



Asijská kuchyně Vůně a chuť orientu

Asijské menu



Unilever
Food
Solutions



V Asii je jídlo uměním a gastronomie filosofií.

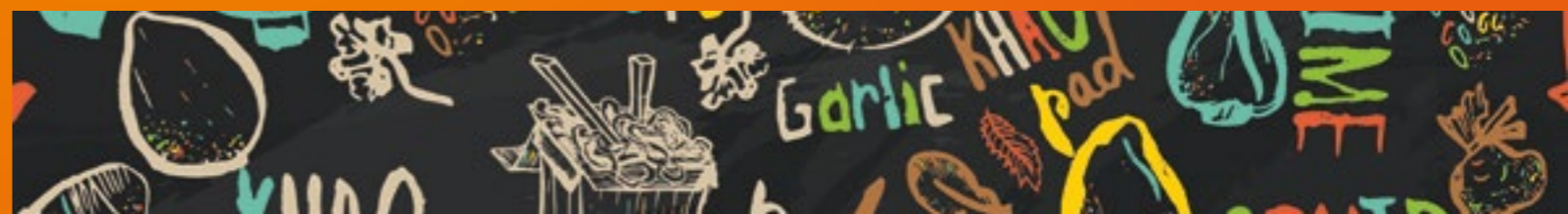
Podstatou asijské kuchyně, která je populární na celém světě, je její jednoduchost. V Číně, Thajsku, Korei nebo Japonsku umí prakticky vařit každý, proto právě tam panují pouliční minikuchyně. My evropané máme rádi chuť dálného východu proto, že se podstatným způsobem liší od všeho, co jíme každý den. Pro nás zcela nová neznámá jídla jsou chutným tajemstvím, které stojí za to poznat. Naštěstí příprava orientálních pokrmů není náročná a vychutnat si autentické chutě můžeme i doma. Vykouzlete si pravou Asii ve vaší kuchyni.

Rádi bychom Vám byli nápomocni v rozvoji vašeho kulinářského umění. Proto jsme pro vás přichystali tuto brožuru, ve které kuchaři Unilever Food Solutions odkryli pravou podstatu asijské kuchyně – recepty na přípravu jednouchých jídel, které díky použití našich omáček budou chutnat báječně.

Cesta na dálný východ je daleká, ale v kuchyni bude velice jednoduchá.

Obsah

Krémová polévka z pečených paprik s Teriyaki bůčkem	4-5
Ramen burger	6-7
Jarní rolka s hovězím masem a mangem s výběrem dvou omáček	8-9
Japonská polévka Ramen s dvojitým masem a tekutým vejcem	10-11
Hovězí v omáčce z černého pepře se sójovými výhonky a brokolicí	12-13
Salát s křupavou kachnou, jarní cibulí a sezamovo-sójovým dresinkem	14-15
Rychlý vegetariánský wok s nudlemi	16-17
Glazovaný losos v zázvorovo-sójové omáčce s teplou zelenou zeleninou s houbami	18-19
Pikantní vepřová žebra s Wok pečenou zeleninou	20-21
Sladkokyselé kuře s anansem a bambusem	22-23
Zeleninový wok s nudlemi	24-25
Smažené těstoviny Bami Goreng	26-27
Kuřecí paličky marinované v pikantní sladké chilli omáčce s palicovou kukuřicí	28-29
Křupavé krevety Sambal Manis	30-31
Kuřecí špíz v pikantní marinádě s kokosovým mlékem	32-33



Celý recept zde



Krémová polévka z pečených paprik s Teriyaki bůčkem

SUROVINY NA 10 PORCÍ

POLÉVKA:

Červená paprika	600 g
Olej	80 ml
Cukr	20 g
Bílé víno	200 ml
Knorr Professional Polparicca de Pomodori – krájená loupaná rajčata	400 g
Sladká paprika	20 g
Římský kmín	3 g
Voda	2,2 l
Listy salátů	25 g
Placky pro jarní závitky (ne na smažené)	12 ks
Knorr Professional Hovězí bujón	40 g
Tabasco	1 ml
Uzené tofu	200 g

TERIYAKI BŮČEK:

Bůček s kůží	1 kg
Voda	1 l
Vytvrzovací řeznická sůl	60 g
Bobkový list	1 g
Česnek	20 g
Knorr Teriyaki omáčka	300 ml
Pažitka	80 g

PŘÍPRAVA

POLÉVKA:

- Papriky potřete olejem, posypte cukrem a upečte při 230 °C do tmavě hnědé barvy. Zabalte do kuchyňské folie, nechte vychladnout, oloupejte a odstraňte semínka.
- Na oleji osmahněte papriky, přidejte víno a zredukujte množství.
- Přidejte rajčata, sladkou papriku, kmín a nechte je chvíli dusit. Chvilí povařte, přilijte vodu, přidejte hovězí vývar a vařte, dokud se všechny ingredience nerozloží.
- Polévku rozmixujte na hladký krém, přecedte ji přes husté síto a ochuťte tabaskem.
- Nakrájené tofu opečte na suché pánvi.

