode, malo posolite, poklopite posudu i kuhajte na umjerenj temperaturi. Nakon sat kuhanja dolijte vino i dodajte krumpir izrezan na kriške, pa kuhajte sve zajedno još pol sata. Ovo jelo možete pripremati i u loncu na pritisak.

Vrijeme pripreme: oko 90 minuta.

Savjet: Jelo će biti ukusnije ako otvor lonca prekrijete pergament-papirom, zavežite i poklopite poklopcem.



Kotlovina

600 g svinjskoga karea
2 para kobasica
2 žlice ulja
20 g svinjske masti
2 žlice Vegete
bijelo vino (cca 0,5 dl)
papar, sol

Za pripremanje ovog specijaliteta potrebno je imati posebnu posudu (kotao šireg ruba), a obično se priprema

na otvorenom prostoru. Meso (kare) izrežite, posolite i ostavite da odstoji neko vrijeme. Na ugrijanom ulju i svinjskoj masti pecite meso i kobasice do lijepo rumene boje, izvadite ih i stavite na rub kotla, a u istu masnoću dolijte vino, malo vode, dodajte Vegetu, sol i papar prema želji. Nakon nekoliko minuta kad tekućina prokuha, vratite u nju meso i kobasice, još malo zajedno prokuhajte i servirajte toplo.

Vrijeme pripreme: oko 35 minuta.

Savjet: U pripremanju kotlovine postoji više varijanata: može se pripremati uz dodatka luka, feferona, zelene paprike, mljevene paprike, češnjaka itd.



Janjeća kapama

800 g janjetine
2 žlice ulja
600 g špinata
3 svežnja mladog luka
1 glavica luka
2-3 češnja češnjaka
1 žlica brašna
kiselo mlijeko
papar, sol, slatka crvena paprika
1 žlica Vegete

Na vruće ulje stavite janjetinu, koju ste izrezali na veće komade i malo posolili. Meso pržite sa svih strana da lijepo porumeni i omekša. Špinat operite, izrežite na rezance, a obični i mladi luk (zajedno sa zelenim dijelom) iskošite. Omekšano meso izvadite iz posude, a na preostaloj masnoći pirjajte pripremljeni luk i špinat, dok gotovo ne omekša. Dodajte nanovo meso, zatim Vegetu, papar, kosani češnjak, slatku crvenu papriku, pospite brašnom i sve dobro izmiješajte. Lagano pirjajte na umje-

renoj temperaturi, postepeno dolijevajući vode (ako je potrebno). Obavezno servirajte s kiselim mlijekom.

Savjet: Špinat možete ostaviti i u cijelim listovima.



Piroške

- 1 vrećica Di-go kvasca
- 1 žličica Vegete
- 2 žlice mlakog mlijeka
- 150 g kuhanoga krumpira
- 50 g maslaca
- 350 g brašna
- sol
- 2 žumanca
- 1,5 dl mlijeka

Nadjev:

- 120 g šunke
- 1,5 dl kiselog vrhnja
- papar, peršin
- ulje za prženje

Kvasac, Vegetu i mlijeko izmiješajte i ostavite na toplome mjestu da se digne. U posebnu posudu stavite brašno, kuhani i propasirani krumpir, maslac, sol, žumanca, dignuti kvasac, pa s toplim mlijekom umijesite tijesto. Dok tijesto počiva na toplome, pripremite nadjev: šunku izrežite na sitne kockice, dodajte papar, kosani peršin, vrhnje i sve dobro izmiješajte. Zatim razvaljajte tijesto debelo oko 1 cm i izrežite oblike 8x4 cm. Po duljini svake četvorine stavite nadjev, oblikujte pirošku i pržite na vrućem ulju oko 10 minuta.

Poslužite vruće, a ukusne su i hladne, osobito uz kiselo mlijeko ili jogurt.

Savjet: Piroške možete nadijevati i nekim drugim nadjevom, npr. od sira, mljevenog mesa i sl.



Mornarski složenac

- 400 g mljevenog mesa
- sol, slatka crvena paprika,
- papar
- 1 jaje
- 2 žlice mrvica
- 1 dl kiselog vrhnja
- 2 glavice luka
- 800 g krumpira
- ružmarin
- 1 lovorov list
- 1,5 dl piva
- 1,5 dl vode
- 1 dl ulja
- 1 žlica Vegete

Mljevenom mesu dodajte mrvice, jaje, vrhnje, sol, papar i slatku crvenu papriku. Oblikujte popečke i ispržite ih na ulju. Na istom ulju ispirajte luk izrezan na rezance, zatim ga izvadite i stavite u vatrostalnu zdjelu. Krumpir izrežite na tanke ploške, rasporedite po luk, pospite Vegetom, a soli dodajte prema želji. Po površini složite ispržene popečke, listiće ružmarina i lovor, sve zalijte pivom i vodom, pa pokrijte aluminijskom folijom. Pecite u pećnici oko 25 minuta na temperaturi od 220 °C i odmah poslužite.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.

Savjet: Ako su kosani popečki masniji, preporučuje se da prije pirjanja luka oduzmete malo masnoće.



Duveč s piletinom

250 g riže
350 g piletine
150 g luka
1 dl ulja
100 g zelene paprike
150 g rajčice
1 žlica Vegete

3 g slatke crvene paprike
sol
200 g krumpira
2 dl kiselog vrhnja

Luk izrežite na kolutiće i kratko prepržite na ulju. Očišćenu piletinu, zelenu papriku i krumpir izrežite na duguljaste komade i stavite na luk da se sve skupa još

kratko pirja. Na kraju dodajte rižu, Vegetu, slatku crvenu papriku, sol i zalijte s malo vode, pa ostavite da sve prokuha. Po površini složite ploške rajčica i stavite u pećnicu da se peče oko pol sata na temperaturi od 200 °C.

Kad se duveč ispeče, prelijte ga kiselim vrhnjem i još kratko zapecite i poslužite toplo.



Rupice

1 kg sardelica – sitnih
4 češnja češnjaka
1 vezica peršina
1 žlica Vegete
sol, papar
kukuruzno brašno
pšenično brašno
ulje za prženje

Sardelice očistite, odstranite im glave, operite i ocijedite. Pet do šest sardelica složite na otvorenu šaku, pospite mješavinom kosanog češnjaka, papra, peršina, Vegete, kukuruznog i bijelog brašna. Pokrijte s još toliko sardelica pa ponovno brašnom i stiskom šake spojite u jednu cjelinu. Tako pripremljene »rupice« pržite u većoj količini ulja. Servirajte

ih uz razne priloge od povrća kuhanog »na lešo« ili uz razne svježe ili kuhane salate.

Rupice su staro tradicionalno jelo primorskoga kraja.



Kobasice

3 kg svinjetine
20 g soli
2 žlice Vegete
papar
slatka crvena paprika
2 češnja češnjaka
1 dl bijelog vina

Sitno sameljite oko 500 g mesa, a ostali dio izrežite na

sitne kockice, dodajte sol, Vegetu, papar, slatku crvenu papriku, sitno kosani češnjak i vino i sve dobro umijesite u jednoličnu smjesu.

Pripremite tanko crijevo, operite ga u toploj vodi i napravom za pravljenje kobasica punite crijevo pripremljenom smjesom. Svaki 10 cm oblikujte male kobasice. Zatim ih ostavite jedan dan na hladnome mjestu, a nakon toga stavite 2-3 dana da se suše na dimu. Tako dimljene kobasice možete kuhati ili peći.

Savjet: Ako nemate mogućnosti da sušite kobasice, možete ih pripremiti i svježe kao pečenice.



Gravče-tavče s porilukom

500 g kuhanog bijeloga graha (tetovca)
500 g poriluka
4 žlice ulja
3 rajčice
3 zelene paprike
1 žlica Vegete
sol, papar, metvica
1 žlica Fanta za srpski pasulj

Poriluk izrežite na kolutiće, pospite Vegetom i pirjajte na ulju dok ne omekša.

