



KNORR

PROFESSIONAL

ESENCES





SATURS

UZZINIET VAIRĀK PAR MŪSU JAUNAJĀM ESENCĒM

- ▶ KĀ LIETOT ESENCES?
- ▶ UMAMI ESENCE
- ▶ SĒŅU ESENCE
- ▶ CITRUSAUGĻU ESENCE
- ▶ KŪPINĀJUMA ESENCE

RECEPTES

- ▶ DĀRZEŅU WOK
- ▶ JĒRA GAĻAS GROZS AR TOMĀTU
IEVĀRĪJUMU UN PANĪRU
- ▶ KRĒMĪGA SĒŅU MĒRCE
- ▶ PĒRĻU VISTIŅA AR KUSKUSU UN CEPTIEM
BURKĀNIEM
- ▶ LAŠA TARTARS AR AVOKADO
- ▶ AKMEŅPLEKSTE AR SPARĢEĻIEM AR
DŪMU GARŠU UN CITRUSAUGĻU KONFITU
- ▶ VISTAS GAĻA BARBEKJŪ MĒRCES GLAZŪRĀ
- ▶ „SIRLOIN” STEIKS AR KRAUKŠĶĪGĀM
DESIŅĀM UN LIMA PUPIŅĀM



KĀ lietot esences?

SASTĀVDAĻU SAGATAVOŠANA

ĒDIENA PAMATGARŠAS RADĪŠANA

PAŅĒMIENI

- Marīnēšana.
- Piesūcināšana.

PIEMĒRS

- Umami esences pievienošana hamburgeru gaļai, lai piešķirtu tai spēcīgi karamelizētu garšu.

ĒDIENA GATAVOŠANA

ĒDIENA GALVENĀS GARŠAS RADĪŠANA

PAŅĒMIENI

- Garšvielu pievienošana/garšas radīšana galvenajā ēdiena gatavošanas procesa laikā.

PIEMĒRS

- Sēņu esences pievienošana risoto izceļ raksturīgo savvaļas sēņu garšu, kas lieliski saderēs ar šampinjoniem.
- Kūpinājuma esences pievienošana demi - glace, lai pagatavotu mērci grilētai gaļai ar kūpinājuma garšu un aromātu.

PAPILDU GARŠAS NOTS PIEŠĶIRŠANA ĒDIENAM

PAŅĒMIENI

- Garšas nobeiguma nots piešķiršana ēdienam.

PIEMĒRS

- Citrusaugļu esences pievienošana (pašam ēdienam vai arī salātiem), lai grilētam lasim piešķirtu patīkamu citrusaugļu garšu.
- Umami esences pievienošana buljona vārīšanas beigās, lai piešķirtu ēdienam bagātīgu cepeša gaļas garšu.

ĒDIENA DEKORĒŠANA

GARNĒJUMS VAI MĒRCE

PAŅĒMIENI

- Kā piedeva pie ēdiena.
- Pievienošana ēdienam pirms tā pasniegšanas.

PIEMĒRS

- Glazējot grilētu lasi ar citrusaugļu esenci, lai tam piešķirtu patīkamu krāsu un garšu.

GARŠAS IZMAIŅAS BŪS JŪTAMAS SPĒCĪGĀK, JA ESENCES PIEVIENOSIET ĒDIENA GATAVOŠANAS BEIGĀS!*

*TĀPAT KĀ SVAIGOS PRODUKTUS, PIEMĒRAM, CITRONU, ZAĻUMUS UTT.



Umami esence



APRAKSTS

Bagātīga, karamelizēta lēni apceptu sīpolu un ķiploku garša.

PAR SASTĀVU

Nesatur konservantus, krāsvielas, nātrija glutamātu, laktozi, glutēnu, ar dabīgām sastāvdaļām, piemērota vegāniem.

KO TĀ PIEŠKIR ĒDIENAM?

Saldu, karamelizētu garšu.

KĀDIEM ĒDIENIEM TO PIEVIENOT?

Sautētai gaļai un sautējumiem, buljonam, mērcēm un ceptiem dārzeņiem.