TERIYAKI BŮČEK:

- Kůži z bůčku ozdobně nařízněte.
- Z vody, soli, bobkového listu a česneku připravte slaný nálev a bůček do něj uložte na 3 dny.
- Bůček vyndejte z nálevu, potřete polovinou Teriyaki omáčky. Přendejte do sáčku, uzavřete a stlačte do vakuovačky.
- Pečte v troubě 8 hodin při teplotě 68 °C. Poté bůček stlačte pomocí nerezové gastronádoby G/N (zatížený plech na pečení) a nechte vychladnout.
- Bůček nakrájejte na plátky, opečte na suché pánvi dozlatova a nakonec přidejte zbývající Teriyaki omáčku.

SERVÍROVÁNÍ:

- Krém z pečených paprik podávejte s tofu, bůčkem Teriyaki a pažitkou.

VÝROBEK

Knorr Teriyaki omáčka 1 l

- Ideální pro japonskou kuchyni nebo pro dodání orientálního nádechu tradičním pokrmům.
- Výborně se hodí k marinování, ochucování, pečení a grilování masa, ryb, mořských plodů a zeleniny.



Ramen burger

Celý recept zde



SUROVINY NA 10 PORCÍ

TĚSTOVINY:

Předvařené nudle Ramen	2 kg
Sezamový olej	10 ml
Vejce	3 ks

BURGER:

Vepřová panenka	1 kg
Knorr Teriyaki omáčka	100 ml
Miso pasta	20 g
Sezamový olej	20 ml

DOPLŇKY:

Olej	30 ml
Pak choi	400 g
Klíčky fazolí mungo	200 g
Houby shimeji	150 g
Pažitka	20 g
Knorr Teriyaki omáčka	20 ml
Bílý sezam	10 g
Límetky	20 g
Koriandr	10 g
Chilli papričky	100 g

PŘÍPRAVA

TĚSTOVINY:

- Nudle smíchejte se sezamovým olejem a vejci.
- Rozdělte do 10 kulatých kroužků na plechu a pečte přibližně 3 minuty v troubě předehřáté na 160 °C.
- Poté je opečte na suché pánvi dozlatova.

BURGER:

- Filety nakrájejte na tenké plátky, naložte je do Teriyaki omáčky, Miso pasty a sezamového oleje.
- Opečte na rozpálené pánvi.

DOPLŇKY:

- Na oleji postupně osmahněte nakrájené zelí pak choi, fazolové klíčky, houby a pažitku.
- Dochutěte omáčkou Teriyaki a posypte opraženými sezamovými semínky.

SERVÍROVÁNÍ:

- Na těstoviny položte zeleninu, maso a druhý kroužek těstovin.
- Ramen burger podávejte ozdobený pažitkou, koriandrem a chilli papričkami.



VÝROBEK

Knorr Teriyaki omáčka 1 l

- Ideální pro japonskou kuchyni nebo pro dodání orientálního nádechu tradičním pokrmům.
- Výborně se hodí k marinování, ochucování, pečení a grilování masa, ryb, mořských plodů a zeleniny.





Jarní rolka s hovězím masem a mangem s výběrem dvou omáček

SUROVINY NA 10 PORCÍ

Svíčková (do růžova opečená nebo vařená)	250 g
Knorr Professional Essence Hovězí bujón	20 ml
Mango (1 cm proužky)	250 g
Šalotka (proužky)	50 g
Koriandr	20 g
Máta	15 g
Thajská bazalka	15 g
Pažitka	5 g
Mrkev (nudličky)	100 g
Listy salátů	25 g
Placky pro jarní závitky (ne na smažené)	12 ks

1. OMÁČKA:

Knorr Sunshine Chili	800 ml
Voda	70 ml

2. OMÁČKA:

Limetková šťáva	40 ml
Knorr Ketjap Manis	25 ml
Chilli paprička (krájená)	0,5 g
Česnek (plátky)	1 stroužek
Koriandr	5 g
Voda	50 ml

PŘÍPRAVA

- Maso uvařené nebo opečené do růžova (za posílení hovězího fondu) nakrájíme po zchlazení na tenké plátky.
- Vložíme rýžový papír na 20 vteřin do horké vody. Jakmile změkne, položíme jej na utěrku nebo rovnou plochu a naskládáme doprostřed na nudličky pokrájené ingredience.
- Doplníme salátovým listem a zarolujeme (konce uzavřeme).
- Před podáváním rolku přepůlíme nebo ponecháme v celku. Doplníme o obě omáčky, které připravíme smícháním jednotlivých surovin.

VÝROBEK

Knorr Professional Essence Hovězí bujón 1 l

- Autentická chuť hovězího masa ve formě koncentrovaného bujónu.
- Tekutá forma – zjednodušené dávkování a výborně se rozpouští v horkých i studených pokrmech.
- Vysoká vydatnost – více než 60 l fondu pro ochucení pokrmu.



