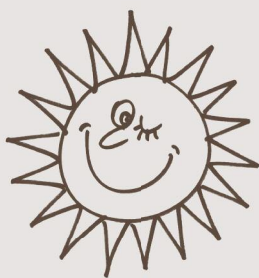




ŽILINSKÝ
TURISTICKÝ
KRAJ



Recepty starých materi



Výroba korbáčikov

Príprava: Mlieko si ohrejeme na vlažnú teplotu. Po prihriatí vlejeme do mlieka syridlo (0,02 dcl na 10 l mlieka). Všetko spolu premiešame a necháme chvíľku stáť. Keď sa mlieko skľagá vodu zlejeme a necháme kysnúť do tej doby, kým sa nám syr neťahá (cca 6 hod).

Ak je syr dostatočne nakysnutý nakrájame ho na menšie kúsky do drevej varešky, ktorú máme ponorenú do vriacej vody. Druhou vareškou dávame syr do kopy, keď sa nám syr spojí, začíname z neho ťahať tenké nite, ktoré dávame do studenej vody. Vytiahnuté syrové nite namotáme okolo drevenej dosky (dlhšej cca 25-30 cm), na jednom konci ich prerežeme. Nite osolíme a potom ich zapletáme na korbáče. Ak sa nám to nepodarí, syr môžeme natlačiť do formy a urobiť si syrové srdiečka, kohútiky a pod.

Podobným spôsobom sa spracovával aj ovčí syr, ten sa nechal stieť zo žinčice. Syr sa mlel na mlynkoch alebo sa vyrábala ručne, pridala sa soľ a bola z toho bryndza, ktorá sa nakladala podobným spôsobom ako kapusta do kamenárov, kde vydržala aj niekoľko týždňov.



Bryndzové halušky

1 kg zemiakov
300 g bryndze
1 lyžička soli
na špičku noža čierne mleté korenie

300 g polohrubej múky
1/4 masla
200 g údenej slaniny, masť

Príprava: Zemiaky postrúhame na najjemnejšom strúhadle, osolíme, okoreníme, pridáme múku a vareškou vypracujeme cesto. Vo väčšom hrnci dáme variť osolenú vodu a na haluškární alebo na drevenú dosičku po častiach cesto nožom hádzeme do vriacej vody. Keď vyplávajú na povrch, necháme ich ešte tak 1 – 2 minúty povariť a skúsime, či je zemiak v ceste uvarený. Uvarené halušky vyberáme dierovanou naberáčkou do iného hrnca. Na halušky rozmrvieme bryndzu a na plátky nakrájané maslo. Všetko zmiešame. Dochutíme soľou. Na kocky nakrájanú slaninu opražíme v trocha masti skoro na oškvarky. Bryndzové halušky dáme na tanier, polejeme opraženou slaninkou a trochou masti.



Bryndzové pirohy

zemiaky
vajcia
polohrubá múka špeciálna
bryndza

maslo
slanina
petržlenová vňať alebo pažitka
soľ

Príprava: Najskôr si uvaríme zemiaky podľa toho, aké množstvo chceme variť. Uvarené zemiaky pretlačíme, pridáme podľa potreby múku, vajcia, soľ a vypracujeme cesto tak, aby sa nelepilo. Potom ho vyvalkáme na hrúbku pol centimetra, vykrojíme štvorce podľa vlastného uváženia, alebo vykrojíme formičkou na pirohy. Na každý štvorec vložíme lyžicou vypracovanú plnku, ktorá sa urobí nasledovne: bryndzu, trochu masla a nakrájanú petržlenovú vňať alebo pažitku zmiešame v miske. Potom štvorce uzatvoríme pevne z obidvoch krajov alebo to robíme formičkou, ktorou sa to dá stlačením zatvoriť. Takto pripravené pirohy hádzeme do vriacej vody, sem-tam podľa potreby pomiešame a keď vyvierajú von, vyberieme ich. Podľa chuti ich v mise polejeme rozpusteným maslom alebo opraženou slaninou a v prípade masla posypeme i niektorou z vňať. Podávame so sladkým alebo kyslým mliekom.