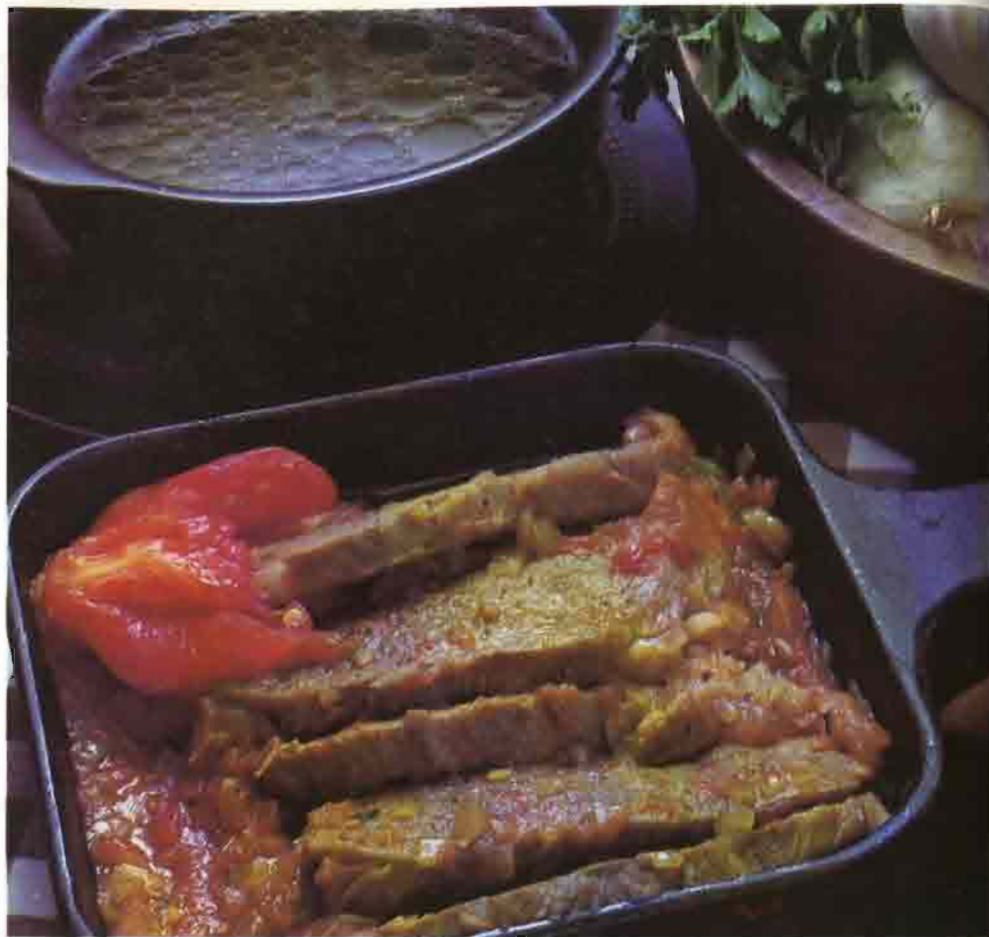
U prikladnu vatrostalnu posudu ili tepsiju složite pirjani poriluk, dodajte soli i papra prema želji, zatim stavite ocijeđeni grah kojem ste prije dodali Vegetu, sol, papar i metvicu. Na grah složite ploške rajčice, izrezanu papriku, pa ponovno sve posolite i popaprite.

Žlicu Fanta za srpski pasulj umiješajte u 2 dl vode u kojoj se kuhao grah i tom mješavinom prelijte grah. Pecite na srednjoj tempera-

turi (175°C) oko 30 minuta (dok tekućina ne ispari).

Vrijeme pripreme: oko 50 minuta.

Savjet: Na grah s ploškama rajčice i paprike možete složiti i tanke kobasice, pa zapeći u pećnici.



Govedina na dalmatinski način

500 g kuhane govedine
1 glavica luka
30 g ulja
20 g maslinova ulja
1 žlica Vegete
5–6 oguljenih rajčica,
papar
sol, bosiljak ili ružmarin
crveno vino

Kuhano meso izrežite na komade debele oko 1 cm i stavite pirjati u tavu na kosani omekšani luk i na ulje. Zapecite ga i s jedne i druge strane pospite Vegetom, dodajte rajčice i začine, vina po želji i podlijte kojom žlicom juhe u kojoj ste kuhali meso. Sve zajedno nekoliko minuta pirjajte, a zatim poslužite uz pire od krumpira ili uz kuhanu tjesteninu.

Vrijeme pripreme: oko 20 minuta.

Savjet: Ako želite sočno kuhano meso, stavite ga u vruću vodu, a ako želite dobru juhu, meso stavite da se kuha u hladnu vodu.

Jela sa žlicom-složenci



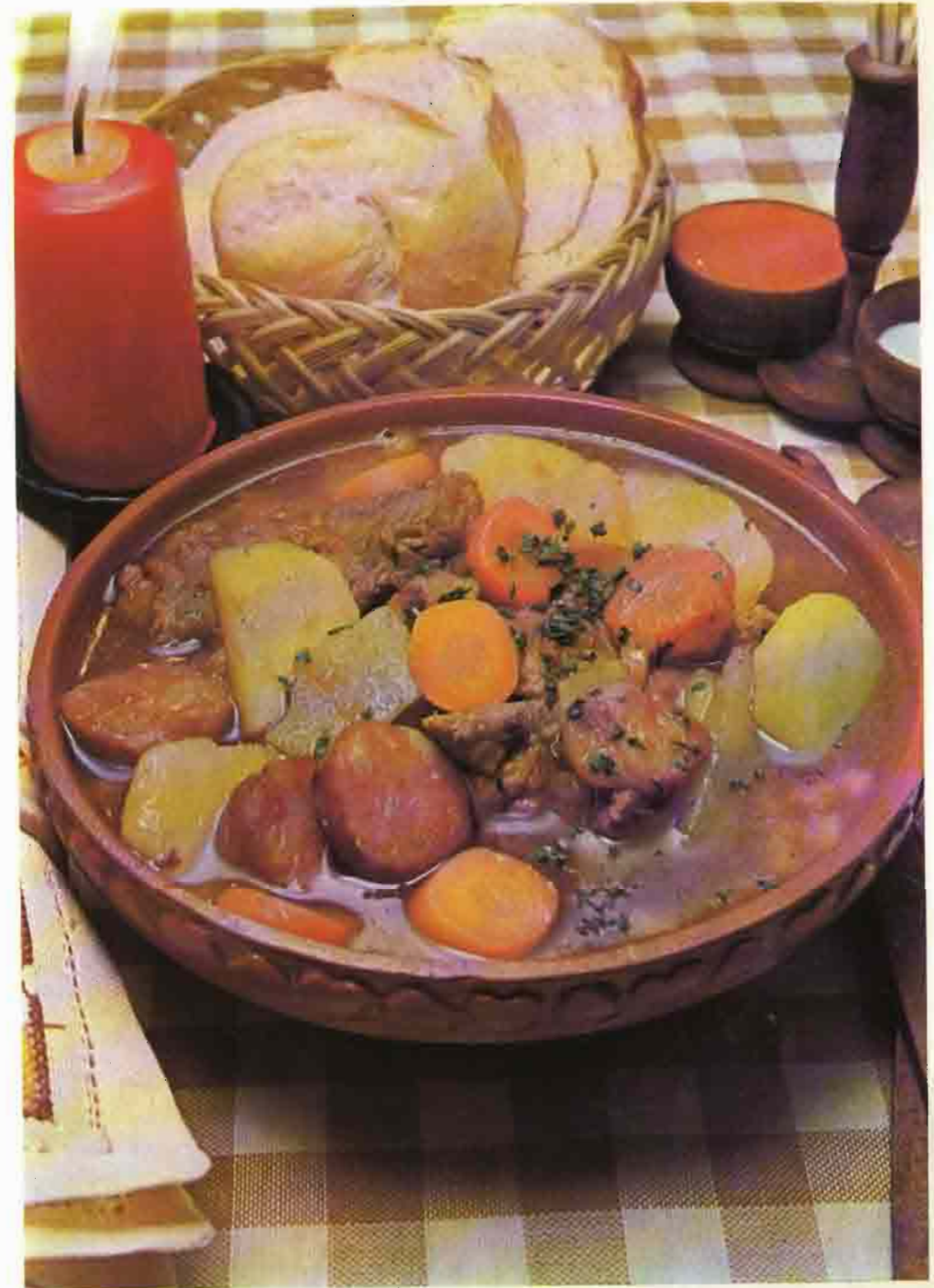
Seljački složenac

1 kg krumpira
500 g mrkve
150 g suhe slanine
100 g suhe kobasice
150 g luka
200 g govedine bez kosti
4 žlice ulja
1 žlica Vegete
1 žlica konzervirane
rajčice
peršin