Japonská polévka Ramen s dvojím masem a tekutým vejcem

SUROVINY NA 10 PORCÍ

VÝVAR:

Knorr Essence Kuřecí bujón	90 ml
Voda	3 l
Česnek	8 stroužků
Knorr Ketjap Manis	80 ml
Koření 5-ti vůní	5 g
Cukr	10 g
Zázvor (plátky)	30 g
Mrkev	600 g
Vepřová plec	800 g
Kuřecí stehno nebo prsa	500 g
Mleté chilli	podle potřeby

VLOŽKA:

Nudle Ramen	700 g
Čerstvé baby špenátové listy	250 g
Baby kukuřičky	125 g
Vejce	10 ks

DOKONČENÍ:

Řasa Nori (proužky 5 × 0,5 cm)	1 ks
Sezam	5 g
Jarní cibule	50 g
Houba Shi-také (sušená)	35 g
Bambus (konzerva)	100 g
Mirin	30 ml
Saké	30 ml

PŘÍPRAVA

- Maso dáme marinovat do česneku a sójové omáčky. Bambusové plátky můžeme namarinovat v troše rýžového octa. Kuřecí maso spolu se zeleninou krátce opečeme v konvektomu při 200 °C.
- Přendáme do hrnce, přidáme vepřové maso (nebo uvaříme zvlášť v sous vide sáčku při teplotě 62,5 °C), koření, houby, zalijeme vodou a doplníme o Knorr drůbeží fond. Přivedeme k varu a poté „táhneme“, aby se vývar nezakalil.
- Průběžně sbíráme pěnu a jakmile je maso měkké, tak postupně jej vyndáváme.
- Nudle povaříme cca 3 minuty a ke konci přidáme špenát a kukuřičky.
- Nudle se spařenou zeleninou rozdělíme do polévkových misek, přidáme překrojené houby, bambus, pokrájenou mrkev, na polovinu překrojené vejce vařené na měkko nebo opět připravené sous vide způsobem ve vodě 62,5 °C po 1 hodinu a poté vyklepnuté ze skořápky, a zalijeme scezeným a vínem ochuceným vývarem.
- Doplníme o horké maso nakrájené na plátky a nakrájenou jarní cibulku spolu s nudličkami řasy nori.

VÝROBEK

Knorr Professional Essence Kuřecí bujón 1 l

- K dochucování pokrmů – napomáhá získat plnou chuť drůbežního masa.
- Tekutá forma zjednodušuje dávkování, okamžitě se rozpouští v pokrmu a výborně se spojuje s jinými surovinami.
- Velmi široké využití v teplých i studených pokrmech: vývary, polévky, rizota, fáše, nádivky, marinády, dipy, jídla z pánve.



Celý recept zde





Hovězí v omáčce z černého pepře se sójovými výhonky a brokolicí

SUROVINY NA 10 PORCÍ

Svíčková nebo Flank steak (plátky)	1,2 kg
Škrob	40 g
Knorr Ketjap Manis	80 ml
Rýžové víno nebo Sherry	20 ml
Sezamový olej	20 ml
Česnek (drcený)	30 g
Omáčka Hoisin	150 g
Cukr	30 g
Brokolice (růžičky)	450 g
Olej	150 ml
Sójové klíčky	180 g
Knorr Professional Essence Hovězí bujón	30 ml
Černý pepř (drcený)	10 g
Mrkev (hranolky)	200 g

PŘÍPRAVA

- Tenké plátky masa marinujeme ve směsi ze sójové omáčky, hovězího fondu, vína, sezamového oleje a česneku alespoň 1 hodinu. Poté obalíme ve škrobu a v rozpáleném oleji opečeme plátky asi 3 minuty a dáme stranou.
- Na pánev vložíme brokolici a hranolky mrkve, prudce opečeme a vrátíme k zelenině opečené maso.
- Přidáme omáčku z černého pepře (omáčka Hoisin naředěná scezeným extraktem z pepře a trocha vody), dochutíme cukrem a sójovou omáčkou a na konec přidáme klíčky.
- Podávejte s jasmínovou rýží.

VÝROBEK

Ketjap Manis – Indonéská sójová omáčka 1 l

- Sladší a hustší než klasická sójová omáčka.
- Dodává pokrmu tmavě zlatavou barvu a intenzivnější chuť.
- Výtečná jako základ pro teplé a studené omáčky a jako marináda.



Salát s křupavou kachnou, jarní cibulí a sezamovo- -sójovým dresinkem

SUROVINY NA 10 PORCÍ

Kachní stehno nebo prsa	3 nebo 2 kg
Knorr Ketjap Manis	80 ml
Zázvor (plátky)	50 g
Badyán	4 g
Knorr Pang Gang	100 ml

SALÁT:

Ledový salát (proužky)	250 g
Okurka (oloupaná, proužky)	300 g
Jarní cibule (proužky)	400 g
Mrkev (proužky)	300 g
Cukrový hrášek (napůlený)	200 g
Sójové klíčky	80 g
Koriandr	5 g

DRESINK:

Knorr Ketjap Manis	125 ml
Černý a bílý sezam (na sucho opražený)	5 g
Rýžový ocet	60 ml
Olej	60 ml
Voda nebo pomerančový džus	30 ml
Med	podle uvážení

PŘÍPRAVA

- Kachní maso, sójovou omáčku, zázvor a badyán dáme do pánve, přidáme vodu a vaříme doměkka (cca 1 hodinu).
- Konvektomat předehřejeme na 200 °C, maso potřeme omáčkou Pang Gang a pečeme tak, aby kůže byla křupavá.
- Vychlazené maso (v případě stehen vykostíme) a natrháme nebo nakrájíme na tenké nudle.
- Salát promícháme se všemi dalšími ingrediencemi, navrch položíme maso a pokapeme dresinkem. Část dresinku můžeme podávat v misce.
- Nakonec lehce posypeme sezamem.