Žgance

0,5 l vody
šálka najdrobnejších krúpkov
hladká múka
soľ

Posýpka:
bravčová masť
100 g bryndze
2 dl mlieka
pažitka alebo kôpor

Príprava: V osolenej vode necháme dohusta uvariť krúpkov, zatrepeme ich preosiatou múkou a opatrne uvaríme hustú kašu. Bravčovú masť roztopíme a polievkovou lyžicou, ktorú namáčame v masti, naberaíme z kaše a na drevenú tabuľu z lyžice vyklápame hromádky – žgance (v minulosti nenamáčali lyžicu do masti, ale do studenej vody a žgance ukladali na čistú plachtu namočenú v studenej vode). Žgance necháme trochu vychladnúť, potom ich poukladáme do misy tak, aby bol každý osobitne, pomrvíme na ne bryndzu a polejeme opraženou slaninkou, ktorú zalejeme mliekom. Nakoniec posypeme posekanou pažitkou alebo kôprom.

Bjaloš bryndzový

500 g polohrubej múky
1 vajce
1 lyžica bravčovej masti
soľ

masť na vymastenie plechu na pečenie

Kvások:

trochu mlieka
polievková lyžica múky
kúsok droždia
štipka cukru

Príprava: Z mlieka, preosiatej a na izbovú teplotu zohriatej múky, droždia a štipky cukru urobíme kvások, ktorý necháme na teplom mieste podkysnúť. Po vykysnutí zmiešame so zvyšnou múkou a vajcom, pridáme masť a vypracujeme cesto, z ktorého vyformujeme dva bochníky. Položíme ich na vymastený plech na pečenie, cesto dlaňou rozotrieme, potrieme bravčovou masťou a ešte necháme podkysnúť. Potom jeden bjaloš potrieme osolenou plnkou a posypeme pažitkou, druhý potrieme plnkou bez soli a navrchu posypeme cukrom. Dáme piecť do vyhriatej rúry doružova; ak cesto praská, znížime teplotu.

Plnka: Bryndzu zmiešame s uvarenými a popučenými zemiakmi, kyslým mliekom a vajčkom. Do jednej polovice bryndzovej plnky vmiešame štipku soli, druhú nesolíme.



Bryndzové pagáče

500 g hladkej múky
200 g bryndze
150 g masti
2 vajcia
soľ

rasca
jedlá sóda
smotana alebo 2 dl plnotučného mlieka

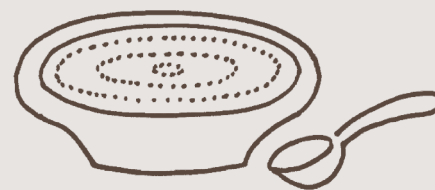
Príprava: Na dosku preosejeme múku, v nej urobíme jamku, vložíme bryndzu, masť, vajčko, soľ, jedlú sódu a smotanu alebo mlieko. Vypracujeme tuhé cesto, ktoré necháme aspoň dve hodiny odpočinúť. Cesto vyvalkáme, trikrát preložíme, znovu vyvalkáme a pohárikom vykrajujeme pagáčiky. Potrieme vajčkom, posypeme rascou a v rozohriatej trúbe upečieme do ružova.

Bryndzová polievka

500 g zemiakov
250 g bryndze
0,5 l mlieka
20 g masla

soľ
pažitka
kôpor alebo opražená slaninka

Príprava: Bryndzu rozmiešame s maslom a mliekom. Dáme variť zemiaky. Keď sú takmer uvarené, pridáme pripravenú zmes bryndze. Zohrejeme, odstavíme pred bodom varu. Ozdobíme posekanou pažitkou, kôprom alebo slaninkou. Na zjemnenie možno pridať trochu smotany alebo kyslej smotany.



Bryndzová nátierka

maslo
bryndza

cibuľa
sladká červená paprika

Príprava: Maslo vymiešame, pridáme bryndzu, nakrájanú cibuľu, červenú papriku a zmiešame. Necháme 2-3 hodiny stať, potom natierame na čerstvý chlieb alebo pečivo.



Bryndzové tyčinky

1 šálka pšeničnej múky
1 čajová lyžička horčice
6 polievkových lyžíc masla
1 šálka bryndze

1 vajce
mlieko
štipka soli

Príprava: Rozmiešame 6 polievkových lyžíc masla a pridáme k nemu šálku bryndze, celé rozšľahané vajce, trochu mlieka, múku, horčicu a štipku soli. Zmes zmiešame na hladké cesto. Na doske urobíme z cesta tyčinky. Tie rovnomerne rozložíme na pekáči a pečieme približne 10 minút pri teplote 190 °C.