GALVENĀS SASTĀVDAĻAS

KRĀSNĪ CEPTU SĪPOLU BIEZENIS

Svaigi sīpoli tiek nomazgāti, nomizoti un cepti cepeškrāsnī apmēram 1 stundu. Tad tie tiek sasaldēti ar ātrās saldēšanas metodi, lai saglabātu to krāsu un garšu.



KRĀSNĪ CEPTU ĶIPLOKU BIEZENIS

Svaigas un tīras ķiplokgalviņas tiek ceptas cepeškrāsnī apmēram 1 stundu. Tad tās tiek samaltas biezenī un sasaldētas ar ātrās saldēšanas metodi, lai saglabātu to krāsu un garšu.



CEPTU SĪPOLU KONCENTRĀTS

Sīpolu sulas koncentrāts, ko iegūst, cepot sīpolu uz lēnas uguns kopā ar taukiem un cukuru. Lai iegūtu 1 kg koncentrāta, tiek izmantoti 7,5 kg svaigu sīpolu.



ĶIPLOKU EKSTRAKTS

Dabīgs no ķiplokiem iegūts ekstrakts.



SĒŅU esence

Knorr
PROFESSIONAL



APRAKSTS

Izteiksmīga garša, kas raksturīga baravikām.

PAR SASTĀVU

Nesatur konservantus, krāsvielas, nātrija glutamātu, laktozi, glutēnu, ar dabīgām sastāvdaļām, piemērota vegāniem.

KO TĀ PIEŠĶIR ĒDIENAM?

Bagātīgu, izteiktu sēņu garšu, biezāku konsistenci. Pievienojot lielāku daudzumu, ēdienam piešķir izteiktu baraviku garšas buketi.

KĀDIEM ĒDIENIEM TO PIEVIENOT?

Risoto, sautējumiem, gulašam, makaronu ēdieniem, mērcēm un pildījumiem.



GALVENĀS SASTĀVDAĻAS

BARAVIKAS

legūta no svaigām, tīrām, gatavām un īstām baravikām, kas tiek īpaši atlasītas, sagrieztas un kaltētas.



SVIESTA BEKAS

legūta no svaigām, tīrām, gatavām un īstām bekām, kas tiek īpaši atlasītas, sagrieztas un kaltētas.



KRĀSNĪ CEPTU SĪPOLU BIEZENIS

Svaigi sīpoli tiek nomazgāti, nomizoti un cepti cepeškrāsnī apmēram 1 stundu. Tad tie tiek sasaldēti ar ātrās saldēšanas metodi, lai saglabātu to krāsu un garšu.



ŠAMPINJONU EKSTRAKTS

legūta no šampinjonu sulas koncentrāta. Lai iegūtu 1 kg ekstrakta, tiek izmantoti 14 kg svaigu šampinjonu.



CITRUSAUGĻU ESENCE

Knorr
PROFESSIONAL



APRAKSTS

Citrusaugļiem raksturīga svaiga mandarīnu, laima un juzu augļu garša.

PAR SASTĀVU

Nesatur konservantus, krāsvielas, nātrija glutamātu, laktozi, glutēnu, ar dabīgām sastāvdaļām, piemērota vegāniem.

KO TĀ PIEŠKIR ĒDIENAM?

Citrusaugļiem raksturīgo svaigumu un augļu garšu.

KĀDIEM ĒDIENIEM TO PIEVIENOT?

Grilētām jūras veltēm, ceviche, piedevām, vistai marokāņu gaumē, zivju tartariem, desertiem un dzērieniem.



GALVENĀS SASTĀVDAĻAS

MANDARĪNU SULAS KONCENTRĀTS

Lai iegūtu 1 kg mandarīnu sulas koncentrātu, tiek izmantoti 9 kg svaigu mandarīnu.



PERSIJAS LAIMA SULAS KONCENTRĀTS

Citrus latifolia Tan (tahiti laims), zināms arī kā Persijas laims. Gatavots no tikko izspiestas laima sulas un tad sasaldēts. Lai iegūtu 1 kg koncentrāta, tiek izmantoti 7 kg svaiga laima.