Celý recept zde



VÝROBEK

Ketjap Manis – Indonézská sójová omáčka 1 l

- Sladší a hustší než klasická sójová omáčka.
- Dodává pokrmu tmavě zlatavou barvu a intenzivnější chuť.
- Výtečná jako základ pro teplé a studené omáčky a jako marináda.



Celý recept zde



Rychlý vegetariánský wok s nudlemi

SUROVINY NA 10 PORCÍ

PÁNEV WOK:

Vegetariánské mleté	400 g
Knorr Asijské nudle 3 kg	800 g
Brokolice	500 g
Mrkev	250 g
Olej	120 ml
Česnekové pyrė	30 g
Zázvorové pyrė	60 g
Cukr hnědý	30 g
Sezamový olej	40 ml
Knorr Ketjap Manis	200 ml
Sezamová semínka, opražená	5 g
Pepř a sůl	podle potřeby

SERVÍROVÁNÍ:

Sójové klíčky	150 g
Sřiracha omáčka	podle potřeby
Jarní cibule	60 g
Limetka, na klínky	2 ks

PŘÍPRAVA

PÁNEV WOK:

- Brokolici rozdělte na růžičky, sblanřřijte a dále nakrájete mrkev a jarní cibulku na proužky. Případně nakrájete řesnek a zázvor najemno a vytvořte pyrė.
 - Přiveďte vodu na nudle k varu a vařte 15–16 minut, dokud nebudou al dente.
 - Scedte nudle a ochlaďte je.
 - Zahřete wok nebo pánev. Rychle přidejte olej, orestujte řesnek a zázvor, přidejte vegetariánské mleté a směs opečte.
 - Přidejte zbytek oleje a zeleninu a pečte na prudkém ohni dalších pár minut. Dochuťte trochou cukru a soli.
 - Přidejte sezamový olej a sojovou omáčku.
- ### SERVÍROVÁNÍ:
- Prohoďte na pánvi klíčky a nudle.
 - Podávejte s jemně nakrájenou jarní cibulkou, omáčkou Sřiracha a klínky limetky.

VÝROBEK

Knorr Asijské nudle 3 kg

- Sušené semolinové těstoviny.
- Při udržování v teple se nelepí.
- Vhodné zejména jako přísada do asijských polévek, hlavních jídel či salátů.



Glazovaný losos v zázvorovo-sójové omáčce s teplou zelenou zeleninou s houbami

SUROVINY NA 10 PORCÍ

Knorr Ketjap Manis	150 ml
Sake	75 ml
Cukr	75 g
Zázvor (nasekaný)	30 g
Olej	150 ml
Losos, filet bez kostí s kůží	2 kg
Sezam	5 g
Jarní cibule (krájená)	20 g
ZELENINA:	
Houby Shi-také (sušené)	70 g
Čínské zelí nebo Baby Pak Choi	1 kg
Čínská brokolice (nebo divoká)	500 g
Jarní cibule	200 g
Zelený chřest	250 g
Cukrový hrášek	80 g
Olej	100 g
Knorr Professional Essence Zeleninový bujón	40 ml
Knorr Ketjap Manis	40 ml
Sezamový olej	15 ml
Pažitka	5 g
Škrob	podle potřeby

PŘÍPRAVA

- Smícháme sójovou omáčku s cukrem, saké a zázvorem.
- Na rozpálené pánvi s olejem opečeme porce ryby po obou stranách (asi 4-5 minut), stáhneme teplo a přidáme namíchanou omáčku. Pomocí lžice přeléváme omáčku přes porce ryby. Jakmile omáčka zhoustne, stáhneme pánev zcela z tepla.
- Houby Shi-také namočíme do vlažné vody (na 30-45 minut), poté osušíme, odkrojíme nožku a napůlíme.
- Nakrájíme zeleninu zhruba na 5 cm kusy nebo podélně rozkrojíme. Rozpálíme olej, vložíme houby a poté zeleninu a za velkého tepla 3-4 minuty prohazujeme na pánvi.
- Přidáme zeleninový fond, sójovou omáčku a nakonec posypeme stonky pažitky.
- Pro případné jemné zahuštění můžeme použít škrob rozmíchaný s vodou od namočených hub.

Celý recept zde



VÝROBEK

Ketjap Manis – Indonéská sójová omáčka 1 l

- Sladší a hustší než klasická sójová omáčka.
- Dodává pokrmu tmavě zlatavou barvu a intenzivnější chuť.
- Výtečná jako základ pro teplé a studené omáčky a jako marináda.





