



Mliečne ŠPECIALITY

**MEDZINÁRODNÝ
DEŇ MLIEKA
2024**



**KNIHA
RECEPTOV**

OBSAH

PREDKRMY

Cesnakovo-syrová nátierka

Cesnaková nátierka

Domáca Lučina / domáci TERMIX

Secrete du fromage - syrové tajomstvo

Tvarohovo-maslové očka

MÚČNIKY

Bryndzové halušky

Sódové lokše z kyslého mlieka

Lievance s nutelou a višňovým džemom

Wafle plnené

Donutky

DEZERTY

Jogurtová nepečená torta

Tvarohovo-smotanová torta s ovocím

Smotanové coolie s ovocím a lieskovcami

Ovocný milkshake

CESNAKOVO-SYROVÁ NÁTIERKA

Suroviny

1 ks tatárskej omáčky

3 strúčiky cesnaku

štipka soli

200 g tvrdého syra

3 ks bagety



Postup prípravy

- 1.) Nastrúhame syr. Vo väčšej miske zmiešame nastrúhaný syr s tatárskou omáčkou.
- 2.) Ošúpeme a pretlačíme cesnak. Zmiešame ho s pripravenou zmesou.
- 3.) Zmes poriadne premiešame a dochutíme štipkou soli podľa chuti.
- 4.) Hotovú nátierku natierame na kúsky bagety.

Dobrú chuť.



CESNAKOVÁ NÁTIERKA

Suroviny

2 ks Lučina

smotana na šľahanie - podľa potreby

3 strúčiky cesnaku

soľ

trocha masla



Postup prípravy

- 1.) Lučinu rozmiešať so smotanou, pridať roztláčený cesnak, osoliť a dôkladne rozmiešať.
- 2.) Nátierku podávame na pečive alebo bagete.

Dobrá chuť!



DOMÁCA LUČINA a TERMIX

Suroviny

500 g biely jogurt
250 ml smotana na šľahanie 33%
1 ČL soli

Postup prípravy

V miske zmiešame jogurt a smotanu, pridáme soľ a pomiešame. Zmes vylejeme do sitka a necháme v chladničke odkvapkávať srvátku niekoľko hodín. Hotovú nátierku natierame na pečivo a ozdobíme zeleninou (pažítka, zelená cibuľka, uhorka, paradajka).

Suroviny

1 bal. puding čokoládový
500 ml mlieko
500 g tvaroh jemný
4 PL kryštálový cukor
1 bal. vanilkový cukor
ovocie na ozdobenie

Postup prípravy

- 1.) Pudingový prášok uvaríme podľa návodu s cukrom a vanilkovým cukrom.
- 2.) Ešte do teplého pudingu vmiešame tvaroh.
- 3.) Nalejeme do misiek, ozdobíme ovocím a uložíme do chladničky aspoň na jednu hodinu.

Dobrá chuť!



SECRET DU FROMAGE - SYROVÉ TAJOMSTVO

Základné ingrediencie

- 100 g olomoucké tvarôžky
- 100 g tatranská niva
- 100 g údené syrové nite
- 100 g neúdené syrové guľičky



Servírovanie

- tanier plytký
- vidličky

Postup prípravy

- 1.) Pripravíme si všetky potrebné ingrediencie.
- 2.) Na pracovnej doske nakrájame syry podľa vlastnej fantázie.
- 3.) Syry poukladáme na tanier.

Dobrá chuť!



SYROVO-TVAROHOVÉ OČKÁ

Základné ingrediencie

200 g nátierka SABI – chilli

2 ks veľký rožok - pekárenský

2 ks malý rožok - pekárenský

100 g cherry paradajky

50 g hrozno biele - bezkôstkové

100 g údené syrové nite

100 g neúdené syrové guľičky



Servírovanie

tanier plytký

koktejlové špajle na očká

Postup prípravy

1.) Pripravíme si všetky potrebné ingrediencie.

2.) Na pracovnej doske nakrájame rožky na kolieska.

3.) Natrieme ich nátierkou.

4.) Navrch natretých rožkov položíme 1/2 cherry paradajky, 1/2 bobule bieleho hrozna, do stredu zasadíme buď 1/2 syrovej guľôčky alebo zvinutú údenú syrovú niť.

5.) Do syrovej guľičky pichneme koktejlovú špajlu, aby nám syr z očka nevypadol.

Dobrá chuť!



BRYNDZOVÉ HALUŠKY

Základné ingrediencie - 4 porcie

650g očistených zemiakov
250g hladkej múky
300g bryndze
100ml mlieka
200g gazdovskej slaniny
soľ



Postup prípravy

1.) Na sporák si postavíme hrniec s osolenou vodou, necháme zovrieť.