JUZU SULA

Iegūta Dienvidkorejā no vietējās saimniecības audzētiem juzu. Tā tiek izspiesta, pārstrādāta un sasaldēta. Izteikti spēcīga. Lai iegūtu 1 kg sulas, tiek izmantoti 14-15 juzu augļi.



CITRONA EKSTRAKTS

Dabīgs no citroniem iegūts ekstrakts.



Kūpinājuma esence

Knorr
PROFESSIONAL



APRAKSTS

Intensīva kūpinājuma smarža un garša.

PAR SASTĀVU

Nesatur konservantus, krāsvielas, nātrija glutamātu, laktozi, glutēnu, ar dabīgām sastāvdaļām, piemērota vegāniem.

KO TĀ PIEŠĶIR ĒDIENAM?

Ceptai vai krāsnī ceptai gaļai, zivīm un dārzeņiem tā piešķir barbekjū raksturīgu dūmakainu aromātu, pievienojot lielāku daudzumu, un bagātīgu garšu, pievienojot mazāku daudzumu. Ideāli piemērota barbekjū mērcei.

KĀDIEM ĒDIENIEM TO PIEVIENOT?

Ceptam steikam, burgeru gaļai, ceptam vai grilētam lasim, barbekjū mērcei, barbekjū vistas gaļai.

GALVENĀS SASTĀVDAĻAS

KRĀSNĪ CEPTU SĪPOLU BIEZENIS

Apmēram 1 stundu krāsnī ceptu sīpoli. Svaigi sīpoli tiek nomazgāti, nomizoti, sagriezti un cepti cepeškrāsnī 30–60 minūtes. Tad tie tiek sablendēti kopā ar cukurniedru cukuru un jūras sāli un sasaldēti ar ātrās saldēšanas metodi, lai saglabātu to krāsu un garšu.



DŪMOTS CUKURS

Dabīgs process — koka skaidas tiek uzkaršētas, līdz parādās dūmi. Tad šķidrums tiek dūmots un vēlāk žāvēts ar gaisa plūsmu. Tiek izmantota kļava, ozols, kārija, osis, bērzs, ķīsis un dižskābardis.





Dārzeņu WOK



10 PORCIJAS

SASTĀVDAĻAS

0,200 KG	BURKĀNI (STRĒMEĻĒS)
0,250 KG	BROKOĻI
0,100 KG	SARKANAIS SĪPOLS
0,200 KG	ŠAMPINJONI (ŠĶĒLĒS)
0,150 KG	CUKURZIŅU PĀKSTIS
0,200 KG	DZELTENĀ PAPRIKA (STRĒMEĻĒS)
0,050 KG	SVIESTS
0,030 L	EĻĻA
PĒC GARŠAS	KALTĒTS TIMIĀNS
0,040 KG	KNORR PROFESSIONAL UMAMI ESENCE
PĒC GARŠAS	SĀLS



Dārzeņu WOK

10 PORCIJAS



PAGATAVOŠANA

1. Sagriež dārzeņus
2. Noblanšē brokoļus un cukurzirņu pākstis, un ātri tos atzdzesē
3. Uzkarsējiet sviestu un eļļu lielā pannā vai vokpannā, iemetiet tajā šampinjonus un pēc kāda laika pievienojiet arī visus pārējos dārzeņus.
4. Pieber timiānu un pievieno Umami esenci. Ja nepieciešams, var pievienot arī šķipsniņu sāls.