Pikantní vepřová žebra s Wok pečenou zeleninou

SUROVINY NA 10 PORCÍ

Vepřová žebra	3,5 kg
Knorr Ketjap Manis	400 ml
Vejsce	2 ks
Mouka	80 g
Knorr Pang Gang	250 ml
Marinovaná hořčičná semínka	30 g
Olej nebo Rama Combi Profi	100 ml
Koření 5-ti vůní	1 g
Česnek (drcený)	25 g
Koriandr	10 g

ZELENINA:

Olej	150 ml
Česnek (drcený)	20 g
Zázvor (drcený)	50 g
Wok Zeleninová směs (cuketa, cukrový hrášek, červená paprika, brokolice, mrkev, baby Pak Choi, baby kukuřice, cibule, fazolový lusk...)	1,5 kg
Knorr Sambal Manis	45 ml
Makadamové ořechy	50 g
Omáčka Hoisin	45 ml
Knorr Professional Essence Zeleninový bujón	20 ml
Škrob	podle potřeby

PŘÍPRAVA

- Nejprve opečeme česnek se zázvorem, potom přidáváme nejprve tvrdší zeleninu, postupně dále jemnější zeleninu a vše za vysoké teploty opékáme. Přidáme ořechy, omáčky a zeleninový fond. Můžeme podle uvážení zahustit škrobem namočeným ve vodě.
- Nasekaná žebírka povaříme ve vodě doměkka (cca 15–20 minut), osušíme a obalíme směsí ze sójové omáčky, vajec a mouky.
- Položíme na GN plech a pečeme v konvektomatu do hněda (můžete použít tuk Rama Combi Profi) nebo v hlubokém oleji ve wok pánvi, promícháme se zbytlými ingrediencemi a podáváme se zeleninou, kterou připravíme následovně.

VÝROBEK

Pang Gang – Pikantní omáčka s chilli a rajčaty 1 l

- Skvěle se hodí na marinování masa určeného k pečení a grilování.
- Dodává jídlu pikantní chuť s příchutí rajčat.



Sladkokyselé kuře s ananase a bambusem

SUROVINY NA 10 PORCÍ

Kuřecí prsa (na kostky)	1,5 kg
Perlivá voda	500 ml
Mouka hladká	350 g
Škrob	80 g
Prášek do pečiva	13 g
Jarní cibule	20 g
Olej (na smažení)	podle potřeby

OMÁČKA:

Zelená paprika	60 g
Ananas (kostky)	250 g
Knorr Sunshine Chilli	100 ml
Hellmann's Kečup	100 ml
Knorr Ketjap Manis	5 ml
Cukr	45 g
Rýžový ocet	15 ml
Bambus (v konzervě)	40 g
Mrkev (nudličky)	60g
Cibule (proužky)	40 g
Škrob	25g
Voda	650 ml

PŘÍPRAVA

- Maso nakrájené na větší kostky obalíme ve škrobu a poté namočíme do těstíčka vytvořeného smícháním vody, prášku do pečiva a mouky.
- Obalené kostky usmažíme v rozpáleném oleji do zlatova.
- Omáčku vytvoříme spojením kečupu, rýžového vína, sójové omáčky, omáčky Sunshine, vody a cukru, vše přivedeme k varu a zahustíme škrobem.
- Do omáčky vmícháme opečenou zeleninu s ananase a bambusem.
- Při výdeji promícháme s osmaženým masem a posypeme nasekanou jarní cibulkou.

VÝROBEK

Sunshine Chilli – Pikantní omáčka s chilli a česnekem 1 l

- Sladko-pálivá omáčka s chilli a česnekem.
- Skvělá jako dip, aplikujte přímo z lahve nebo s dalšími ingrediencemi.
- Můžete ji vetřít na kuřecí křídla nebo žebírka a získáte tak sladko-pálivou glazuru.



Celý recept zde



Celý recept zde



Zeleninový wok s nudlemi

SUROVINY NA 10 PORCÍ

PÁNEV WOK:

Knorr Asijské nudle 3 kg	800 g
Olej	120 ml
Paprika červená	250 g
Cibule žlutá	100 g
Mrkev	300 g
Květák	300 g
Cizna, bez nálevu	300 g
Knorr Štáva k masu	50 g
Voda	500 ml
Knorr Sambal Manis	150 ml
Zázvorové pyré	100 g

SERVÍROVÁNÍ:

Čerstvý koriandr	20 g
Arašídý, opražené	150 g

PŘÍPRAVA

PÁNEV WOK:

- Očištěné papriky nakrájejte na silnější pruhy, květák rozdělte na růžičky a sblanšřijte, cibuli nakrájejte na klínky a mrkev na hrubší nudle.
- Nudle vložte do vařící vody, povařte 16 minut a poté scedte a zchladte.
- Knorr Štávu k masu rozmíchejte ve vařící vodě a do vzniklé šťávy přidejte omáčku Sambal Manis.
- Na pánev nalijte olej a po rozehrátí vložte zeleninu a orestujte, přidejte zázvor, opět krátce orestujte a přidejte vařené asijské nudle. Na prudkém ohni vše společně orestujte, přidejte ciznu a vše spojte a ochutňte předem připravenou omáčkou.

SERVÍROVÁNÍ:

- Při servírování ozdobte povrch koriandrovými lístky a nasekanými opraženými arašídý.
- Jídlo je vhodné i pro vegany.

VÝROBEK

Knorr Asijské nudle 3 kg

- Sušené semolinové těstoviny.
- Při udržování v teple se nelepí.
- Vhodné zejména jako přísada do asijských polévek, hlavních jídel či salátů.