Na ulju pirjajte sitno izrezanu slaninu i luk, zatim dodajte govedinu u kockama i pirjajte sve zajedno dok govedina ne omekša. Zatim dodajte kobasicu izrezanu na kolutiće, mrkvu, krumpir izrezan na ploške, rajčicu i Vegetu. Opet pirjajte, postepeno dodavajući vodu. Na kraju dodajte peršin prema želji.

Poslužite kao glavno jelo.

Vrijeme pripreme: oko 50 minuta.





Lonac s janjetinom

750 g janjetine
3 glavice luka
750 g krumpira
200 g mrkve
1 glavica mladoga kupusa
majčina dušica
1 žlica Vegete
sol, kumin, papar
70 g ulja
40 g konzervirane rajčice

Meso izrezano na krupnije komade propirajte na ulju i fino kosanom luk. Zatim začinite Vegetom, solju, majčinom dušicom, kuminom i zalijte s malo vode. Malo propirajte i dodajte kupus izrezan na rezance, mrkvu izrezanu na kolutove i krumpir izrezan na veće kocke.

Polako pirajte dok sve ne omekša. Dok se jelo kuha, nije preporučljivo miješanje. Dovoljno je lonac samo povremeno protresti.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.

Savjet: Pazite da povrće previše ne usitnite. Izrežite ga na krupnije komade.

Kaubojski grah

600 g graha
100 g suhe slanine
1 glavica luka
1 ljuti feferon
50 g celera
60 g mrkve
3 češnja češnjaka
1 žlica soli

Za pirjanje:

500 g luka
100 g svinjske masti
1 žlica Vegete
1 žlica lovačke juhe
»Podravka«

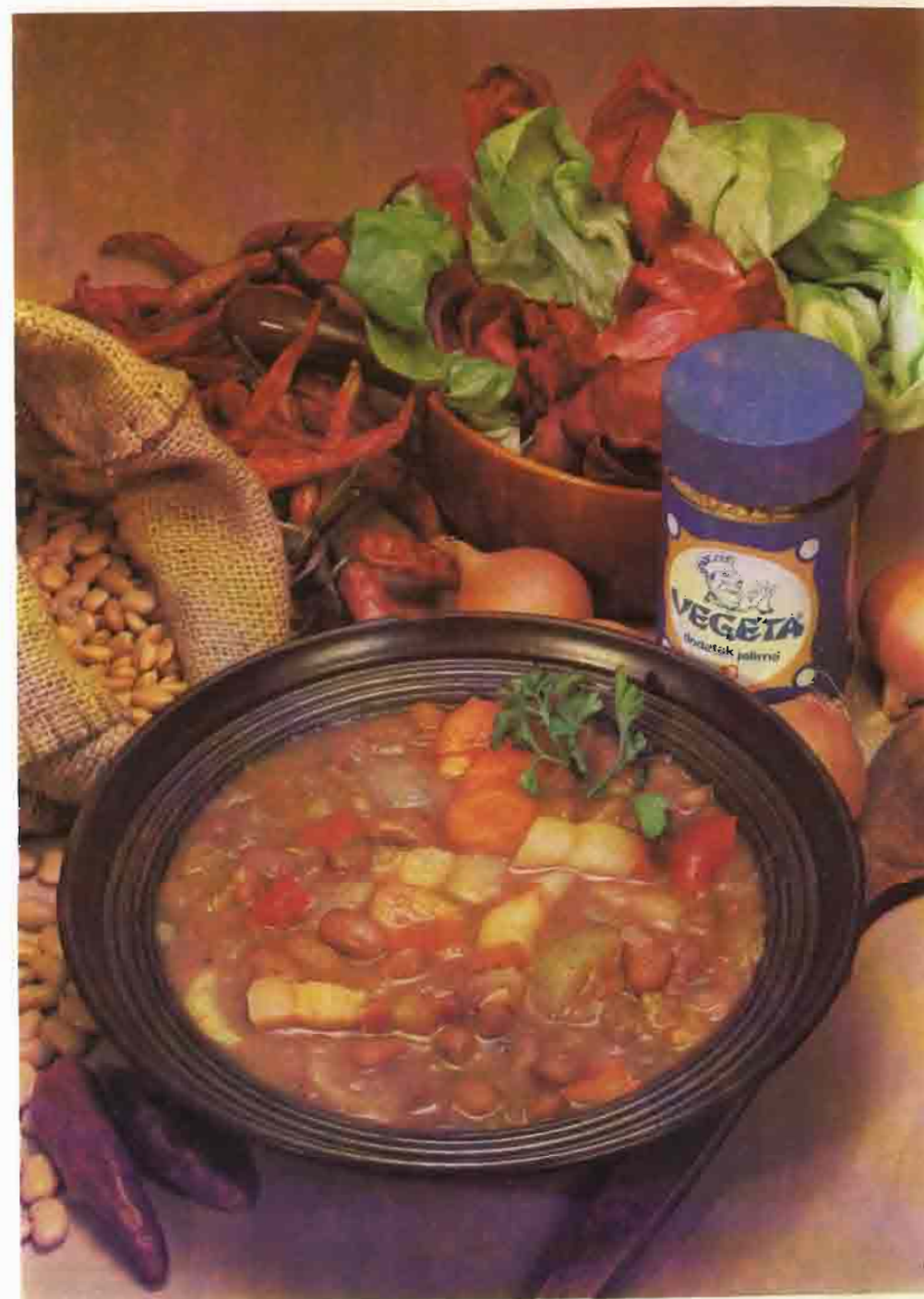
slatka crvena paprika,
papar

Grah očistite i operite, pa kratko prokuhajte. Procijediti, dolijte vode i stavite ponovno da se kuha. Dodajte grubo izrezan celer, mrkvu, luk (koji ste prepekli na štednjaku), slaninu, feferon, češnjak i žličicu soli, pa sve zajedno kuhajte dok ne omekša.

Posebno na masnoći pirajte kosani luk, dodajte žlicu Vegete, žlicu lovačke juhe »Podravka«, slatku crvenu papriku i papar prema želji, podlijte juhom od graha i sve zajedno kratko prokuhajte. Taj umak dodajte u grah pa nastavite kuhati još nekoliko minuta.

Vrijeme pripreme: oko 2 i pol sata.

Savjet: Ako upotrijebite za pripremanje jela mladi grah, nije potrebno da ga močite.





Vinski gulaš

500 g govedine
4 glavice luka
60 g konzervirane
rajčice
2 dl vina
200 g krumpira
80 g svinjske masti ili ulja
1 žlica Vegete
ljuta crvena paprika
lovor, sol, kumin

Meso izrežite na sasvim sitne komadiće podjednake veličine i propržite na rastopljenoj svinjskoj masti ili na ulju. Nakon kratkog prženja dodajte sitno kosani luk pa nastavite pirjati, polagano dolijevajući vodu ili juhu. Luk vam ne smije zagorjeti, jer će gulaš dobiti gorkast okus. Pred kraj pirjanja dodajte začine, vino i krumpir izrezan na kockice. Umjesto krumpira možete dodati valjuške, rezance i slične dodatke po želji.