2.) **Haluškové cesto**

Umyté a ošupané zemiaky nastrúhame na jemnú kašu. Osolíme a začneme do kaše pridávať hladkú múku. Haluškové cesto je potrebné dobre vypracovať, aby nebolo veľmi riedke, ale naopak ani husté. Výsledné cesto musí byť stále mierne lepkavé a šťavnaté. Ak pridáme veľa múky, budú halušky príliš tvrdé.

3.) Haluškové cesto máme hovové a voda začala vriieť. To je to správne načasovanie. Podme sádzať. Ak by sme chceli byť veľmi tradiční tak si cesto rozprestrieme na lopárík a hádžeme ich štikáním priamo do vody nožikom či lyžicou. My sme však už moderní a použijeme na tento úkol sádzadlo na halušky.

4) Pripravenú bryndzu si roztlačíme vidličkou, zalejeme 1dcl plnotučného mlieka a dobre premiešame. Ak zostanú hrudky bryndze, vôbec to v haluškách nevadí, krásne zvýraznia ich chuť.

5) Po prevarení halušky nescedíme, ale spolu s časťou vody ich pridáme do bryndzovej zmesi. Pridáme masť zo smaženej slaninky, prípadne maslo a dôkladne premiešame.

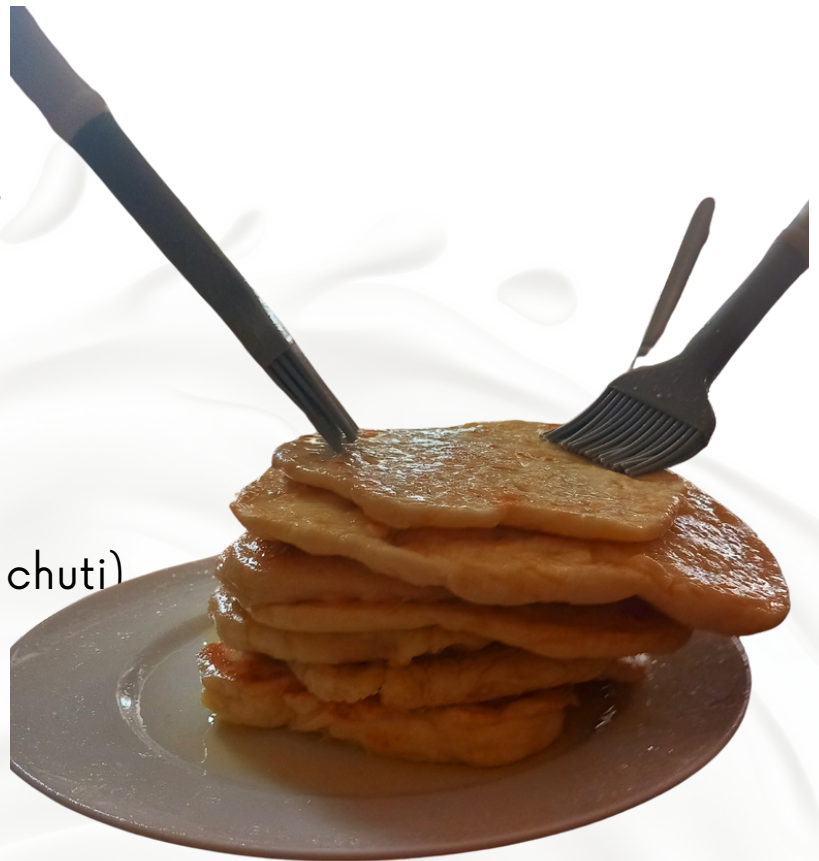
Dobrá chuť!



SÓDOVÉ LOKŠE Z KYSLÉHO MLIKA

Suroviny

- 800 ml acidofilného mlieka
- 1 kg polohrubej múky
- 1 ČL soli
- 1,5 ČL sódy bikarbóny
- 1 ks 82% masla
- 1 ks ríbezľový džem (podľa chuti)



Postup prípravy

- 1.) Vo väčšej miske si zmiešame múku, acidofilné mlieko, soľ a sódu bikarbónu.
- 2.) Cesto miesime dovtedy, pokiaľ nie je lepivé.
- 3.) Na sporáku si rozohrejeme liatinovú platničku (poprípade panvicu).
- 4.) Z cesta tvarujeme minilangoše. Pečieme ich z oboch strán.
- 5.) V druhej panvici si roztopíme maslo.
- 6.) Hotové lokše ukladáme na tanier na seba a natierame ich roztopeným prepraženým maslom z oboch strán.
- 7.) Sódové lokše podávame s džemom alebo práškovým cukrom.

