KUCHÁRSKA KNIHA

Huckove polievky

Milujem polievky a v poslednej dobe žijem iba vďaka nim. Nájdete tu moje obľúbené slovenské aj medzinárodné polievky. Presné množstvá, teploty a časy.



Autor knihy: Hucko

Kniha vytvorená: 10.07.2026 14:22 | PDF vytvorené: 06.11.2026 03:36

Recepty pochádzajú z portálu www.sefkuchari.sk

Táto kuchárska knižka bola vytvorená na portáli

www.sefkuchari.sk

Takúto a podobné kuchárske knihy si môžeš na portáli www.sefkuchari.sk vygenerovať bezplatne aj Ty

Paradajkové Gazpacho (studená polievka)

Autor: Hucko | Kategória: Polievky

V teplých letných dňoch osvieži lepšie, ako zmrzlina, alebo nanuk.



Ingrediencie

1 kg rajčín (bezpodmienečne odtrhnutých až po uzretí)
1 šalátová uhorka (tak 250gramová)
1 väčšia paprika (červená je lepšia, ako zelená)
2 strúčiky cesnaku
1/3 čl soli
1 PL cukru
1 citrón (iba jeho šťava)

Postup

Paradajky deň vopred (alebo ešte ráno) ošúpeme. Dá sa to spraviť tak, že ich na spodnej strane (oproti stonke) narežeme do kríža (stačí tak 2x2 cm) a keď ich takto budeme všetky mať narezané, zalejeme ich v hrci vriacou vodou, Vodu po 2-3 minútach zlejeme a paradajky pôjdu pekne ošúpať. Takto celé ich vrátime až do obeda (alebo druhého dňa) do chladničky. Odporúčam na spodok, tam je najchladnejšie. Vlastne všetka zelenina by mala byť v chladničke.

Uhorku nakrájame na menšie kocky, pridáme rajčiny (aj so šťavou, ktorú pustili. 2 strúčiky cesnaku, proste všetko, čo je napísané v ingredienciách a rozmixujeme 1-2 minútky ponorným mixérom. Ihneď podávame. Môžeme dekorovať bazalkou. a podávame takto vychladené.

Liptovská kyslá (zo šťavy z kyslej kapusty)

Autor: Hucko | Kategória: Polievky

Toto nie je polievka, toto je elixír života - bazlam. Takto som sa ju naučil pripravovať ja.



Ingrediencie

1 liter vody z kyslej kapusty
3 litre studenej vody
5-6 mrkiev
5-6 zemiakov
2 hovädzie bujóny
(alebo namiesto 3 litrov vody dáme vývar)
1 čl soli
2 PL paradajkový pretlak

Postup

Vodu aj so šťavou dáme zovrieť. Pridáme očistenú mrkvu, zemiaky, rajčinový pretlak a všetko ostatné. Privedieme do varu a varíme tak 40 minút.

V tejto vode sa zvykne variť aj údené mäsko (bravčový šál, pliecko) a podáva sa s BÁBKOU.

BÁBKA:
2 stredne tvrdé rožky nakrájať nadrobno (niekde rožky nedávajú). Pridať 2 vajíčka, 3-4 PL polohrubej múky 2-3 strúčiky popučeného cesnaku, 1/2 čl soli. Ja pridávam aj petržlenovú vňať, ale to už je môj "tuning". Z tohoto vymiešame cesto a pomocou polievkovej lyžice tvarujeme také malé knedlíky (bábku). Pred dovarením hádžeme do POLIEVKY a necháme 3-4 minúty prevrieť.