Smažené těstoviny

Bami Goreng

SUROVINY NA 10 PORCÍ

Krevety loupané	450 g
Kuřecí prsa	450 g
Tenké vaječné těstoviny	600 g
Pak Choi nebo čínské zelí	240 g
Červená paprika	270 g
Cibule	120 g
Rajčata	300 g
Fazolové klíčky	150 g
Tofu (krájené na kostky)	240 g
Vejce	2 ks
Knorr Sunshine Chili	450 ml
Sůl	15 g
Jarní cibulka	k ozdobení
Šalotka	k ozdobení

PŘÍPRAVA

- Krevety a kuřecí prsa očistěte. Kuřecí maso nakrájejte na nudličky. Těstoviny uvařte.
- Zeleninu očistěte a nakrájejte: Pak Choi/čínské zelí, papriku a cibuli na proužky, rajčata na kostky.
- Krevety a kuřecí nudličky zprudka osmažte na pánvi wok, poté přendejte stranou a ponechejte v teple.
- Na pánvi wok orestujte zeleninu, fazolové klíčky, tofu, vyklepnuté vejce a těstoviny. Přidejte omáčku Sunshine Chili a sůl dle chuti.
- Orestovanou zeleninu promíchejte s krevetami a kuřecím masem.
- Hotový pokrm ozdobte jarní cibulkou a osmaženou šalotkou.

VÝROBEK

Sunshine Chilli – Pikantní omáčka s chilli a česnekem 1 l

- Sladko-pálivá omáčka s chilli a česnekem.
- Skvělá jako dip, aplikujte přímo z lahve nebo s dalšími ingrediencemi.
- Můžete ji vetřít na kuřecí křídla nebo žebírka a získáte tak sladko-pálivou glazuru.



Celý recept zde



Celý recept zde



Kuřecí paličky marinované v pikantní sladké chilli omáčce s palicovou kukuřicí

SUROVINY NA 10 PORCÍ

Kuřecí paličky/stehna	3 kg
Červený vinný ocet	40 g
Med	30 g
Knorr Sunshine Chilli	250 g
Tabasco	4 g
Rama Combi Profi	75 ml
Celá vařená kukuřice nebo baby kukuřice	1,2 kg
Máslo	100 g
Cukrový hrášek	600 g
Cukr	100 g
Rýžové nudle	300 g
Olej (na smažení)	podle potřeby

PŘÍPRAVA

- Kuřecí paličky omyjeme a dáme na nízký GN plech.
- V misce smícháme ostatní ingredience (vinný ocet, med, tabasco, Knorr Sunshine), můžeme lehce povolit vodou.
- 2/3 marinády promícháme s paličkama, postříkáme Rama Combi Profi a pečeme v konvektomatu při 175 °C cca 30 min, pak otočíme a dopékáme na 185 °C cca 15 min, dle velikosti paliček.
- Zbylou 1/3 marinády si necháme na potírání během pečení, při otáčení paliček nebo na finální omlazování po upečení.
- Během pečení si připravíme přílohu z kukuřice. Vařené kukuřicové klasy nakrájíme na kolečka nebo použijeme baby kukuřičky, které vložíme na máslo s cukrem, aby lehce zkaramelizovaly.
- Přidáme cukrový hrášek a společně na pánvi prohodíme.
- Při podávání doplníme o v rozpáleném oleji do křupava vysmažené rýžové nudle.

VÝROBEK

Sunshine Chilli – Pikantní omáčka s chilli a česnekem 1 l

- Sladko-pálivá omáčka s chilli a česnekem.
- Skvělá jako dip, aplikujte přímo z lahve nebo s dalšími ingrediencemi.
- Můžete ji vetřít na kuřecí křídla nebo žebírka a získáte tak sladko-pálivou glazuru.



Křupavé krevety Sambal Manis

SUROVINY NA 10 PORCÍ

Krevety (30/40), bez střívka a oloupané	1,4 kg
Červená cibule, nakrájená	180 g
Česnek, hrubě posekaný	50 g
Jarní cibule, nakrájená	100 g
Celerové lístky	20 g
Zázvor, drobně nasekaný	30 g
Limetka (šťáva)	2 ks
Knorr Sambal Manis	150 ml
Cukr	5 g
Škrob	20 g
Olej	200 g

PŘÍPRAVA

- Všechny potřebné suroviny si nakrájíme a připravíme k ruce.
- Krevety namarinujeme v cukru a škrobu, aby byly křupavé.
- Ve wok pánvi rozpálíme olej, prudce opečeme krevety do změny jejich barvy a přendáme je stranou na kuchyňský papír.
- Do horké wok pánve vložíme ingredience v tomto pořadí: červená cibule, zázvor a česnek. Jakmile suroviny změknou, přidáme opečené krevety a Knorr omáčku Sambal Manis.
- Nakonec přidáme jarní cibuli, celerové lístky, promícháme a dochutíme limetkovou šťávou.
- Podáváme s vařenou rýží.

VÝROBEK

Sambal Manis – Pikantní omáčka s chilli a sójou 1 l

- Výborná na pokrmy, které se připravují na pánvi wok.
- Stačí přidat k masu, zelenině a osmažit.
- Dává jídlům orientální, sladko-pálivou chuť.



