

KUHARSKA DOŽIVETJA Z RIBAMI

kulinarična videodelavnica z Luko Jezerškom

Akademija Jezeršek



Jezeršek
AKADEMIJA

**BANDELJCI NADEVANI S POROM, KORENČKOM, SMETANOVIM
SIRČKOM IN POSTRVJO, HRENOVA POMAKA**

**NADEVANE TESTENINE S POLENTO, DIMLJENO POSTRVJO
IN PEHTRANOM, CVETAČNA KREMA IN FILE POSTRVI**



BANDELJCI NADEVANI S POROM, KORENČKOM, SMETANOVIM SIRČKOM IN POSTRVJO, JOGURTOVA POMAKA

Sestavine za nadev:

Za cca 20 žepkov:

100 g pora narezanega na drobno
100 g korenčka naribanega na drobno
70 g smetanovega sirčka
150 g fileja dimljene postrvi nasekljanega na drobno (multipraktik)
Drobnjak narezan na drobno
Sol in poper
600 g maslenega listnatega testa
1 razžvrkljano jajce za premaz

Iz domače kuhinje boste potrebovali:

Olje za praženje zelenjave
Sol in poper
Sveža zelišča po želji (čemaž, peteršilj, drobnjak, ...)

Postopek za nadev:

1. Por in korenček popražimo, da oveni. Ohladimo.
2. Očiščen file dimljene postrvi v multipraktiku zmiksamo ali na drobno sesekljamo.
3. Vse sestavine damo v eno skledo, dodamo smetanov sir in drobnjak. Začnimo s soljo in poprom in vse skupaj zmešamo v nadev.

Kako naredimo žepke?

1. Listnato testo razvaljamo.
2. Iz listnatega testa s pomočjo okroglega obročka izrežemo kroge.

3. Kroge premažemo z jajcem.

4. Na vsak krog testa položimo po žličko nadeva.

5. Kroge prepognemo in spnemo v žepke.

6. Žepke damo na pekač s peki papirjem in premažemo z jajcem. Po želji potresemo s sezamom.

7. Žepke pečemo v pečici cca 25 – 35 minut na 175° C

Kako jed postrežemo?

Jed postrežemo na leseni deski kot prigrizek z izbrano pomako – (jogurtova pomaka s kisló smetano in pomladnimi zelišči.)

INVENTAR IZ DOMAČE KUHINJE:

Okrogel modelček, za izrezovanje testa, lesena deska, čopič, skleda za pripravo nadeva, žlica, kuhalnica, pečica, pekač in peki papir

NADEVANE TESTENINE S POLENTO, DIMLJENO POSTRVJO IN PEHTRANOM, CVETAČNA KREMA IN FILE POSTRVI

Osnovno testo za testenine:

200 g moke
2 jajci
Olje, voda
Ščep soli

Žlahtno testo za testenine:

275 g moke za testenine
2 jajci
2 rumenjaka
1 žlička olivnega olja

Sestavine za nadev:

140 g skute
70 g smetanovega sirčka
100 g kuhane goste ohlajene polente
100 g fileja dimljene postrvi brez kosti in
kože narezanega ali nasekljanega na
drobno
Jajce po potrebi
Parmezan nariban fino, če je potrebno
za uravnavanje gostote
Pšenični zdrob, če je potrebno za
uravnavanje gostote
Izbrana sveža zelišča pehtran
Pesto sušenih paradižnikov po okusu
Sol in poper
1 razžvrkljano jajce za premaz
Maslo
Žajbelj lističi

Iz domače kuhinje boste potrebovali:

Pšenični zdrob ali drobtine
Sol in poper
Olje ali maslo
Ostro moko

Kako pripravimo testo?

Vse sestavine ugnemo v gladko testo in zavijemo v prozorno folijo. Testo mora biti mehko, gladko in lepljivo. Tako pripravljeno testo naj počiva najmanj 2 uri.

Nasvet iz prve roke:

Če testo vakumiramo, potrebuje le 10 minut počitka

Kako pripravimo nadev?

Vse sestavine dobro zmešamo v dokaj gosto teksturo. Začinimo po svojem okusu.

Za 1 nadevano testenino računamo cca 10 g nadeva. Odvisno od velikosti testenine.

Kako pripravimo polnjene testenine?

Testo na tanko razvaljamo. Z okroglim obodcem izrežemo kroge. Na vsakega položimo žličko nadeva. Zunanji rob kroga premažemo z raztepenim jajcem. Spnemo v željeno obliko.

Kuhamo jih v slanem kropu, da splavajo na površino. Kuhane odcedimo in jih posotiramo na topljenem maslu, ki smo mu dodali žajbljeve lističe.

Lahko postrežemo z izbrano omako, v juhi ali kot prilogo.

Sestavine za cvetačno kremo:

1 šalotka narezana na drobno
50 g topljenega masla
250 g očiščene nacvetkane cvetače
100 ml sladke smetane
100 ml mleka
Sol
Muškatni orešček
Kajenski poper

Postopek:

1. Šalotko na maslu svetlo popražimo.
2. Dodamo cvetačo in premešamo, da se prepoji z maslom.
3. Dodamo mleko, pokrijemo in dušimo 10 minut.
4. Dodamo sladko smetano in cvetačo kuhamo do mehkega. Ne sme porjaveti.
5. Nato začininimo z soljo, kajenskim poprom in muškatnim oreščkom in zmiksamo v gladko kremo.

Sestavine za file postrvi:

File postrvi 4 x kos po cca 0,12 – 0,15 kg
Olje ali topljeno maslo
Sol

Kako spečemo file postrvi?

1. Fileje postrvi temperiramo na sobno temperaturo in osušimo s papirnato brisačo.
2. Ponev namastimo z oljem in segrejemo do cca 120°C.
3. File postrvi položimo na segreto ponev s kožo navzdol. Povišamo temperaturo in pečemo 5 – 7 minut odvisno od velikosti in debeline fileja. Oziroma da olje zadiši (smoke-and-hot)
4. Ko olje zadiši (smoke-and-hot) in koža ribe sama odstopi od dna ponve, file obrnemo in jo spečemo še na drugi strani približno 2 minuti.
5. Fileje postrvi posolimo in pokapljamo z oljnim oljem.

Kako jed postrežemo?

Na izbrani krožnik damo cvetačno kremo na katero položimo nadevane testenine. Dodamo file okrasimo z zeliščnimi vejicami.

INVENTAR IZ DOMAČE KUHINJE:

Okrogel modelček, za izrezovanje testa, lesena deska, valjar ali strojček za valjanje testenin, dresirna vrečka ali čajna žlička, skleda za pripravo nadeva, metlica, žlica, kuhalnica, lonec za kuhanje testenin, cedilo ali lopatka, ponev, manjšo kozico



Evropska unija



Evropski sklad za
pomorstvo in ribištvo



Republika Slovenija



Poslovna podporni center Kranj
Regionalna razvojna agencija Gorenjske

Dvor Jezeršek, Zgornji Brnik 63,
Cerklje na Gorenjskem
www.jezersek.si
E: akademija@jezersek.si
T: 04 25 29 400

Jezeršek
AKADEMIJA