Mrvienka s bryndzou

Príprava: Dáme variť do posolenej vody na drobno pokrájané očistené zemiaky. Keď sú zemiaky uvarené, pridáme mrvenicu, na drobno pomrvené tvrdé cesto pripravené z hrubej múky a vajíčka. Keď je cesto vlna uvarená, polievku odstavíme a pridáme pomrvenú bryndzu. Polievku možno konzumovať v letných dňoch aj studenú.



Bryndzový koláč kysnutý

300 g polohrubej múky
10 g droždia
50 g tuku
1 vaječný žltok
2 dl mlieka
30 g masla
cukor
sol'

Plnka:
200 g bryndze
120 g varených zemiakov
1 vajce
3-5 polievkových lyžíc kyslej smotany
pažitka
1 polievková lyžica krupice
sol'

Príprava: Do teplej múky pridáme sol', vykysnutý kvások, žltok a teplé mlieko. Cesto dobre vypracujeme a necháme na teplom mieste vykysnúť. Potom ho rozdelíme na polovičky, vytvoríme gule, ktoré rozvalkáme na tenko a dáme na dobre vymastený plech. Na cesto rozotrieme náplň, kraje potrieme rozpusteným maslom a nakysnuté koláče do ružova upečieme.



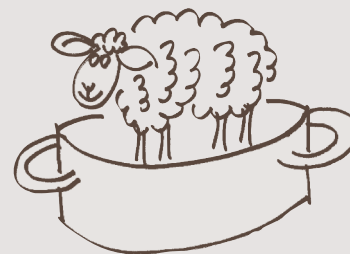
Bryndzovníky

400 g krupice
150 g droždia
2 dl mlieka
40 g tuku
1 vaječný žltok
250 g bryndze

Príprava: Do preosiatej múky pridáme vo vlažnom mlieku rozmiešané droždie, tuk, žltok, sol' a vypracujeme polotuhé cesto, ktoré necháme v teple vykysnúť. Potom cesto rozdelíme na 16 rovnakých dielov, ktoré na doske zagulátíme a dáme na omastený plech. Uprostred cesta vytlačíme jamku, do ktorej vložíme bryndzu rozotrenú so smotanou a upečieme.

Baranina na divoko

Príprava: Baranie stehno vykostíme a vložíme ho do nálevu „pácu“, ktorý si pripravíme z koreňovej zeleniny, ktorú predvaríme v osolenej octovej vode. Nálev necháme vychladnúť a ponoríme mäso, ktoré tam necháme najmenej 24 hodín. Rozpražíme maslo a opečieme kusy mäsa, pridáme pokrájanú zeleninu z nálevu, celé čierne korenie, bobuľky borievky, bobkový list, dusíme a podlievame teplou vodou. Keď je mäso mäkké vyberieme ho, vo výpeku roztláčime alebo rozmixujeme zeleninu a pridáme zátrepok z kyslej smotany. Necháme povrieť a ochutíme trochou bieleho vína. Podávame s knedľou.



Brmbol

Príprava: Oškrabané, na kocky pokrájané zemiaky dáme variť do mierne osolenej vody. Pridáme málo korenia a papriky. Keď sú takmer uvarené, hádžeme k nim do viacej vody halušky z redšieho cesta, pripraveného z múky, vajca a vody a krátko povaríme. Uvarené jedlo zahustíme zátrepkou z 2 dcl vody a lyžice múky.



Chábovica

3/4 kg bielej kapusty
5-6 stredných zemiakov
hrst' sušených húb
1-2 polievkové lyžice masti
2-3 polievkové lyžice hladkej múky
sol'
rasca
čierne korenie

Príprava: Kapustu pokrájame na obdĺžničky cca 2 x 1 cm, v hrnci zalejeme studenou vodou, pridáme sušené huby, na kocky pokrájané zemiaky, trochu celej rasce a uvaríme do mäkka. Zvlášť pripravíme zäsmažku z masti a hladkej múky, zalejeme studenou vodou a po prevarení vlejeme do hrnca s kapustou, posolíme a necháme cca 5 min. spolu variť. Podľa chuti je možné pridať čierne korenie.