Knorr
PROFESSIONAL



JĒRA GAĻAS grozs AR TOMĀTU IEVARIJUMU UN PANIRU

10 PORCIJAS



SASTĀVDAĻAS

JĒRA GAĻAS GROZS

10 PORC. NOTĪRĪTS UN PORCIJĀS
SADALĪTS JĒRA GROZS

TURKU ZIRŅI AR GARŠVIELĀM

300 G KONSERVĒTI, SKALOTI
TURKU ZIRŅI
10 G SINEPJU SĒKLAS
5 G KARDAMONA SĒKLAS
2 G ĶIMENES
3 G FENHEĻA SĒKLAS
5 G KURKUMAS PULVERIS
30 G VIDĒJI SMALKI SAGRIEZTI
ŠALOTES SĪPOLI
500 ML ŪDENS
10 G KNORR PROFESSIONAL
UMAMI ESSENCE

TOMĀTU IEVĀRĪJUMS

800 G ROMA TOMĀTI
200 G CUKURS
20 G SMALKI SAKAPĀTAS
PIPARMĒTRU
LAPIŅAS
20 G SMALKI SAKAPĀTS
KORIANDRS
(AR VISIEM KĀTIEM)

PANĪRS

1 L TREKNS PIENS
120 ML CITRONU SULA
4 G SĀLS

TAMARINDA MĒRCE

100 G TAMARINDA PASTA,
BEZ SĒKLIŅĀM
50 ML AUGU EĻĻA
5 G SINEPJU SĒKLAS
3 GAB. KALTĒTAS ČILI
PUSĪTES
50 G TOMĀTU BIEZENIS
200 ML ŪDENS
2 G KURKUMAS PULVERIS
50 G CUKURS
10 G KRĒMSIERS
500 ML VISTAS BULJONS

DEKORĒŠANAI PAPADAMS



Knorr
PROFESSIONAL



JĒRA GAĻAS grozs AR TOMĀTU IEVARIJUMU UN PANĪRU

10 PORCIJAS



PAGATAVOŠANA

TURKU ZIRŅI AR GARŠVIELĀM

1. Dziļā pannā ielej eļļu, pievieno garšvielas. Pannu uzkarsē. Kad sinepju sēklas sāk sprakšķēt, pievieno šalotes sīpolus. Sautē līdz jūtama izteikta sīpolu smarža un tie kļuvuši caurspīdīgi. Pievieno kurkumas pulveri un kārtīgi samaisa, tad pievieno Umami esenci. Pieber turku zirņus un sautē, līdz tie kļuvuši mīksti.

TOMĀTU IEVĀRĪJUMS

2. Pannā ieber cukuru un uzkarsē. Kad cukurs sāk karamelizēties, pievieno rupji sasmalcinātus tomātus un sakapātus zaļumus. Turpina karsēt, līdz masa ieguvusi ievārījuma konsistenci. Uzreiz atdzesē un noliek malā.

PANĪRS

3. Uzkarsē pienu līdz 90°C temperatūrai, nepārtraukti maisot, lai tas nepiedegtu. Noņem no uguns un iemaisa citronu sulu – tam uzreiz vajadzētu sarecēt. Uzliek vāku un ļauj ievilkties 10 minūtes. Nokāš ar marli, pārpalikumus saspaida un apber ar sāli. Lēnām samaisa. Ieliek vēlamajā uzglabāšanas traukā un ieliek ledusskapī uz nakti.

TAMARINDA MĒRCE

4. Pannā ielej eļļu, pievieno sinepju sēklas un kaltētu čili, visu uzkarsē. Kad sinepju sēklas sāk sprakšķēt, pievieno tomātu biezeni, ūdeni un pārējās sastāvdaļas (izņemot krēmsieru). Sautē 15 minūtes un tad pievieno krēmsieru. Pievieno garšvielas pēc izvēles.

JĒRA GAĻAS GROZS

5. Gaļai pievieno garšvielas, tad apcep karstā pannā ar eļļu, līdz vēlamajai gatavībai noliek atpūsties.

Knorr
PROFESSIONAL



KRĒMĪGA SĒŅU MERCE

10 PORCIJAS



SASTĀVDAĻAS

CEPŠANAI	EĻĻA
0,080 KG	SĪPOLI (KUBIŅOS)
0,300 KG	ŠAMPINJONI (ŠĶĒLĒS)
0,070 L	SAUSS BALTVĪNS
PĒC GARŠAS	KALTĒTS TIMIĀNS
0,500 L	RAMA CREMEFINE PROFI 31%
0,050 L	KNORR PROFESSIONAL SĒŅU ESENCE
PĒC GARŠAS	SĀLS, PIPARI
DEKORĒŠANAI	PĒTERSĪĻA LAPAS