Vrijeme pripreme: oko 75 minuta.

Savjet: Većom količinom luka postićete bolju gustoću umaka, a tako ćete izbjeći i zapržak.

KUKUR BR. BIRER

Povrće na poseban način





Makedonska zakuska od graha

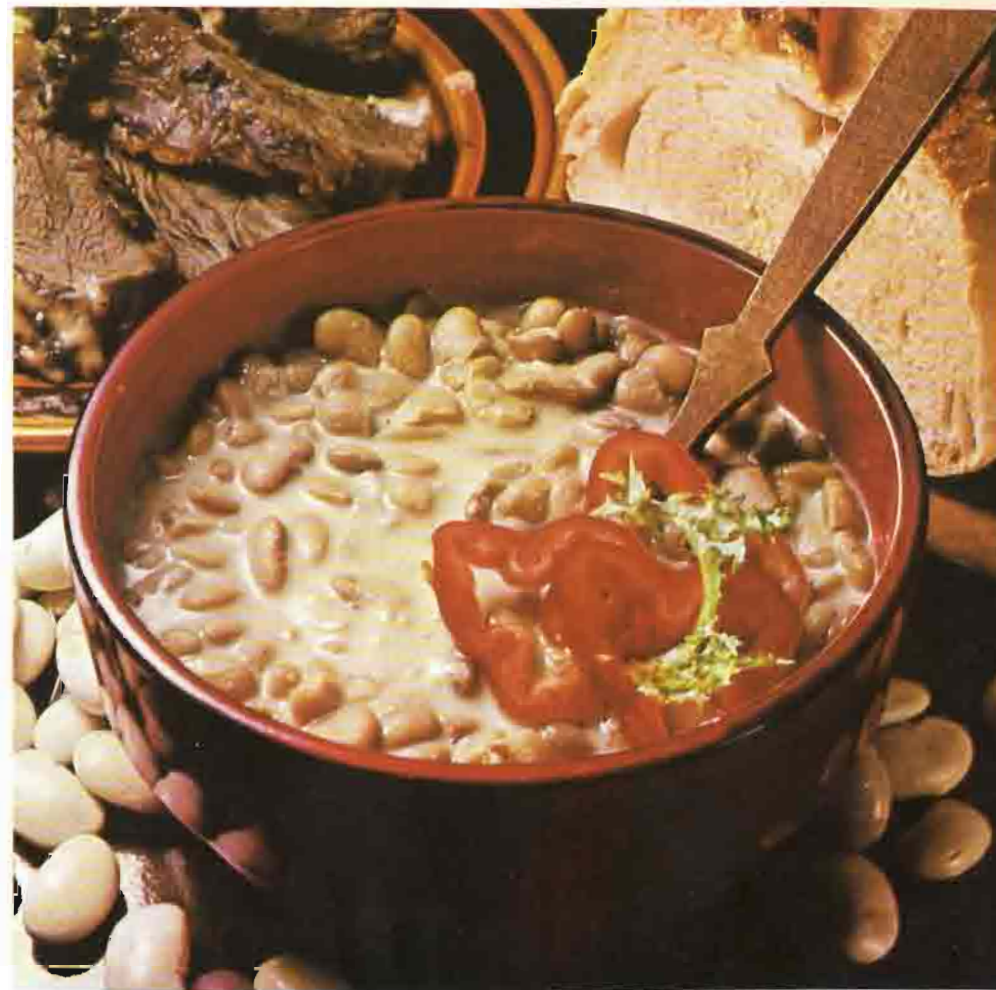
500 g graha
1 žlica Vegete
4-5 crvenih ljutih paprika
1-2 češnja češnjaka
ocat po želji

80 g ulja
sol, papar i metvica

Grah skuhaite u vodi kojoj ste dodali Vegetu i sol. Ljute paprike posebno skuhaite u malo vode, pa ih zatim sitno iskošite. Skuhani grah ocijedite, izmiješajte s kosanim paprikama, dobro izgnječite, pa dodajte kosani češnjak, papar, izrezano lišće metvice,

ulje i ocat prema želji. Sve dobro izmiješajte i poslužite kao hladnu zakusku.

Savjet: Ovo jelo se poslužuje kao »meze« uz slani ovčji sir.



Fini prilog od graha

300 g graha
5 žlica ulja
100 g luka
10 g brašna
1 žlica Vegete
1 dl kiselog vrhnja

Grah očistite i skuhaite. Na ulju propržite sitno kosani luk, dodajte već skuhani grah, Vegetu, brašno i prema potrebi vode u kojoj ste kuhali grah. Na kraju umiješajte kiselo vrhnje. Servirajte kao prilog raznom pečenom mesu.

Vrijeme pripreme: oko 10 minuta.

Savjet: Vrijeme pripreme možete skratiti ako upotrijebite grah iz limenke.

Povrće na poseban način



Košarice od paprika

8 zelenih paprika
200 g gljiva (šampinjona ili nekih drugih)
60 g suhe slanine
2 gljivice
3 jaja
sol, papar, slatka crvena paprika
2 žlice Vegete
peršin
4 žlice ulja
6 žlica vrhnja
40 g margarina

Paprikama odrežite vrhove kod peteljki, očistite sredinu od sjemenki, prokuhajte ih 5 minuta u slanoj vodi i ocijedite. Na ulju propržite luk izrezan na kocke, suhu slaninu i gljive. Jaja dobro izmiješajte sa dvije žlice vode, Vegetom, kosanim peršinom i sve pomiješajte s pirjanim gljivama, lukom i slaninom. Dobivenom smjesom punite paprike i prelijte sa 3 žlice vrhnja u koje ste umiješali slatku crvenu papriku i papar. Zatim paprike složite u vatrostalnu posudu namazanu uljem i pecite u zagrijanoj pećnici oko 30 minuta. Pečene paprike pre-

lijte rastopljenim margarinom i ostatkom vrhnja. Ponovno stavite u pećnicu da se zapeče (oko 5 minuta).

Savjet: Za punjene košarice od paprika upotrijebite paprike podjednake veličine kako bi sve povrće istodobno bilo gotovo.

Povrće na poseban način



Musaka od pohanih paprika

18 kom. mesnatih paprika
300 g mljevene junetine
4 jaja
1 glavica luka
papar
1 žlica Vegete
sol, peršin
150 g užičkoga kajmaka ili
2 dl kiselog vrhnja
ulje za prženje

Paprike operite i bez masnoće ispecite u pećnici. Zatim ih pokrijte dok se ne ohlade i ogulite kožicu. Svaku papriku malo posolite, umočite u brašno, pa u razmućeno jaje i zlatnožuto ispržite. Na malo ulja svijetlo propržite sitno kosani luk i mljeveno meso, kojem ste već prije dodali Vegetu, papar, malo soli i peršin. U vatrostalnu zdjelu namazanu uljem složite red pripremljenih paprika, zatim stavite propirjano meso i opet sloj paprike. Kajmak ili kiselo vrhnje izmiješajte sa 2 jaja, prelijte musaku i pecite oko 20 minuta na temperaturi od 200 °C.

Pečenu musaku pospite kosanim peršinom. Uz musaku možete servirati i jogurt.

Savjet: Musaku možete pripremiti u svako doba upotrijebivši duboko smrznute paprike.

Povrće na poseban način



Povrtni odrezak

1 kg krumpira
150 g špinata
100 g brašna
muškatni oraščić
1 žlica Vegete
3 jaja
ulje za prženje

Krumpir skuhaite, ogulite i ispasirajte. Špinat prokuhajte i iskošite. Pasirani krumpir i špinat izmiješajte s Vegetom, brašnom, ribanim muškatnim oraščićem i jajima. Oblikujte odreske i pržite ih na ulju.