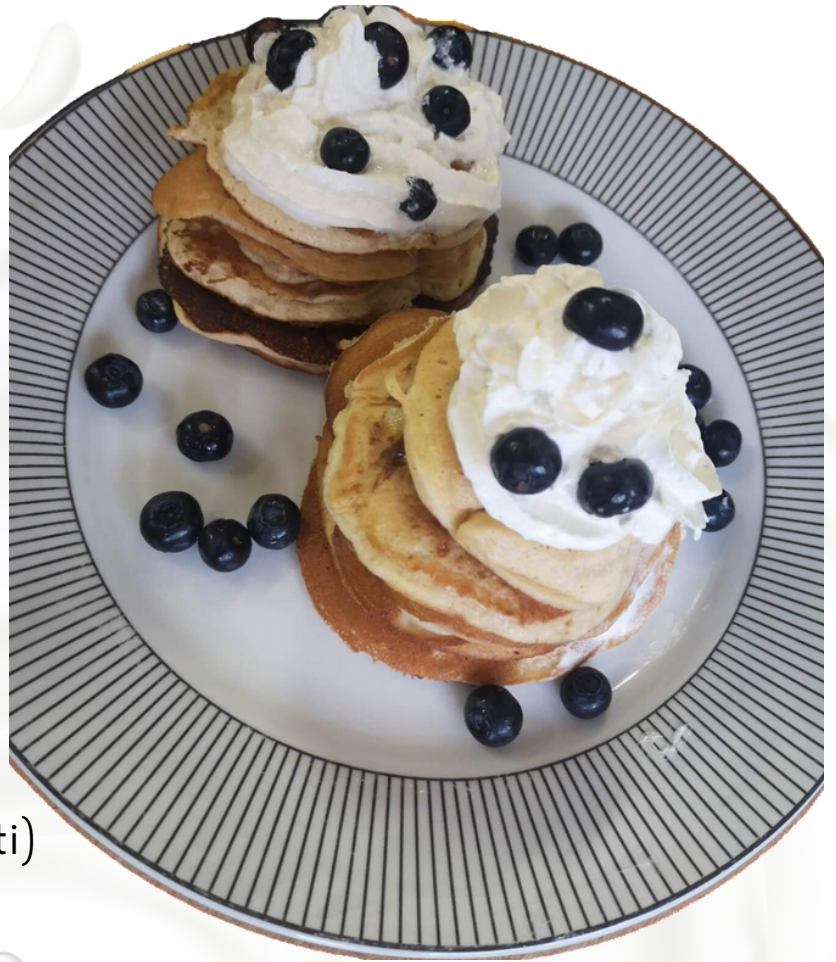
Dobrá chuť!



LIEVANCE S NUTELOU A VIŠŇOVÝM DŽEMOM

Suroviny:

- 2 ks vajce
- 200 g hladká múka
- 250 ml mlieka
- štipka soli
- 50 g cukor kryštálový
- 1 ks vanilkový cukor
- 1 ks škoricový cukor
- 1 ks prášok do pečiva
- Slniečnicový olej
- 1 ks nutela (podľa chuti)
- 1 ks višňový džem (podľa chuti)



Postup prípravy

- 1.) Vo väčšej miske zmiešame hladkú múku, prášok do pečiva, štipku soli, kryštálový, vanilkový a škoricový cukor.
- 2.) Následne pridáme 2 lyžice oleja, mlieko a žĺtky z vajec, mixérom vymiešame.
- 3.) Z bielkov a polovice kryštálového cukru vymiešame sneh, ktorý postupne a jemne vmiešame do cesta.
- 4.) Lievance opekáme na vopred vyhriatej panvici. Cesto na panvicu dávame do tvaru malých kruhov.
- 5.) Lievance ozdobíme džemom, nutelou, ovocím, šľahačkou, toppingom a hocičím, čo máme radi.

Bon Appétit. :)



Wafle plnené

Suroviny

2 poháre polohrubej múky

2 poháre mlieko

1 vanilkový cukor

½ prášok do pečiva

20g kryštálový cukor

3 PL olej

4 vajcia

Štipka soli



Náplň:

Nutela, ľubovoľné ovocie

Postup prípravy

1.) Všetky suroviny dôkladne zmiešame.

2.) Potom pridáme mlieko a vajcia a vymiešame na hladké cesto.

3.) Vo waflovači upečieme wafle.

4.) Po upečení naplníme a ozdobíme ovocím.

Dobrá chuť!



DONUTKY (šišky)

Suroviny (recept na cca 50 donutov)

260 g hladkej múky
130 g kryštálového cukru
1 balíček vanilkového cukru
150 ml mlieka
100 ml šľahačkovej smotany
3 vajcia
3 PL kukuričného oleja
1 balíček prášku do pečiva



Postup prípravy

Múku, cukor, vanilkový cukor, mlieko, šľahačku, vajcia, olej a prášok do pečiva rozmiešajte na hladké cesto.

Šišky pečieme vstoji - Donutkovač. Keď sú šišky upečené, vyberte ich zo strojčeka a posýpte trochou práškového cukru. Prípadne môžete šišky poliať aj čokoládovou polevou.