Kabáč – mäteník s kyslou kapustou

1 kg hladkej múky
4 dkg droždia
2 hrste kyslej kapusty

15-20 dkg údenej slaniny
2 kávové lyžičky soli
2 dcl vlažnej vody

Príprava: Múku preosejeme, zmiešame so soľou, pridáme kvások a postupne vodu. Vypracujeme cesto, ktoré by nemalo byť ani tuhé, ani príliš riedke a necháme kysnúť. Do vykysnutého cesta vmiešame pokrúpanú slaninu a kyslú kapustu a rozotrieme na menší plech. Pečieme vo vyhriatej rúre približne 1 hodinu. Po upečení potrieme vlažnou vodou a prikryjeme servítkou, aby kabáč odvlhol.



Párnický matrtúch

Príprava: 2 väčšie hrste kyslej kapusty dáme do vandlíka a zalejeme asi 2 dcl vody. Pridáme 1 vajce, 1 kávovú lyžičku soli a asi 40 dkg polohrubej múky. Pridáme 1 prášok do pečiva. Cesto vymiešame. Musí mať hladkú konzistenciu. Cesto vylejeme na vymastený plech a pečieme 40-45 minút na 200 °C. Tesne pred dopečením posypeme nakrájanou slaninkou. Na zvýraznenie chuti potrieme pred dopečením pravým maslom.



Džatky

1600-1800 g zemiakov (asi 12 stredne veľkých)
300-400 g hrubej múky (môže byť aj hladká)
60 g masti (masla)
60 g údenej slaniny
90 g cibule
voda
sol'



Príprava: Zemiaky ošúpeme, pokrájame na kocky a varíme v osolenej vode. Pred dovarením zlejeme tak, že časť vody necháme. Posypeme múkou a necháme prevrieť. Nemiešame! Odstavíme a múku so zemiakmi potlačíme tak, aby vznikla mäkká zmes. Špeciálnym spôsobom v rukách ušľáme väčšie kusy, z ktorých odtrháme kúsočky a kladieme ich do misky. Druhý spôsob vytvárania džatiek je ten, že lyžicou vyberáme malé kúsky, ktoré kladieme do misky. Lyžicu namáčame do vody, v ktorej sa varili zemiaky. Džatky prelejeme maslom alebo opraženou cibuľou so slaninou. Môžeme k tomu servírovať kyslé mlieko.

Lefeta s haluškami

600 g zemiakov
32 g slaniny
1-2 vajcia
rasca
mleté korenie
majorán
cesnak
cibuľa
sol'

Halušky:
4 väčšie zemiaky
2 vajička
hladká múka

Príprava: Lefeta: Očistené zemiaky dáme variť, posolíme, pridáme rascu, cibuľu a korenie. Necháme variť, kým sa zemiaky skoro rozvaria, popučíme. Do vriaceho vlejeme rozhabarkované vajička, cesnak. Slaninu nadrobno nakrájame a opražíme, pridáme červenú papriku. Pridáme do zemiakov a zavaríme. Halušky: 4 väčšie zemiaky postrúhame, pridáme dve vajička a postupne vmiešavame hladkú múku tak, aby cesto bolo primerane husté a pritom sa nerozvarilo, keď ho budeme variť. Podľa chuti pridáme soľ. Pripravené cesto z dreveného lopára po jednej haluške lyžicou hádzeme do vriacej vody. Halušky si povrú asi tak minútku-dve a keď vystupujú na hladinu, precedíme.



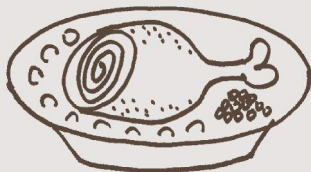
Bravčové bačovské kapsy

600 g bravčové karé
sol'
mleté čierne a mleté nové korenie
1 cibuľa
špáradlá
masť
hrst' hrubej múky

Plnka:
sterilizovaný hrášok
1 dobre vyúdená klobása
1-2 parenice nakrájané na plátky
1 rožok
2 vajcia
1 strúčik cesnaku
sol'
čierne korenie
posekaná petržlenová vňať

Príprava: Z bravčového karé vytvoríme kapsy, ktoré naklepeme, osolíme, okoreníme mletým novým a čiernym korením z oboch strán a opečieme na masti z oboch strán, aby sa mäso zatiahlo. Do vychladnutého mäsa dávame plnku s plátkom parenice do stredu plnky. Kapsy prepichneme špáradlami. Na masti, kde sme mäso opekali, dáme nadrobno nakrájanú cibuľu a necháme speniť. Pridáme naplnené kapsy a dusíme. Občas podlievame horúcou vodou. Keď sú kapsy mäkké zahustíme omáčku trochou hrubej múky jemným sypaním a premiešavame do zhutnutia.