Poslužite kao predjelo ili kao prilog uz neko mesno jelo s umakom.

Vrijeme pripreme: oko 45 minuta.



Povrće na poseban način



Nabujak od špinata

2,5 dl mlijeka
120 g brašna
120 g margarina
50 g parmezana
500 g špinata
3 jaja
1 žlica Vegete
muškatni oraščić, papar
mrvice za kalup
sol

Na ugrijani margarin stavite brašno, izmiješajte i odmah zalijte mlijekom, pa kuhajte da dobijete glatki gusti umak (bešamel). U ohlađeni umak dodavajte postepeno jedno po jedno žumance, zatim papar, ribani muškatni oraščić, Vegetu, parmezan i kosani ocijedeni špinat.

Sve dobro izmiješajte. Na kraju dodajte snijeg od bjelanca i lagano ga umiješajte, pa sve izlijte u kalup koji ste prije namazali hladnim maslacem i posuli mrvicama.

Nabujak pecite u umjereno vrućoj pećnici oko 30 minuta.

Vrijeme pripreme: oko 45 minuta.

Savjet: Nabujak od špinata možete poslužiti kao toplo predjelo ili fini prilog uz meso. Radi još boljeg okusa možete ga posuti ribanim parmezanom.

Povrće na poseban način



Varivo od krastavaca

1 kg krastavaca
sol
1 žlica Vegete
sok od polovice limuna
1 jogurt
80 g margarina
2 svežnja kopra
1 žlica brašna

Krastavce ogulite, prerežite napola, izdubite sjemenkasti dio, a zatim ih izrežite na veće komade i stavite pirjati na rastopljeni margarin. Dodajte Vegetu, sol, sok od limuna, pa pirjajte u pokrivnoj posudi oko 15 minuta. Krastavce pobrašnite, dodajte im kosani kopar i prema potrebi vode, pa pustite da prokuhaju. Na kraju umiješajte jogurt.

Ovo fino varivo poslužite kao prilog uz kosane odreske i sl.

Vrijeme pripreme: oko 30 minuta.

Savjet: Mlade krastavce nije potrebno guliti, jer ćete tako poboljšati hranjivu vrijednost i estetski izgled jela.

Povrće na poseban način



Pohani poriluk

6 kom. poriluka
1 žlica Vegete
sol
150 g brašna
1 žlica ulja
3 žlice piva
1 jaje
ulje za prženje

Od brašna, Vegete, žlice ulja, jaja i malo vode napravite tekuće tijesto i ostavite da odstoji neko vrijeme. Poriluku odrežite bijeli dio, prerežite ga po duljini na dvije jednake polovice i dobro operite. Zatim stavite poriluk u kipuću slanu vodu. Kad omekša, izvadite ga i pustite da se dobro ocijedi, pa ga umočite u pripremljeno tijesto i pržite na vrućem ulju. Pohani poriluk poslužite prema želji uz kuhanu šunku, vrhnje ili uz tartar-umak.

Vrijeme pripreme: oko 30 minuta.

Savjet: Poriluk kuhajte u sasvim malo slane kipuće vode da izgubi što manje minerala.



Odresci od blitve

1 kg blitve
1 žlica Vegete
4 žlice maslinova ulja
1 jaje
40 g ribanog sira
papar, češnjak
2 žlice mrvica
brašno, jaja, mrvice za
paniranje

ulje za prženje
2 dl kiselog vrhnja za
prelijevanje

Blitvu kratko prokuhajte u kipućoj vodi i dobro ocijedite. Zatim je fino iskošite i dodajte Vegetu, maslinovo ulje, jaja, ribani sir, mrvice, papar i zgnječeni češnjak. Oblikujte odreske, uvaljajte ih u brašno, jaja, mrvice i pržite na ulju.

Odreske poslužite prelivenе kiselim vrhnjem, a prema

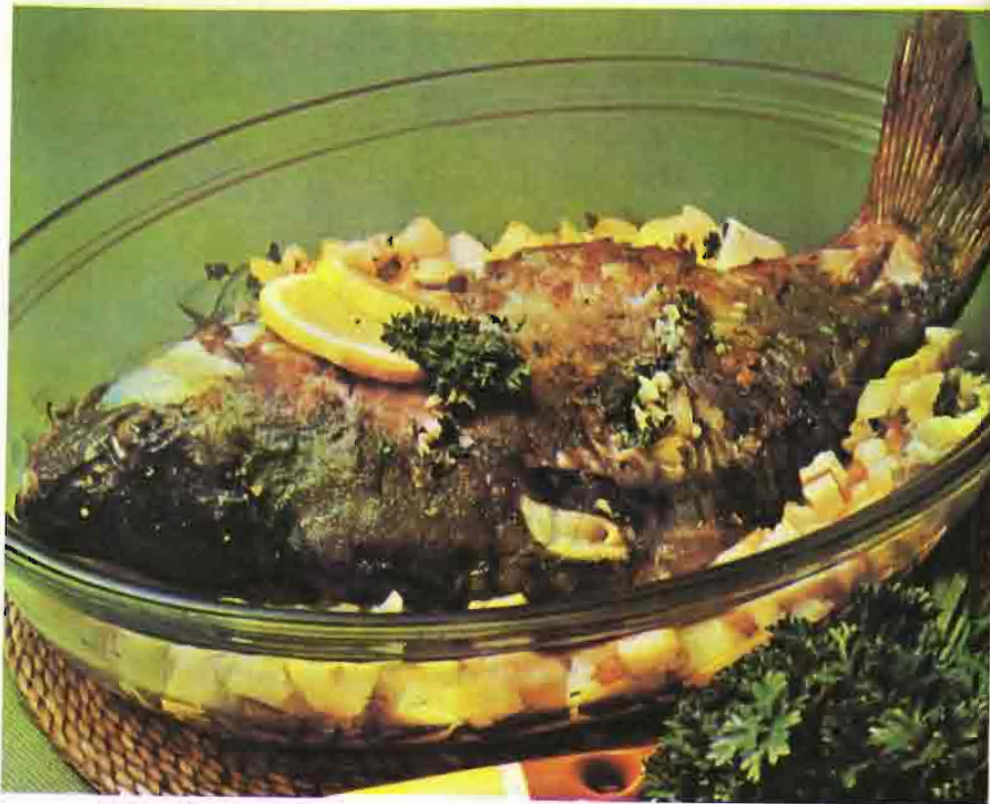
želji poslužite uz njih i masline.

Vrijeme pripreme: oko 30 minuta.

Savjet: Slične vegetarijanske odreske možete pripremiti i od kelja, špinata ili od svježega kupusa.

Specijaliteti iz rijeke i mora





Složenac sa šaranom

1 kg šarana
1 žlica Vegete
30 g brašna
4 žlice ulja
1 kg krumpira
50 g slanine
2-3 kisela krastavca
peršin
češnjak
0,5 dl bijelog vina

Očišćenog šarana natrljajte Vegetom, uvaljajte u brašno i pecite pod poklopcem na ulju u pećnici.

Krumpir ogulite, izrežite na kocke i pecite na masnoći i na izrezanoj slanini. Pečenog šarana izvadite iz posude, u istu posudu stavite pečeni krumpir, izrezane kisele krastavce i kosani peršin. Na krumpir stavite šarana, zalijte ga vinom i ponovno stavite u pećnicu. Poslužite uz salatu.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.



Riba na dunavski način

800 g ribe (soma ili smuđa)
200 g luka
120 g ulja
3 paprike svježe ili smrznute
400 g rajčica (svježih ili pelata)
2,5 dl vina (bijelog)
1 ljuti feferon
1 žlica Vegete
limunov sok
brašno, sol

Ribu očistite i filetirate. Zatim posolite i pošćropite limunovim sokom i ostavite da stoji 10-15 minuta. Nakon toga uvaljajte u brašno i pržite na ulju. Prženu ribu složite u vatrostalnu posudu i poklopite poklopcem.