Knorr
PROFESSIONAL



KRĒMĪGA SĒŅU MERCE

10 PORCIJAS



PAGATAVOŠANA

1. Apcep sīpolus eļļā un pēc brīža pievieno šampinjonus.
2. Pievieno timiānu.
3. Pielej vīnu un ļauj šķidrumam iztvaikot.
4. Pievieno Rama Cremefine Profi 31%, šampinjonus, tad Sēņu esenci un sautē, līdz ēdiens ieguvis mērces konsistenci.
5. Pievieno garšvielas pēc nepieciešamības.
6. Pirms pasniegšanas pārber ar sakapātām pētersīļa lapām.



PĒRĻU VISTIŅA AR KUSKUSU UN CEPTIEM BURKĀNIEM

10 PORCIJAS



PĒRĻU VISTIŅA

10 GAB. NOTĪRĪTA PĒRĻU VISTIŅAS
FILEJA AR KAULU

BALZAMETIĶA SULA

1 L VISTAS BULJONS
100 ML IZTURĒTS BALZAMETIĶIS
80 G SVIESTS, KUBIŅOS

KUSKUSS AR GARŠVIELĀM

500 G KUSKUSS
100 G VIDĒJI SMALKI SAGRIEZTI
BALTIE SĪPOLI
5 G ĶĪPĻOKU PULVERIS
2 G MALTS KANĒLIS
1 G MALTS KORIANDRS
30 G KAPĀTI PĒTERSĪĻI
40 G SAKAPĀTAS PĪPĀRMĒTRU
LAPIŅAS
30 G SVAIGAS, SAKAPĀTAS
KORIANDRA LAPIŅAS
120 G GRAUZDĒTI CIEDRŪ
RIEKSTI
1 GAB. GRANĀTĀBOLS
20 G KNORR PROFESSIONAL
SĒŅU ESENCE

JOGURTS

1 L TURKU JOGURTS
100 ML EXTRA VIRGIN OLĪVEĻĻA

KRĀSNĪ CEPTI BURKĀNI

15 GAB MAZIE ORANŽIE UN
DZELTENIE BURKĀNI

SARKANIE ČILI PIPARI

10 GAB UZ LIESMAS APDEDZINĀTI
SARKANIE ČILI PIPARI

DEKORĒŠANAI

SALIKORNIJA, ZAĻO VĪNOGU PUSĪTES
BEZ KAULIŅIEM, GARŠAUGU EĻĻA UN
BALZAMETIĶA SULA



PĒRĻU VISTIŅA AR KUSKUSU UN CEPTIEM BURKĀNIEM

10 PORCIJAS



PAGATAVOŠANA

PĒRĻU VISTIŅA

1. Pērļu vistiņai pievieno nedaudz garšvielu, ievieto vakuuma maisiņā un aizver. Gatavo vakuuma sous-vide tehnikā uz 2 stundām 56°C temperatūrā. Pēc tam nolej šķidrumu, izņem gaļu no maisiņa, nosusina to un pagaidām noliek malā.

KUSKUSS AR GARŠVIELĀM

2. Kuskusam pielej 500 ml vāroša ūdens. Kārtīgi samaisa un atstāj ievilkties 5 minūtes. Pievieno pārējās sastāvdaļas, samaisa, pievieno garšvielas pēc garšas un pielej Sēņu esenci.

JOGURTS

3. Notecina jogurtu sietā un pārliet bļodā.

KRĀSNĪ CEPTI BURKĀNI

4. Notīra burkānus un nogriež tiem galus. Viegli aplej ar eļļu un apber ar garšvielām. Cep cepeškrāsnī 20 minūtes 200°C temperatūrā.