Celý recept zde





Kuřecí špíz v pikantní marinádě s kokosovým mlékem

SUROVINY NA 10 PORCÍ

Kuřecí prsa, krájená na kostky	1 kg
Mletá kurkuma	7 g
Galangal nebo zázvor	40 g
Citrónová tráva (jemně nasekaná bílá část)	40 g
Mleté chilli	podle uvážení
Kokosové mléko	500 ml
Knorr Pang Gang	150 ml
Stonky citrónové trávy nebo špízy	10 ks

PŘÍPRAVA

- Smícháme všechny ingredience do konzistence krémové pasty.
- Kostky masa potřeme marinádou a necháme delší dobu odležet.
- Poté maso napícháme na špízy a opečeme v konvektomatu nebo grilu při 180 °C za občasného potřetí zbylou marinádou.
- Podáváme například s okurkou nebo čerstvou zeleninou a rýží.

VÝROBEK

Pang Gang – Pikantní omáčka s chilli a rajčaty 1 l

- Skvěle se hodí na marinování masa určeného k pečení a grilování.
- Dodává jídlu pikantní chuť s příchutí rajčat.



Indonéský nudlový salát

Celý recept zde



SUROVINY NA 10 PORCÍ

SALÁT:

Knorr Asijské nudle 3 kg	1 kg
Čerstvá paprika	200 g
Mrkev	200 g
Bílá ředkev	200 g
Čerstvý špenát, opraný	100 g
Arašídy	100 g
Jarní cibule	50 g
Čerstvý koriandr	50 g

DRESINK:

Knorr Ketjap Manis	100 ml
Olej	50 ml
Limetková šťáva	50 cl
Knorr Sambal Manis	100 ml
Cukr hnědý	50 g
Pepř a sůl	podle potřeby

PŘÍPRAVA

SALÁT:

- Očištěné papriky nakrájejte na pruhy, mrkev a ředkev na kolečka.
- Nudle vložte do vařící vody, povařte 16 minut a poté scedte a zchladte. Pro snazší servírování můžete nudle překrájet.
- Salátové ingredience promíchejte s vychlazenými asijskými nudlemi.

DRESINK:

- Smíchejte všechny suroviny na dresink dohromady a dochuťte podle vlastní chuti.

SERVÍROVÁNÍ:

- Smíchaný salát spojte s dresinkem.
- Ozdobte čerstvými bylinkami a nasekanými opraženými arašídami.
- Můžete doplnit nakrájenou limetkou.



VÝROBEK

Knorr Asijské nudle 3 kg

- Sušené semolinové těstoviny.
- Při udržování v teple se nelepí.
- Vhodné zejména jako přísada do asijských polévek, hlavních jídel či salátů.



Celá jihovýchodní asijská kuchyně je různorodá jako celý region. Na ulicích i v restauracích se setkáte s mořskými plody i vepřovým masem, tofu i kuřetem, rýží i bagetou bánh mĩ. Typické pro všechny kuchyně jihovýchodní Asie je, že nezná chody, tedy postupné přinášení jednotlivých jídel v určitém pořadí. Všechny pokrmy jsou servírovány najednou, host je má všechny před sebou a vybírá si ten pokrm, na který má chuť. Kuchyně jihovýchodní Asie se vyznačuje velkým množstvím čerstvých bylinek, jako je koriandr, citronová tráva, galangal, kafiřové listy, citrusy, kokosové mléko, palmový cukr a také rybí omáčka.



Citronová tráva (Takrai)

V Thajsku roste citronová tráva téměř jako plevel ve velkých trsech, lze ji pěstovat bez problémů i u nás. Spodní světlá část stonku se používá kromě curry past do polévek a smažených pokrmů, může se do pokrmu při vaření vložit i v celku a před podáváním jej vyndat. Použití můžeme i nasušenou citronovou travu, jen ji předem musíme nechat 30 minut máčet ve vodě, ale zato bude chutnat jako čerstvá.



Thajská bazalka

Bazalka se v pokrmích vyskytuje velmi hojně. Používají se tři druhy. *Bai Horapa* chutná lehce po anýzu a přidává se do červeného a zeleného kari, její listy připomínají mátu. *Bai Manglaek* chuťově připomíná citrony, její tenké lístečky bývají součástí polévek a salátů. Purpurové listy *Bai Gra-pao* pro změnu připomínají chuť hřebíčku.



Galangal (galangalový kořen)

Příbuzný zázvoru s citrusovým nádechem, jeho vůně i chuť je o dost ostřejší. K dostání je v čerstvé nebo sušené formě, sušený galangal je však nutně před vařením namočit v horké vodě. Používá se do polévek, smažených jídel a také bývá součástí oblíbených thajských curry past.



Koriandr (Pak Chee)

Jeho výrazná a pikantní chuť dodá pokrmu na čerstvosti. Používá se celá rostlina včetně semen a kořenů, vše se opraží, rozemele a poté se směs přidává do curry past. Pro zachování delší čerstvosti koriandr omyjte, osušte a vložte do plastového sáčku, takto vydrží v lednici až 6 dní.



Tamarind

Luskovité plody, jejichž dužina lze pojidat čerstvá, vařená nebo sušená. Z dužiny lze připravit také osvěžující nápoje.