Dobrá chuť!



JOGURTOVÁ NEPEČENÁ TORTA

Suroviny na jednu tortu

2 veľké balenia okrúhlych piškót

1 ks kyslá smotana

1 ks veľké balenie bieleho jogurtu

2 ks ovocné alebo čokoládové jogurty (podľa vlastnej chuti) alebo ovocný džem (my sme použili čučoriedkový)

3 ks banány

2 ks kivi (ovocie taktiež podľa vlastných preferencií)

2 ks vanilkový cukor



Postup prípravy

1. Do okrúhlej tortovej formy sme poukladali na dno jeden rad piškót.
 2. Polovicu balenia bieleho jogurtu sme zmiešali s ovocným (čokoládovým) jogurtom.
 3. Polovicu tejto zmesi sme rozotreli na poukladané piškóty a naň poukladali nakrájaný banán a kivi.
 4. Zaliali sme to zvyškom jogurtovej zmesi.
 5. Zvyšný biely jogurt sme opäť zmiešali s ochuteným jogurtom.
- Opakujeme kroky 3 a 4.
1. Vrchné piškóty sme zaliali kyslou smotanou zmiešanou s džemom a vanilkovým cukrom (ten môže, ale nemusí byť).
 2. Na záver ozdobiť podľa vlastnej fantázie. Dať do chladničky minimálne na 2-3 hodiny a môže sa servírovať.

Dobrá chuť!

TVARHOVO-SMOTANOVÁ TORTA S OVOCÍM

Suroviny (na jednu tortu)

500 ml kyslej smotany

500g rozotierateľný tvaroh

1 vanilkový cukor

3PL práš. cukor

1 veľké balenie okrúhlych piškót

1 konzerva jahody a mandarinky

Na ozdobu ľubovoľné čerstvé ovocie



Postup prípravy

- 1.) V miske zmiešame kyslú smotanu, tvaroh, cukor.
- 2.) Tortovú formu alebo menší plech vyložíme papierom na pečenie alebo alobalom.
- 3.) Začneme ukladať vrstvy piškóty /koľko nám vystačí/.
- 4.) Do vnútra piškótového korpusu nalejeme tvarohovo-smotanovú zmes, do plnky nahádzeme konzervované ovocie.
- 5.) Vrchná vrstva končí tvarohovou zmesou.
- 6.) Vrch ozdobíme ovocím.

Dobrá chuť!



TVAROHOVO-SMOTANOVÁ TORTA S OVOCÍM

Základný recept (ingrediencie na 15 pohárikov)

500 g kyslá smotana
250 g jahodový džem
200 g marhule
200 g tropického ovocia z konzervy
50 g práškový cukor
20 g vanilkový cukor

Zdobenie

15 g lieskových orechov
50 g hrozna
125 g čučoriedok
2 banány

Postup prípravy:

- 1.) Pripravíme si všetky potrebné ingrediencie.
- 2.) Do misky pridáme kyslú smotanu z téglika, pridáme vanilkový cukor, práškový cukor a vymiešame do nadýchanej smotanovej hmoty.
- 3.) Na dno fingerfoodového téglika dáme jahodový džem, tropické ovocie, marhule.
- 4.) Ovocie zalejeme pripravenou smotanovou hmotou.
- 5.) Na vrch do smotanovej hmoty naukladáme hrozno/čučoriedky alebo maliny.

Do jedného z rohov dáme 3 kolieska banánov usporiadaných do tvaru vejáru.

- 6.) Nakoniec posypeme drvenými lieskovými orieškami.

Dobrá chuť!

Servírovanie

fingerfoodové poháriky

PODÁVAŤ CHLADENÉ!



MILKSHAKE

Základné ingrediencie

1000 ml mlieko - polotočné - 1,5 %

250 g jahodový kompót / čerstvé ovocie

250 g marhuľový kompót / čerstvé ovocie

* Na prípravu potrebujeme mixér /shaker

Servírovanie:

sklenený pohár



Postup prípravy

- 1/ Pripravíme si všetky potrebné ingrediencie.
- 2/ Do mixéra pridáme jahody so šťavou / marhule so šťavou.
- 3/ Do shakera pridáme mlieko.
- 4/ Premixujeme.
- 5/ Nalejeme do pohárov.
- 6/ Podávame chladené.

Dobrá chuť!



**Za príspevky ďakujeme žiakom 5. B, 6. A, 6. B,
7. B, 8. A, 8. B, 9. A, 9. B a 9. C a ich triednym
učiteľom, bez ktorých by táto pamätná kniha
nevznikla.**

Text a grafika: Mgr. Dominik Verešpej
Grafický návrh: Mgr. Zuzana Gajdošová

apríl 2024