SARKANIE ČILI PIPARI

5. Apslaka čili piparus ar eļļu. Izmantojot gāzes pistolīti, viegli tos apdedzina.

GARŠAUGU EĻĻA

6. Blenderī ar visspēcīgāko jaudu sablendē garšaugus (izmanto garšaugu lapu pārpalikumus; tos vispirms noblanšē sālsūdenī un tad divreiz atsvaidzina ledusaukstā ūdenī) kopā ar extra virgin olīveļļu. Izkāš caur sietu, kuram uzklāt papīra filtrs, un ļauj zaļajai eļļai notecēt. Iegūto eļļu ielej spiežamā pudelē.

BALZAMETIĶA SULA

7. Reducē vistas buljonu un izturētu balzāmetiķi. Beigās pievieno sviestu.

Knorr
PROFESSIONAL

LAŠA TARTARS AR AVOKADO

10 PORCIJAS



SASTĀVDAĻAS

0,800 KG	LAŠA FILEJA
0,050 KG	KNORR PROFESSIONAL CITRUSAUGĻU ESENCE
0,050 L	OLĪVEĻĻA
0,080 KG	ŠALOTES SĪPOLI (SAGRIEZTI MAZOS KUBIŅOS)
PĒC GARŠAS	SVAIGI MALTI PIPARI
PĒC GARŠAS	JŪRAS SĀLS
0,300 KG	AVOKADO

LAŠA TARTARS AR AVOKADO

10 PORCIJAS



PAGATAVOŠANA

1. Sagriež lasi kubiņos un pievieno Citrusaugļu esenci, olīveļļu un šalotes sīpolus, visu samaisa.
2. Pievieno sāli un piparus pēc garšas.
3. Sagriež avokado kubiņos
4. Izmantojot riņķa formu, uz šķīvja izkārtu sagrieztu avokado un tam pa virsu kārtu lasi.
5. Uzmanīgi noņem formu.
6. Dekorēšanai izmanto zaļumus un citronu.

Knorr
PROFESSIONAL

AKMEŅPLEKSTE AR SPARĢEĻIEM AR DŪMU GARŠU UN CITRUSAUGĻU KONFITU

10 PORCIJAS



SASTĀVDAĻAS

CEPTA AKMEŅPLEKSTE

1,2 KG NOTĪRĪTAS AKMEŅPLEKSTES FILEJA
150 G SVIESTS KUBIŅOS

SPARĢEĻI AR DŪMU GARŠU

14 GAB NOTĪRĪTAS BALTĀS SPARĢEĻU ASNU GALOTNĪTES
250 G SVIESTS
60 G CUKURS
50 G RĪSI
80 G KOKSKAIDAS

CITRUSAUGĻU KONFITS

200 G GABALIŅOS SAGRIEZTI TOMĀTI
40 G KAPERI
10 G SAKAPĀTAS PĒTERSĪĻA LAPIŅAS
40 G LIGŪRIJAS MELNO OLĪVU ŽULJĒNS
50 G OLĪVEĻĻA
25 G KNORR PROFESSIONAL CITRUSAUGĻU ESENCE

SAUTĒTI LĀČPURNI

500 G LĀČPURNI
2 DAIVIŅAS SAKAPĀTS ĶĪPLOKS
50 G SVIESTS

SALDIE KARTUPEĻI

1,2 KG SALDIE KARTUPEĻI

DEKORĒŠANAI

EĻĻĀ VĀRĪTI KAPERI



AKMENPLEKSTE AR SPARĢEĻIEM AR DŪMU GARŠU UN CITRUSAUGĻU KONFITU

10 PORCIJAS



PAGATAVOŠANA

SPARĢEĻI AR DŪMU GARŠU

1. Dūmots sviests — samaisa cukuru, rīsus un kokskaidas. Iegūto maisījumu ievieto kūpinātavā. Sadala sviestu gabaliņos (2 cm x 2cm) un ievieto kūpinātavā uz 10-15 minūtēm 65°C temperatūrā. Tad izņem ārā, ievieto slēgtā traukā un atdzesē.
2. Sparģeļi – sparģeļus notīra, ievieto vakuuma maisiņā kopā ar dūmoto sviestu un ievakuē. Gatavo sous-vide tehnikā 10-12 minūtes 85°C temperatūrā.