Plnka: Rožok nakrájame na drobné kocky, pridáme sterilizovaný hrášok, cesnak, soľ, korenie, klobásu nakrájanú na kocky, posekanú petržlenovú vňať a nakoniec pridáme vajcia na spevnenie plnkovej hmoty.



Glce, kapusta, pečená bravčovina (žilinská špecialita)

1 kg hrubej múky
2-3 vajcia
soľ
voda
rasca
1 kg kyslej kapusty
2-3 surové zemiaky

1 polievková lyžica masti
1 polievková lyžica hladkej múky
1 kg bravčovej lopatky
3 stredne veľké cibule
4-5 strúčikov cesnaku
červená paprika

Príprava: Kyslú kapustu v hrnci zalejeme asi 3/4 l studenej vody a dáme variť. Zvlášť pripravíme bledú zásmažku z masti a hladkej múky, zalejeme studenou vodou, prilejeme ku kapuste (zásmažky nesmie byť veľa) a na jemno postrúhané obielené zemiaky, ktoré za stáleho miešania tiež pridáme ku kapuste. Necháme cca 5 minút povariť, prípadne dosolíme podľa chuti. Hotová kapusta nesmie byť veľmi hustá. Bravčovú lopatku pokrájame na plátky a poukladáme na pekáč, posolíme, poprášime červenou paprikou a posypeme rascou. Cibulu a cesnak pokrájame na plátky a posypeme na mäso, podlejeme vodou (ak je mäso veľmi chudé môžeme pridať 1-2 polievkové lyžice masti) a prikryté dáme piecť do rúry. Pred dopečením na chvíľu odokryjeme, aby mäso a cibuľa s cesnakom dostali peknú farbu. Do hlbšej misky preosejeme múku, pridáme celé vajčička, posolíme a pridáme toľko studenej vody, aby sa nám dalo vymieľať cesto (nesmie byť ani husté ani riedke). Do veľkého hrnca dáme variť posolenú vodu a rukou do vriacej vody kladieme glce – „knedle“ veľké asi ako menšia päst. Vareškou ich jemne oddelíme od dna, aby sa neprichytili. Doba varenia je podľa veľkosti glcov. Uvarené vyberieme a každú prekrojíme.

Tip: Toto je verzia jedla na zimu, v lete sa podávali glce s pečeným mäsom a šalátom zo surovej hlávkovej kapusty (kapusta na fliacky, cibuľa nadrobno a sladkokyslý nálev – odležať pár hodín) alebo s klasickou dusenou červenou kapustou.

Liptovské droby (jaternice plnené strúhanými zemiakmi)

hrubé jaternice (bravčové črevá)
očistené zemiaky
bravčová masť
cesnak

majoránka
soľ
mleté korenie

Príprava: Zemiaky sa nastrúhajú ako na placky, pridá sa cesnak, mleté korenie, soľ, majoránka, troška roztopenej horúcej bravčovej masti, všetko sa spolu zamieša. Touto hmotou sa naplnia čisto umyté bravčové črevá. Dajú sa asi na 15 minút variť do viacej vody, po uvarení sa na pekáči v horúcej rúre upečú do červena.



Kacafrc

päť stredne veľkých zemiakov
dve hrsti kyslej kapusty
rasca
soľ
majoránka

olej
paprika
bobkový list
celé korenie

Príprava: Do vody dáme variť nadrobno pokrúpané zemiaky, pred zavretím ochutíme soľou, rascou, majoránkou, bobkovým listom a celým korením. Pridáme kapustu aj so šťavou a varíme do mäkka. Po dovarení zapražíme zápražkou z oleja a červenej papriky. Podávame s chlebom.



Úhrabky

1,5 kg zemiakov
250 g hladkej múky
250 g kyslej kapusty
40 g masti
60 g údenej slaniny

100 g cibule
čierne korenie
voda
soľ

Príprava: Z polovice múky a zemiakov pripravíme halušky, podobne ako strapačky. Druhú polovicu zemiakov uvaríme v šupke, olúpeme a pokrájame na kolieska. Na masť dáme pokrúpanú slaninku s cibuľkou, popražíme, pridáme pokrúpanú kyslú kapustu, pokrúpané zemiaky, uvarené halušky, posolíme, okoreníme a spolu popražíme.