Za vrijeme prženja ribe, u posebnoj posudi ispirajte povrće (kosani luk, papriku rezanu na kockice, ljuti feferon, rajčicu i žlicu Vegete). Dok pirjate, postepeno zalijevajte vinom.

Tako pirjano povrće složite po prženoj ribi i stavite u vruću pećnicu da se zapeče.

Savjet: Riba se fileтира tako da se prereže po duljini i izvadi kralješnica. Dobivena dva fileta izrežu se poprijeko na četiri odreska.

Specijaliteti iz rijeke i mora



Riba na lešo

1 kg bijele ribe (zubatac)
100 g luka
3 žlice Vegete
3 lovorova lista
10 zrna papra
50 g mrkve
3 češnja češnjaka
sol, peršin
8 žlica maslinova ulja
vinski ocat prema ukusu

U vodu stavite sol, papar, Vegetu, ulje, lovor, očišćenu i izrezanu mrkvu, luk, češnjak, pa pustite da lagano kuha oko 50 minuta. Zatim dodajte ocat i očišćenu ribu u komadu, kuhajte još 15–20 minuta. Kad riba omekša, izvadite je iz juhe, pospite kosanim peršinom, prelijte s malo ulja i juhe te servirajte. Juhu možete procijediti, ukuhati rižu i poslužiti kao ukusnu riblju juhu.

Vrijeme pripreme: oko 75 minuta.

Savjet: Tako pripremljenu ribu možete poslužiti i s kuhanim krumpirom.

Specijaliteti iz rijeke i mora



Pljeskavica od ribe

1 kg ribe (oslića)
1 vezica povrća za juhu
1 glavica luka
papar, slatka crvena paprika
4 jaja
1 žlica Vegete
sol
2 češnja češnjaka
ulje za prženje

Povrće za juhu stavite u slanu vodu da se kuha. Kada omekša, dodajte očišćenu ribu i dalje kuhajte koliko je potrebno da riba omekša. Zatim ocijedite vodu, meso odvojite od kostiju i zajedno s povrćem fino iskošite. Dodajte sitno kosani luk i češnjak, papar, slatku crvenu papriku, jaja i Vegetu. Dobro izmiješajte i oblikujte pljeskavice, zatim ih pržite na vrućem ulju.

Servirajte sa salatom od krumpira.

Savjet: Od vode u kojoj se kuhala riba možete napraviti dobru riblju juhu uz male dodatke začina i povrća.



Ribarski brodet

1 kg razne morske ribe
1 žlica Vegete
40 g brašna
0,5 dl ulja
0,5 dl maslinova ulja
150 g luka
100 g rajčica
1 glavica češnjaka
1-2 žlice vinskog octa
peršin, papar

Ribu očistite i izrežite na deblje ploške. Svaku pospite Vegetom, uvaljajte u brašno i naglo ispržite s obje strane.

Kad se sva riba isprži, izvadite je na tanjur, a na istom ulju propirajte kosani luk, češnjak, oguljenu rajčicu, papar, peršin i dodajte octa prema ukusu. U isti umak stavite ribu i pustite da

sve skupa zajedno propirja. Poslužite uz kukuruzne žgance (palentu).

Vrijeme pripreme: oko 50 minuta.



Oslić u Vegetinu umaku

1 kg oslića
2 žlice Vegete
1 list lovora
80 g margarina
40 g brašna
1 svežanj kopra
1-2 dl mlijeka
limunov sok
1 žumance

Osliće izrežite na veće komade i stavite kuhati u vruću vodu kojoj ste dodali Vegetu, lovorov list i limunov sok. Kuhane osliće ocijedite, prelijte umakom koji ste pripremili ovako: na rastopljenom margarinu propržite brašno, dodajte kosani kopar i zalijte mlijekom, pösolite i prokuhajte oko 10 minuta.

Na kraju umiješajte žumance i limunov sok prema ukusu.

Poslužite kao glavno jelo.

Vrijeme pripreme: oko 40 minuta.





Pohane sardele

750 g sardela
sol
2 jaja
100 g brašna
2 dl mlijeka
1 žlica Vegete
ulje za prženje

Sardele očistite, zatim zarežite ribu po dužini, rastvorite

je i pažljivo izvadite kralješnicu, tako da dobijete filet. Filete malo posolite, nakapajte limunovim sokom, uvaljajte u brašno, zatim umočite u pripremljeno tekuće tijesto i pržite u vrućem ulju. Tijesto ćete pripremiti tako da dobro izmiješate jaja, mlijeko, brašno i Vegetu. Dobit ćete smjesu nešto gušću od tijesta za palačinke. Pohane sardele servirajte sa salatnom od krumpira, zelenom salatnom, tartar-umakom ili kriškama limuna.

Vrijeme pripreme: oko 60 minuta.

Savjet: Filete od sardela možete panirati na uobičajeni način s jajima i mrvicama, ali tada morate Vegetu umiješati u jaja.



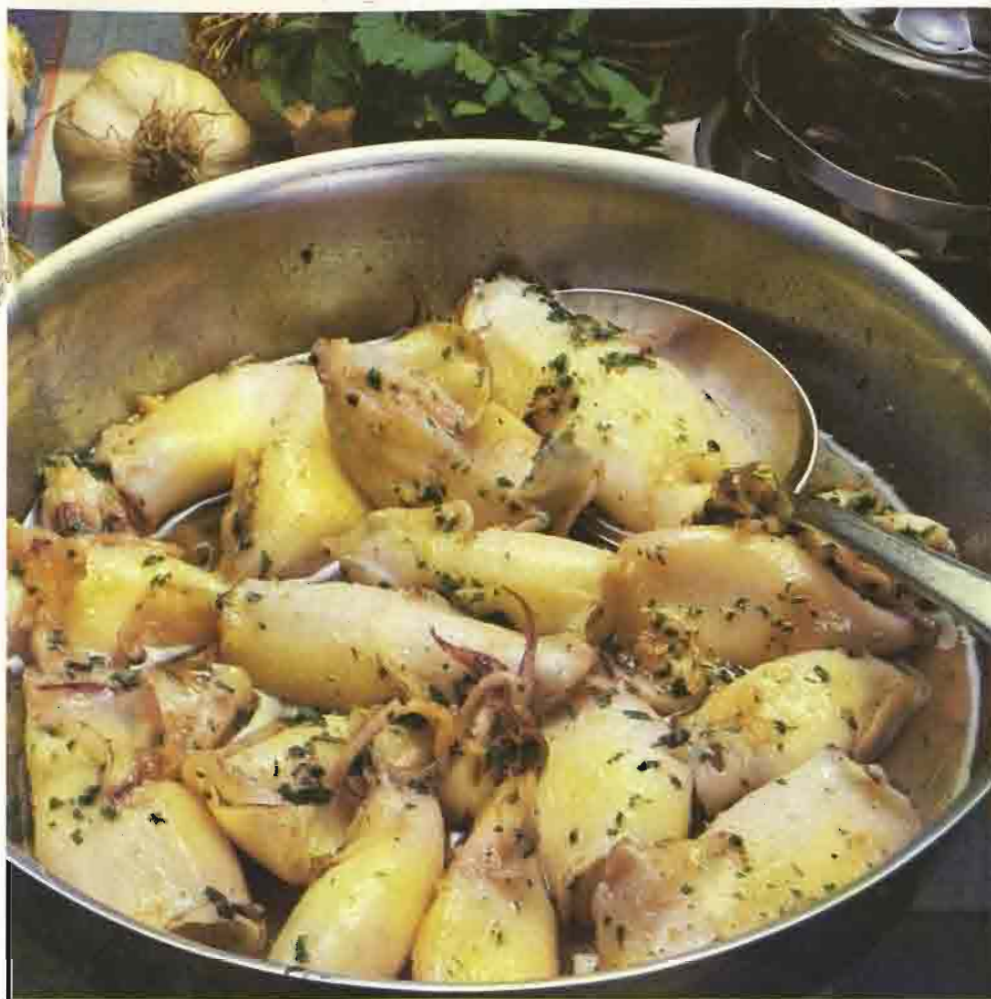
Škampi ala »Orsan«

1 kg škampa
1,5 kg krumpira
100 g ulja
1 vezica peršina
1 glavica luka
4 češnja češnjaka
1 žlica pirea od rajčice
1 dl bijelog vina
papar
2 žlice Vegete