CITRUSAUGĻU KONFITS

3. Visas sastāvdaļas (pētersīļus izmanto tikai pusi) sajauc kopā ar Citrusaugļu esenci un kārtīgi apmaisa. Ievieto vakuuma maisiņā, un gatavo sous-vide tehnikā 45 minūtes 60°C temperatūrā. Tad maisiņu izņem no ūdens un pētersīļiem pievieno atlikušās pētersīļa lapas. Noliek malā.

SAUTĒTI LĀČPURNI

4. Pannā uzkarsē sviestu, pievieno ķiploku un apmaisa. Pievieno notīrītas sēnes un kārtīgi apmaisa.

SALDIE KARTUPEĻI

5. Kubiņi — 1/3 saldo kartupeļu sagriež kubiņos un sautē olīvēļļā, līdz tie izcepušies un kļuvuši zeltaini brūni.
6. Biezenis — atlikušos saldus kartupeļus izmanto biezeņa pagatavošanai. Tos izvāra ūdenī, līdz tie kļuvuši mīksti, un izkāš caur smalku sietu.

CEPTA AKMENPLEKSTE

7. Pannā uzkarsē olīvēļļu, apcep zivi, līdz tā izcepusies un zeltaina no abām pusēm. Pievieno sviesta kubiņus.



VISTAS GAĻA, BARBEKJŪ MĒRCES GLAZŪRĀ

10 PORCIJAS



SASTĀVDAĻAS

VISTAS STILBIŅI:

3,000 KG	VISTAS STILBIŅI (10 GAB.)
PĒC GARŠAS	SĀLS
PĒC GARŠAS	KNORR SALDĀ PAPRIKA

MĒRCES GLAZŪRAI:

0,050 L	KNORR PROFESSIONAL KŪPINĀJUMA ESENCE
0,010 KG	BRŪNAIS CUKURS
0,200 KG	PLŪMJU IEVĀRĪJUMS
0,150 KG	KEČUPS
0,040 L	EĻĻA



VISTAS GAĻA, BARBEKJŪ MĒRCES GLAZŪRĀ

10 PORCIJAS



PAGATAVOŠANA

VISTAS STILBIŅI:

1. Ieberzē vistas stilbiņus ar sāli un saldo papriku.
2. Cep cepeškrāsnī 120°C temperatūrā 30 minūtes (laiks var mainīties atkarībā no stilbiņa izmēra).

MĒRCES GLAZŪRA:

3. Sajauc kopā visas mērces sastāvdaļas (pievieno Kūpinājuma esenci) un iesmērē ar to stilbiņus. 1/3 mērces noliek malā.
4. Ieliek vistu atpakaļ cepeškrāsnī un cep vēl apmēram 10 minūtes 160°C temperatūrā.
5. Kad gaļa ir izņemta no krāsns, apsmērē to ar atlikušo mērci.



„SIRLOIN” STEIKS AR KRAUKŠĶĪGĀM DESIŅĀM UN LIMA PUPIŅĀM

10 PORCIJAS



SASTĀVDAĻAS

„SIRLOIN” STEIKS

1,5 KG	LIELLOPA „SIRLOIN BAVETTE” STEIKS (AIZMUGURĒJĀS VĒDERA DAĻAS GABALS)
10 G	GARŠVIELU MAIŠĪJUMS (5 G SĀLS, 4 G KŪPINĀTAS PAPRIKAS, 1 G KUMĪNA)
20 G	KNORR PROFESSIONAL KŪPINĀJUMA ESENCE
200 G	SVIESTS