Luxusná krémová cesnaková polievka

Autor: Hucko | Kategória: Polievky



Cesnak je zdravý, Jeho priaznivé účinky pre organizmus sú nepopierateľné. Posiluje imunitu, znižuje vysoký krvný tlak a je nenormálne dobrý :-)

Ingrediencie

1 hlávka cesnaku
2 litre čistého vývaru (kurací, alebo zeleninový)
2 PL hladkej múky (1 na zápražku, druhá do smotany)
200 ml smotany na šľahanie
40g masla

Postup

Odložíme si 4 strúčiky cesnaku a zvyšok nakrájame na drobulinké kúsky - nepučte ho. Do hrnca dáme maslo (cca 40 gramov) a necháme ho roztopiť. Pridáme cesnak a veľmi pomaličky ho pražíme - nesmie zhnednúť, musí ostať svetlý. pražíme ho asi 5 minút a pridáme za lyžicu hladkej múky (tomuto sa hovorí zápražka) Zamiešame a necháme ZAPRAŽIŤ za stáleho miešania asi minútu. Pridáme vriaci vývar a pomaly varíme asi 10 minút. Ak budeme variť pomaly, polievka bude jemná. Po 10 minútach ponorným mixérom dôkladne rozmixujeme polievku (4-5 minút) a pridáme smotanu, do ktorej sme zamiešali 1 PL hladkej múky. Dôkladne zamiešame (metlička je ideálna), necháme prejsť varom, odstavíme, zakryjeme a necháme dôjsť tak 10 minút.

Môže sa stať, že vývar je menej výrazný, vtedy môžeme v tomto štádiu ešte dosoliť podla chute. Štipka soli rozhodne nič nepokazí.

Podávame opečenými krutónkami z rožkov, čerstvou cibuľkou a tie 4 strúčiky, čo sme si odložili, tak tie nakrájame na tenké plátky, ktoré opražíme na masle - nesmú veľmi zhnednúť - maximálne tak zožltnúť a len mierne do hneda. Kto chce, môže ešte posypať strúhaným syrom parmezánového typu. (parmigiano reggiano, grana padano, pecorino, ...)

Rýchla, no fantastická vajíčková polievka

Autor: Hucko | Kategória: Polievky



Každý má svojho obľúbeného kuchára (babka, manželka, mamina, ...). Túto polievku najlepšie robila moja manželka. Až raz ochorela a robil som ju ja.

Ingrediencie

1 PL slnečnicového oleja
2 mrkvy
1 bujón
1 čl soli
1 vajce
štipka soli
1,5 litra vody

Postup

Časový itinerár v krokoch - hotové za 15 minút.
Do rýchlovarnej konvice dáme variť 1,5 litra vody. Do hrnca dáme 1 PL slnečnicového oleja a dáme na oheň (zdroj tepla). Ošúpeme mrkvu a nakrájame na kolieska. Hodíme do hrnca a trošku opražíme (začne chytať farbu). Zalejeme vodou, ktorá práve zovrela. (od zapnutia konvice to máme 2 minúty). Pridáme bujón soľ a necháme variť tak 13 minút. Do menšej misky rozklepneme jedno vajíčko, pridáme štipku soli a vymiešame ho. Variacu sa polievku uvedieme do pohybu vareškou krúživým pohybom. Pomaly počas miešania vlejeme rozbité osolené vajíčko. Vajíčko sa uvarí v priebehu pár sekúnd, POLIEVKA JE HOTOVÁ - dobrú chuť.

Poctivý slepačí vývar

Autor: Hucko | Kategória: Polievky

Číry domáci vývar s koreňovou zeleninou je základom dobrej kuchyne. Hodí sa ako samostatná polievka aj ako základ omáčok a rizota.



Ingrediencie

1 menšia sliepka alebo kurací skelet
2 mrkvy
1 petržlen
1/4 zeleru
1 cibuľa
3 guľôčky nového korenia
5 guľôčok čierneho korenia
soľ podľa chuti

Postup

Mäso zalej studenou vodou a pomaly priveď k miernemu varu. Zbieraj penu, pridaj zeleninu a koreniny, potom var veľmi jemne niekoľko hodín. Vývar sceď a dochuť soľou.

Obsah receptov

Paradajkové Gazpacho (studená polievka)	1
Liptovská kyslá (zo šťavy z kyslej kapusty)	2
Luxusná krémová cesnaková polievka	3
Rýchla, no fantastická vajíčková polievka	4
Poctivý slepačí vývar	5

Táto kuchárska knižka bola vytvorená na portáli

www.sefkuchari.sk

Takúto a podobné kuchárske knihy si môžeš na portáli www.sefkuchari.sk vygenerovať bezplatne aj Ty