



Norway
grants

Szef Kuchni
ARCHE
HOTEL PIŁA
Poleca!

Zupa Królewska

Kocioł 10 l

Warzywa kroimy i przesmażamy, a potem do garnka z wodą wrzucamy. Przypraw garść dorzucamy i do wrzenia doprowadzamy.

Ziemniaki 1 kg
Marchew 2 kg
Pietruszka korzeń 1 kg
Cukinia 1 kg
Cebula biała 1 kg
Cebula czerwona 1 kg
Czosnek 1 główka
Fasola szparagowa 1 kg
Brukselka 1 kg
Pomidor 3 kg

Przyprawy z chłopskich pól i lasów, dobrane do smaku.

Przyprawy od nadwornego kucharza – liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól, papryka słodka, oregano, bazylija

Warzywa kroimy i przesmażamy, a potem do garnka z wodą wrzucamy. Przypraw garść dorzucamy i do wrzenia doprowadzamy. Możemy użyć dowolnych warzyw, które posiadamy.

Do smaku przed podaniem: można wlać śmietanki, poproszyć koprem lub dodać grzanki.



Norway
grants

Szef Kuchni
ARCHE
HOTEL PIŁA
Poleca!

Smażony ryż z warzywami po azjatycku

Liczba porcji: 3

Składniki:

3 łyżki sosu sojowego jasnego

250 g ryżu

1 marchewka, pokrojona w małą kostkę lub startą na tarce

2 jajka

¼ cebuli, pokrojona w małą kostkę

2 ząbki czosnku, drobno pokrojone

2 łyżki zielonego groszku (mrożonego lub z puszki)

¼ czerwonej papryki; pokrojona w małą kostkę

2 łyżki oleju, do smażenia

szczypta czarnego pieprzu

Do przygotowania dania możesz wykorzystać swoje ulubione warzywa.

Ryż ugotuj na sypko lub użyj ryżu z poprzedniego dnia.

Rozgrzej olej na patelni i podsmaż przez 2 minuty czosnek oraz cebulę. Wbij jajka i zetnij je na patelni.

Dodaj warzywa i smaż przez kolejne 2 minuty, mieszając od czasu do czasu. Dodaj ryż, sos sojowy i całość podsmażaj przez 8 minut na patelni. Na koniec dopraw pieprzem, przed podaniem można posypać nasionami.



Piłski
Bank Żywności



MARCHEW
RESTAURACJA



Norway
grants

Szef Kuchni
ARCHE
HOTEL PIŁA
Poleca!

Muffinki marchewkowe

300g mąki pszennej
100g cukru
2 łyżeczki cukru waniliowego
2jajka
150ml wody mineralnej
100ml oleju
2 łyżeczki proszku do pieczenia
1 duża marchew - starta na małych oczkach

W jednej misce wymieszać mąkę, cukier, cukier waniliowy i proszek do pieczenia.

W drugiej misce wymieszać trzepaczką gazowaną wodę mineralną, olej i jajka.

Następnie wymieszać trzepaczką składniki z obu misek. Nie mieszać długo, lecz tylko do momentu połączenia się składników. Na końcu wmieszać delikatnie szpatułką startą marchewkę.

Formę na muffinki wyłożyć papilotkami. Ciasto nałożyć do papilotek.

Muffinki piec w nagrzanym piekarniku ok. 30 minut, do suchego patyczka, w temperaturze 180°C (grzałka góra- dół). Studzić przez parę minut przy uchylonych drzwiczkach piekarnika. Następnie wyciągnąć na kratkę i pozostawić do całkowitego ostygnięcia.