LIMA PUPIŅAS AR ĶIPLOKIEM

1 KG	EĻĻĀ VĀRĪTAS LIMA PUPIŅAS
30 G	SĀSMALCINĀTS ĶIPLOKS
3 L	ŪDENS

CEPTI MAZIE PIPARIŅI

10 GAB.	SARKANIE MAZIE PIPARIŅI
---------	-------------------------

SAMĪCĪTS AVOKADO

2 GAB.	NOGATAVOJIES, SĀSMALCINĀTS AVOKADO
10 ML	LAIMA SULA

TOMĀTU SALSA

500 G	TOMĀTI KUBIŅOS BEZ MIZAS
20 G	SĀSMALCINĀTAS KORIANDA LAPIŅAS
20 G	VIDĒJI SMALKI SAGRIEZTS SĪPOLS
15 ML	LAIMA SULA

TORTILJAS

300 ML	KUKURŪZAS MILTI („MASA HARINA”)
250 ML	SILTS ŪDENS (APMĒRAM 55°C)

„CISTORA” DESA

200 G	ŠĶĒLĒS SAGRIEZTA „CISTORA” DESA
-------	------------------------------------

DEKORĒŠANAI

KORIANDRA LAPIŅAS, LAIMA
CETURTDALŠĶĒLĪTES, SMALKI
SAGRIEZTI SĪPOLU GREDZENU



„SIRLOIN” STEIKS AR KRAUKŠKĪGĀM DESIŅĀM UN LIMA PUPIŅĀM

10 PORCIJAS



PAGATAVOŠANA

LIMA PUPIŅAS AR ĶIPLOKIEM

1. Pupiņas ievieto ūdenī un vāra uz ļoti mazas liesmas 1 stundu. Lieko ūdeni nolej un pupiņas noskalo. Katlu atkal piepilda ar aukstu ūdeni, tā lai nosegtu pupiņas. Vāra aptuveni 1 līdz 1,5 stundas. Tad atkal nokāš ūdeni, bet daļu no šķidruma saglabā un noliek malā. Pannā uz lēnas uguns sautē sasmalcinātos ķiplokus, tad pievieno lima pupiņas, kurām iepriekš nokāsts šķidrums, viegli apmaisa un pievieno daļu no nokāstā pupiņu šķidruma. Pievieno garšvielas pēc garšas.

CEPTI MAZIE PIPARIŅI

2. Uzkaršē ogles (ja ogles nav, piparus var cept arī krāsnī). Apcep piparus, līdz tie kļuvuši melni, tad noņem no uguns, izvieto uz šķīvja un cieši noslēdz uz 5 minūtēm. Pēc tam uzmanīgi tos noskalo ūdenī, lai noņemtu apdegušo miziņu. Nosusina un noliek malā.

SAMĪCĪTS AVOKADO

3. Samīcītam avokado pievieno laima sulu un garšvielas pēc garšas. Nosedz un noliek malā.

TOMĀTU SALSA

4. Visas sagatavotās sastāvdaļas ievieto

blodā un sajauc kopā. Pievieno garšvielas un noliek malā līdz pasniegšanas brīdim.

TORTILJAS

5. Kukurūzas miltus ieber blodā un lēnām iemaisa ūdeni. Mīklai nav jālīp pie blodas, darba virsmu apber ar kukurūzas miltiem un vieglām kustībām samīca mīklu. Atļauj mīklai atpūsties 30 minūtes. Sadala mīklu 30 g bumbiņās un, izmantojot tortiljas presi, saspaida katru no bumbiņām, lai izveidotu apaļu, plakanu formu. Vidēji karstā pannā apcep vienu tortiljas pusi, līdz uz tās parādās viegli brūni plankumi, un tad tortilju apgriež uz otru pusi.

„CISTORA” DESA

6. Karstā pannā apcep desiņas, līdz tās ir gatavas.

LIELLOPA „SIRLOIN BAVETTE” STEIKS (AIZMUGURĒJĀS VĒDERA DAĻAS GABALS)

7. Porcijās sadalītos gaļas gabalus apber ar garšvielu maisījumu un aplej ar Kūpinājuma esenci. Uzkaršē pannu, tajā ielej nedaudz olīveļļas un apbrūnina gaļu, līdz tā kļuvusi kraukšķīga. Beigās pievieno nedaudz sviesta.



www.ufs.com