Šúľance

Príprava: Varené zemiaky sa natreli na hladkú kašu, museli byť studené, do nich sa dala múka aká bola taká, alebo hrubá, alebo hladká, neskôr sa dávala len polohrubá. Jedno vajíčko, všetko sa zmiešalo, urobilo sa tuhé cesto, z ktorého odtrhávali kúsky cesta, šúľali ich na malé tenšie valčeky. Varili sa v slane vode a po uvarení sa dochucovali, makom, maslom, tvarohom, mletou škoricou. Keď sa v nedelu varila hovädzia, alebo kuracia polievka tak sa navarili také hrubé rezance. Navarilo sa ich viac a mali ich aj na druhý deň, jedli sa zaliate mliekom a omastené maslom. Tieto rezance varili aj v týždni a dochucovali ich makom, maslom, tvarohom.



Pečené buchty starej matere

1 kg polohrubej múky

3 polievkové lyžice kryštálového cukru

1 kávová lyžička soli

1 prášok do pečiva

3 dcl tuku

mlieko

2 žĺtky

40 g droždia

Plnka:

tvaroh

200 g práškového cukru

25 g vanilkového cukru

10 g citrónovej kôry

1 žĺtok

50 g sušených hrozienok

Príprava: Všetky suroviny zmiešame (samozrejme okrem plnky) a vypracujeme na hladké cesto. Cesto vyvaľkáme a vykrajujeme podľa fantázie na štvorce alebo kruhy. Na vykrojené kúsky vkladáme plnku podľa chuti (tvaroh, mak, lekvár, orechy), okraje spojíme a buchty „zavrieme“. Naplnené buchty poukladáme na plech a necháme kysnúť cca 30 min. Pred pečením buchty potrieme olejom, pečieme cca 30 min. v trúbe pri 160 °C.



Fazuľová polievka s kapustou

300 g suchej fazule

3 g bobkový list

100 g bravčovej masti (či iný tuk, olej)

100 g hladkej múky

20 g soli

3 g čierne mleté korenie

200 g mlieka

100 g smotany

200 g cibule

300 g kyslej kapusty

10 g mletej sladkej papriky

50 g cesnaku

cca 2.500 ml vody

Príprava: Fazuľu večer namočíme do studenej vody a necháme ju do ďalšieho dňa napučať. Vo vode varíme fazuľu domäkka. Na tuku opražíme nadrobno nakrájanú cibuľku do zlatova, pridáme kyslú kapustu, mletú papriku a pretlačený cesnak, podlejeme vodou a dusíme do mäkka. Keď je kapusta udusená a fazuľa uvarená – zmiešame, pridáme vodu, za varu zahustíme zátrepkou (hladká múka do hladka rozmiešaná s vodou alebo mliekom). Nakoniec pridáme mlieko a smotanu, dochutíme soľou a korením, chvíľu necháme povariť.



Haruľa – zemiaková baba

1 kg zemiakov

80 g hladkej múky

údenej slaninky podľa chuti

trocha masti

sol'

cesnak

cibuľa

majorán

mleté čierne korenie

Príprava: Očistené surové zemiaky postrúhame, pridáme múku, rozotretý cesnak, soľ, korenie, majorán, postrúhanú cibuľku zapenenú na slaninke, riadne premiešame a dáme na dobre vymastený pekáč upiecť do rúry. Môžeme vrch poliať trochou oleja, aby bola haruľa chrumkavejšia.



Lokše

Príprava: V šupke uvarené zemiaky očistíme, ešte teplé postrúhame, pridáme múku a posolíme. Cesto sformujeme do valca a pokrájame na kolieska. Na pomúčenej doske kolieska rozvaľkáme na tenké placky. Pečieme ich na horúcej platni. Hotové z obidvoch strán potrieme maslom, alebo masťou. Môžeme naplniť bryndzou alebo lekvárom.