Škampe operite i škarama im odrežite nožice, a s unutarnje strane prorežite. Krumpir ogulite i izrežite na tanke ploške. Na ulje stavite kosani luk da se pirja dok ne omekša, ali ne smije požutjeti. Zatim dodajte kosani češnjak, peršin, žlicu rajčice, pa sve zajedno kratko propirjajte. Na sve to stavite krumpir i škampe. Izmiješajte i prelijte vodom tek toliko da prekrije krumpir i škampe. Pospite paprom i Vegetom pa lagano

kuhajte oko pol sata. Pred sam kraj kuhanja dolijte vino.

Savjet: Umjesto 1 kg škampa možete staviti i 600 g, ako želite uštedjeti na izdacima.



Pirjane lignje

800 g lignja
2 žlice maslinova ulja
2 žlice običnog ulja
1 žlica Vegete
4 češnja češnjaka
peršin, papar, sol

Lignje dobro očistite i operite, pa složite u prikladnu posudu u koju ste stavili maslinovo i obično ulje. Pospite Vegetom, kosanim češnjakom i peršinom, popaprite i posolite po želji. Posudu poklopite i lagano pirjajte dok lignje ne omekšaju. Dok pirjate, nemojte ih miješati, nego posudu povremeno protresite. Tako pripremljene lignje možete servirati tople ili hladne.

Vrijeme pripreme: oko 30 minuta.

Savjet: Lignje nije potrebno dugo pirjati jer će promijeniti boju i postati žilave.



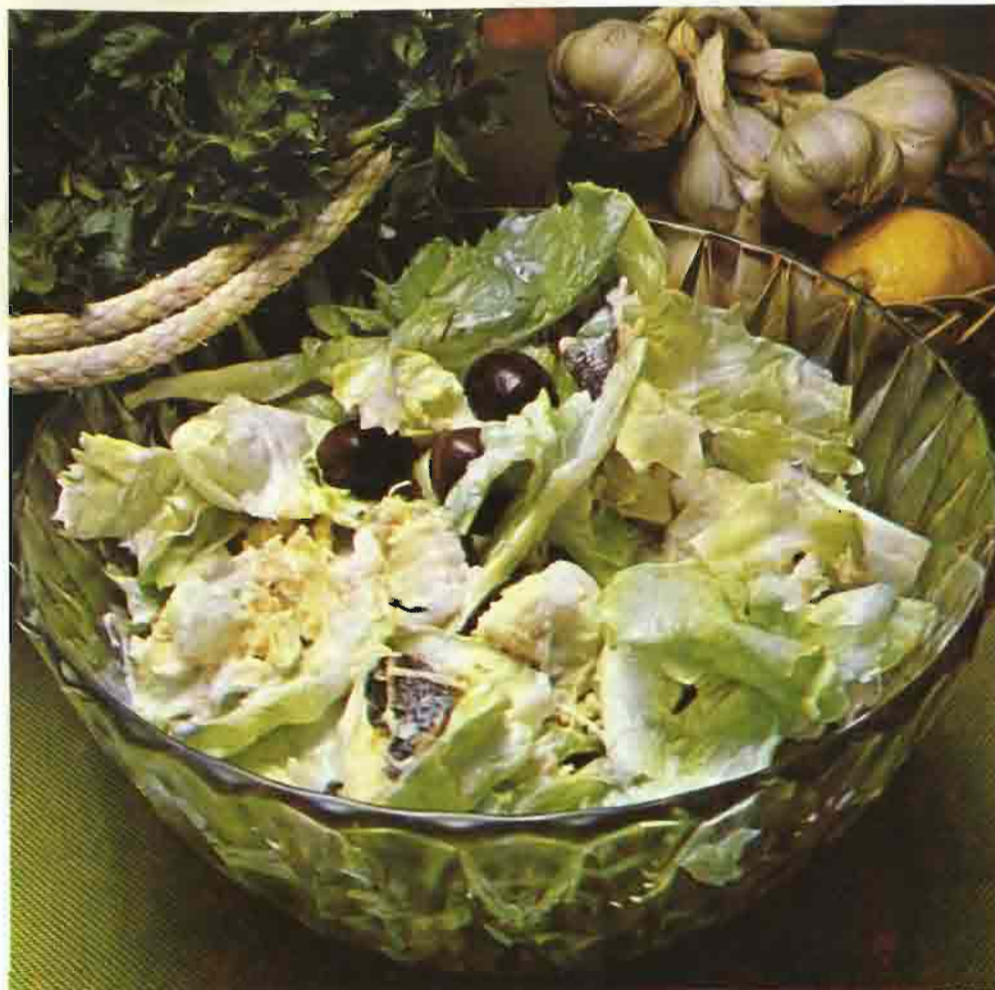
Pastrve s umakom

4 pastrve
20 g brašna
1 dl ulja
20 g maslaca
1 žlica Vegete
ružmarin, sol, papar,
limunov sok
1 dl kiselog vrhnja

Očišćene i oprane pastrve dobro posušite, malo posolite izvana i iznutra, uvaljajte u brašno i stavite da se prže na dobro zagrijano ulje. Ispržene pastrve izvadite na tanjur, a u posudu u kojoj ste ih pržili dodajte maslac, ružmarin, papar, Vegetu, malo limunova soka i vode, pa pustite da prokuha. Na kraju dodajte dobro izmiješano kiselo vrhnje.

Vrijeme pripreme: oko 45 minuta.





Salata od oslića

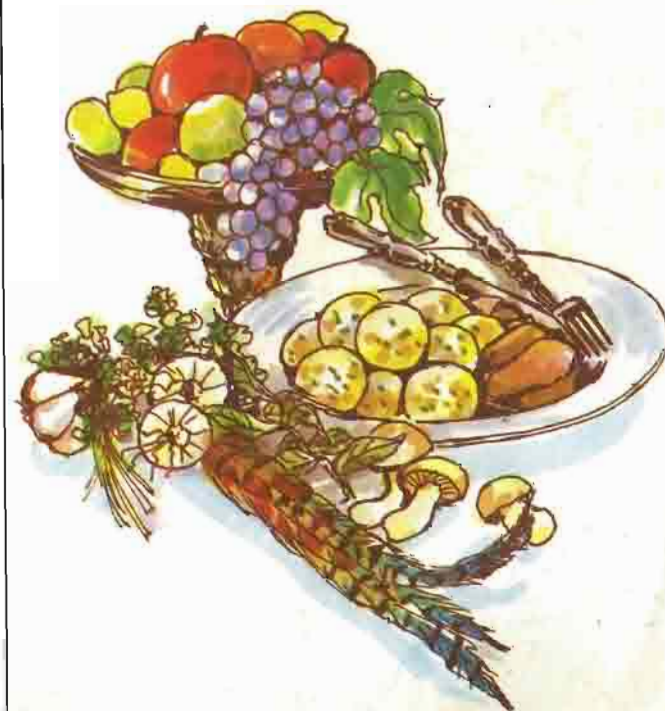
400 g oslića
2 žlice Vegete
2 dl kiselog vrhnja
50–100 g majoneze
sok od 1 limuna
300 g zelene salate
(zimske)
50 g celera

Osliće skuhaite u vodi uz dodatak Vegete. Odijelite meso od kosti i ohladite. Kiselo vrhnje izmiješajte s majonezom i limunovim sokom. Opranu i izrezanu zelenu salatu izmiješajte s ribanim celerom, kuhanim oslićem i prelijte gore navedenim umakom. Servirajte kao hladno predjelo.