Kafiřové listy a limety (Makrut)

Takzvané kafiřové limety mají tmavě zelenou kůru s hrbolečky, jsou výrazně vůně a chuti. Z limet se používá nastrouhaná kůra, která je bohatá na aromatické oleje. Z rostliny se dají užit kafiřové listy (celé nebo nadrcené), a to do salátů a opět curry past. Listy z kafiřových limet nám celkem dlouho vydrží, když je uložíme v plastovém sáčku do mrazáku.



Zázvor

V kuchyni se používá pouze oddělková část (kořen). Chuť zázvoru je ostrá, pálivá a výrazně pryskyřicová. Používá se zejména v čerstvém stavu. Mimo pokrmů se ze zázvoru dělají čaje, limonády a další nápoje.



Sezamový olej

Sezam byl jedna z prvních surovin, ze které se zpracovával olej. V asijské kuchyni se používá olej z praženého sezamu, který má tmavou barvu a výrazně voní po sezamu. Má velmi výraznou chuť.



Jidášovo ucho

Jeho předností je příjemná křupavost, nemá příliš výraznou chuť a vůni, což umožňuje jej přidávat do různých jídel podle vlastní fantazie, dobře poslouží také k vytvoření barevného kontrastu s ostatními složkami pokrmu. Houba se používá čerstvá či sušená. Čerstvou houbu povařte 10–20 minut a následně přidejte do pokrmu. Sušenou houbu je třeba alespoň na 1–2 hodiny namočit.



Wasabi

Tento zelený japonský kořen je neodmyslitelnou součástí většiny japonských pokrmů. Čerstvě strouhaný kořen má jasně zelenou barvu, lepkavou texturu, čerstvou vůni a štiplavou chuť. Kromě kořene lze využít i stonky, listy a květ. Stonky a listy bývají nakládány a nasekané a používají se hlavně jako příloha k zelenině a polévkám.



Sečuánský pepř

Značně ostré, až chuť otupující, aromatické koření. Pro zvýšení aroma se doporučuje tobolek celé nebo drcené opražit. Ke koření používáme jen malé dávky. V Číně si mletým opraženým sečuánským pepřem koření zelený čaj. Před použitím se doporučuje vyřadit všechna uvolněná černá semínka která jsou velmi hořká.





Ketjap Manis – Indonéská sójová omáčka 1 l

- Sladší a hustší než klasická sójová omáčka.
- Dodává pokrmu tmavě zlatavou barvu a intenzivnější chuť.
- Výtečná jako základ pro teplé a studené omáčky a jako marináda.



Pang Gang – Pikantní omáčka s chilli a rajčaty 1 l

- Skvěle se hodí na marinování masa určeného k pečení a grilování.
- Dodává jídlu pikantní chuť s příchutí rajčat.



Teriyaki omáčka 1 l

- Ideální pro japonskou kuchyni nebo pro dodání orientálního nádechu tradičním pokrmům.
- Výborně se hodí k marinování, ochucování, pečení a grilování masa, ryb, mořských plodů a zeleniny.



Sambal Manis – Pikantní omáčka s chilli a sójou 1 l

- Výborná na pokrmy, které se připravují na pánvi wok.
- Stačí přidat k masu, zelenině a osmažit.
- Dává jídlům orientální, sladko-pálivou chuť.



Sunshine Chilli – Pikantní omáčka s chilli a česnekem 1 l

- Sladko-pálivá omáčka s chilli a česnekem.
- Skvělá jako dip, aplikujte přímo z lahve nebo s dalšími ingrediencemi.
- Můžete ji vetřít na kuřecí křídla nebo žebírka a získáte tak sladko-pálivou glazuru.



Knorr Asijské nudle 3 kg

- Sušené semolinové těstoviny.
- Při udržování v teple se nelepí.
- Vhodné zejména jako přísada do asijských polévek, hlavních jídel či salátů.



Essence Kuřecí bujón 1 l

- K dochucování pokrmů – napomáhá získat plnou chuť drůbežního masa.
- Tekutá forma zjednodušuje dávkování, okamžitě se rozpouští v pokrmu a výborně se spojuje s jinými surovinami.
- Velmi široké využití v teplých i studených pokrmech: vývary, polévky, rizota, fáše, nádivky, marinády, dipy, jídla z pánve.



Essence Hovězí bujón 1 l

- Autentická chuť hovězího masa ve formě koncentrovaného bujónu.
- Tekutá forma – zjednodušené dávkování a výborně se rozpouští v horkých i studených pokrmech.
- Vysoká vydatnost – více než 60 l fondu pro ochucení pokrmu.



Essence Zeleninový bujón 1 l

- K dochucování pokrmů – napomáhá získat plnou chuť zeleniny.
- Tekutá forma zjednodušuje dávkování, okamžitě se rozpouští v pokrmu a výborně se spojuje s jinými surovinami.



Essence Rybí bujón 1 l

- Bohaté složení – obsahuje koncentrovaný rybí bujón.
- Jednoduché dávkování – tekutá forma usnadňuje dávkování, rozpouští se v pokrmu a výborně se spojuje s jinými ingrediencemi.
- Vhodný do studených i teplých pokrmů: polévky, omáčky, dipy, marinády...

Více profesionálních inspirací najdete
na **www.unileverfoodsolutions.cz**

Unilever ČR, spol. s r.o.

Voctářova 2497/18, Praha 8, PSČ 180 00

www.unileverfoodsolutions.cz



Unilever Food Solutions Česká republika