Huspenina

1/2 bravčovej hlavy
2 nožičky
predné kolená
1 chvostík
1 kg bravčových koží
voda

soľ
cesnak
celé čierne korenie
ocot
cibuľa

Príprava: Bravčovú hlavu, nožičky, kolená, kože a chvostík očistíme, umyjeme a dáme variť do nádoby, v ktorej je dvakrát viac vody ako mäsa. Do pláteného vrecúška vložíme očistený cesnak, celé čierne korenie a dáme do vody, ktorú sme osolili. Vodu privedieme do varu a potom ďalej varíme len pozvoľna a zbierame penu. Keď sa kosti dajú oddeliť všetko vyberieme, oddelíme mäso, vývar precedíme a dáme znovu variť. Keď zovrie, mäso poukladáme na dno hlbokých tanierov alebo misiek a zalejeme vývarom. Nádoby odložíme do chladu a pred podávaním pokvapkáme octom a ako prílohu dáme cibuľu. Huspeninu robievali v minulosti najčastejšie na fašiangy.



Zemiakové placky

Príprava: 5 väčších surových ošúpaných zemiakov, väčšiu cibuľu a 2 – 3 strúčiky cesnaku najemno postrúhame, pridáme soľ, 1 vajce, za lyžicu hladkej múky, lyžičku rasce, lyžičku majoránky a spolu zmiešame. Z cesta pečieme v panvici na oleji alebo bravčovej masti menšie alebo väčšie placky. Výborné sú aj pečené na plechu v rúre.

Štrúdl'a

Príprava: Na cesto použijeme rovnaké množstvo hladkej múky a rovnaké množstvo polohrubej. Do nádoby si dáme trochu teplej vody a v nej rozpustíme guľôčku masla, pridáme jedno žĺtko a trochu soli, rozšľaháme a zamiesime múku na cesto. Cesto musíme dobre vypracovať na voľnejšiu konzistenciu, dvíhaním a udieraním o dosku. Vypracované cesto podsypeme hrubou múkou na doske, prikryjeme teplou nádobou a necháme odpočívať. Pripravíme si plnku – jablkovú, tvarohovú, makovú, orechovú. Prikryjeme stôl na ktorom budeme ťahať cesto čistou plachtou, posypeme celú plochu hrubou múkou. Do nádoby rozpustíme maslo, ruky si namočíme v rozpustenom masle a vyberieme cesto spod nádoby a položíme ho do stredu stola. Vrch cesta a ruky potrieme husacím pierkom s rozpusteným maslom a začneme pracovať s cestom. Ruky dáme pod cesto a rovnomerne ťaháme cesto zo všetkých strán po ploche stola až k okrajom. Keď je cesto vytiahnuté, otrháme prevísajúce okraje a plochu cesta popôrkame maslom, posypeme kryštálovým cukrom a začneme na cesto klásť plnku. Pod tvarohovú plnku posypeme cesto aj strúhankou. Plnku kladíme na jeden okraj po celej šírke. Z toho istého okraja začneme pomaly zvinovať závin dvíhaním obrusu až na koniec. Pomocou podkladovej plachty vytvarujeme závin do tvaru podkovy, podložíme ho doskou a preklopíme na vymastený plech. Pečieme vo vyhriatej rúre, aby sa urobila kôrka na závine, pred dopečením teplotu znížime.



Šišky – Krapne (Liptovská Porúbka)

Príprava: 3 – 4 uvarené zemiaky nastrúhame, pridáme kvások z droždia, cukru a soli, múku, 3 žĺtko, z bielok ušľahaný sneh a vanilkový cukor. Všetko dobre vymiesime na polotuhé cesto, ktoré necháme vykysnúť. Potom cesto vyvaľkáme asi na 1 cm hrúbku a kovovými formičkami z neho vykrajujeme rôzne tvary, ktoré vysmážame v horúcom tuku. Vysmažené obalujeme v práškovom cukre, škorici a vanilke.





Recepty poskytli: Miroslava Dubecká, Marta Falátová,
PhDr. Zora Mintálová-Zubercová, PhDr. Iveta Zuskinová,
Anna Beňušová, Alexandra Trizuliaková, Slávka Lehotská,
Elena Halamčeková, Žofia Palacková, Zuzana Ďurkovská,
Jozef Kučera, Paulína Krupcová, Ľudmila Janíková,
Stanislava Marettoová, Emília Sopková, Emília Mudroňová,
Darina Hnidková



Zostavil a vydal: Žilinský turistický kraj, krajská organizácia
cestovného ruchu, 2020

Kresby: Ing. Arch. Ľubomír Radena

Grafické spracovanie a tlač: ARTPRESS