Vrijeme pripreme: oko 30 minuta.



Za ljubitelje divljači



Pečeni fazan

1 fazan
150 g suhe slanine
80 g masti
2 žlice Vegete
20 g brašna
2 dl kiselog vrhnja
sol, papar

Očišćenog fazana posolite, popaprite i natrijajte dobro Vegetom. Slaninu izrežite na tanke dugačke ploške, obložite njome fazana i pričvrstite čačkalicama. Na vruću mast stavite obloženog fazana, a za vrijeme pečenja češće ga podlijevajte vodom. Potkraj pečenja dodajte u tepsiju brašno, zalijte s malo vode, pustite da se sve zajedno peče još 15 minuta i zatim prelijte vrhnjem. Nakon nekoliko minuta fazana izvadite iz pećnice i poslužite uz lovačke okruglice, koje ste prelili umakom od pečenja.

Vrijeme pripreme: oko 90 minuta.

Savjet: Za ovo jelo prikladan je samo mladi fazan; starije fazane treba stavljati u rasol.





Junetina na lovački način

500 g junetine
1 žlica Vegete
50 g masti
papar
1 žlica senfa
4 mala kisela krastavca
2 dl kiselog vrhnja
1 žlica brašna

Junetinu izrežite u odreske, istucite batom za meso, popaprite, a jednu stranu pospite Vegetom. Odreske pržite na vrućoj masti, ali najprije onu stranu koja nije posuta Vegetom. Pržene odreske premažite senfom, obložite ploščicama krastavaca, podlijte s pol decilitra vode i prelijte vrhnjem u koje ste prije umiješali brašno. Nakon toga odreske pustite da još kratko prokuhaju pa ih poslužite uz rižu, okruglice i sl.

Vrijeme pripreme: oko 45 minuta.

Savjet: Ako su krastavci pre-kiseli, možete ih prije upotrebe isprati vodom.



Srneći odresci »Aurora«

800 g srnećeg buta
1 žlica Vegete
sol, papar
60 g maslaca
2 žlice ulja
20 g brašna
klinčić
2 dl bijelog vina

1 dl kiselog vrhnja (gustog)
2 jabuke
200 g gljiva (lisičarki)

Meso izrežite na odreske debele 8 mm, pospite ih Vegetom, solju i paprom te svaki umočite u brašno. Tako pripremljene odreske pržite na maslacu 6-8 minuta sa svake strane. Pečene odreske izvadite, a na preostali maslac stavite klinčić, vino, malo vode, papar i gusto kiselo vrhnje.

Odreske složite na toplu pliticu, na njih stavite pirjane gljive i zalijte umakom. Garnirajte pečenim jabukama i brusnicama.





Pirjani zec iz rasola

Rasol:

20 zrna papra
2,5 dl octa
2 žlice Vegete
100 g mrkve
10 klinčića
5 listova lovora

1 zec
100 g masti
100 g suhe slanine
1 limun
40 g brašna
5 kocaka šećera

U octenu vodu stavite papar, Vegetu, klinčiće, lovor, sol, mrkvu izrezanu na kolutiće i kuhajte oko 1 sat. Očišćenog zeca razrežite na veće komade, složite u zdjelu i prelijte ohlađenim rasolom. Nakon 3-4 dana izvadite zeca iz rasola, nabodite ga slaninom i stavite u vruću pećnicu da se peče. Umak pripremite ovako: na vruću mast stavite mrkvu i ostale začine iz rasola, kratko propirajte, dodajte brašno i šećer, pa pustite da požuti, zalijte rasolom i kuhajte petnaestak minuta, pa onda sve propasirajte. U propasirani umak složite pečenog

zeca, dodajte izrezanu limunovu koru i soka prema potrebi. Sve kratko prokuhajte i poslužite uz okruglice »Cmok«.

Vrijeme pripreme: oko 80 minuta.

Savjet: Ovo ukusno i ekonomično jelo preporučujemo kao specijalitet u zimskim mjesecima.

Sadržaj

Začini i dodaci u prehrani	7
Mali obrok — veliko iznenađenje	9
Jetrica u pikantnom umaku	10
Hrustavci od mozga	12
Kroketi od kajgane	13
Pohane palačinke	14
Makaroni ala marinara	15
Savijača od kiselog zelja	16
Okruglice s kobasicom	17
Domaći rižoto	18
Mediteranska salata	19
Rajčice s jajima	21
Vegetin omljet	21
Umak od gljiva	22
Jaja u kruščiću	23
Vikend-jetrica	24
Pileći paprikaš	25
Nabujak od kelja	26
Rižoto s gljivama	27
Nadjeveni krumpir	28
Gratinirana jela	29
Gratinirana cvjetača	30
Zapečene palačinke	31
Musaka od rezanaca	32
Punjeni patlidžani	33
Gratinirani odresci	34
Specijaliteti sa sirom	35
Punjene palačinke	36
Bifteč iznenađenja	38
Topli sendviči	39
Zapečeni kelj pupčar	40
Ohridske paprike	41
Kroketi	42
Mesni specijaliteti	43
Janjetina iz rasola	44
Janjetina sa senfom	46
Odrezak na kruhu	47
Ragu od janjetine	48
Pileći odresci u umaku	49
Pikantni odrezak	50
Kosani pileći odresci	51
Piletina sa zelenom paprikom	52
Veliki ražanj	53
Punjena pileća prsa	54
Vegetin biftek	55
Mesne rolade	56
Svinjetina s hrenom	57
Piletina na bečki način	58
Svečani kulinarski doživljaji	59
Kokoš u brodetu	60
Jastučići od junetine	62
Vegetina biskvitna rolada	63

Pečena patka	64
Pile na proljetni način	65
Flambirani biftek	66
Teleći savici	67
Polpetone	68
Velike pečenke	69
Rolada od janjetine	70
Vegetina hladna pečenka	72
Purica s kiselim kupusom	73
Križna pečenka	74
Pečenka s hrenovkama	75
Patka s maslinama	76
Aromatični svinjski kare	77
Proljetna guska s prilogom	78
Pečenka vu vrećici	79
Punjena teleća prsa	80
Tragom starih recepata	81
Musaka od kiseloga kupusa	82
Govedina na poseban način	83
Kotlovina	84
Janjeća kapama	85
Piroške	86
Mornarski složenac	87
Đuveč s piletinom	88
Rupice	89
Kobasice	90
Gravče-tavče s porilukom	91
Govedina na dalmatinski način	92
Jela sa žlicom — složenci	93
Seljački složenac	94
Lonac s janjetinom	96
Kaubojski grah	96
Vinski gulaš	98
Povrće na poseban način	99
Makedonska zakuska od graha	100
Fini prilog od graha	101
Košarice od paprika	102
Musaka od pohanih paprika	103
Povrtni odrezak	104
Nabujak od špinata	105
Varivo od krastavaca	106
Pohani poriluk	107
Odresci od blitve	108
Specijaliteti iz rijeke i mora	109
Složenac sa šaranom	110
Riba na dunavski način	111
Riba na lešo	112
Pijeskavica od ribe	113
Ribarski brodet	114
Oslić u Vegetinu umaku	115
Pohane sardele	116
Škampi ala »Orsan«	117
Pirjane lignje	118
Pastrve s umakom	119
Salata od oslića	120
Za ljubitelje divljači	121
Pečeni fazan	122
Junetina na lovački način	124
Srneći odresci »Aurora«	125
Pirjani zec iz rasola	126

