

# ĀZIJAS RECEPTES



KNORR  
WORLD  
CUISINES

# MODERNĀ ĀZIJAS VIRTUVE

---

Āzijas virtuve ir viena no populārākajām jaunajām tendencēm, kas izpelnījusies lielu patērētāju atzinību.

## PIELĀGOŠANA

---

Laikā izveidotu Āzijas virtuves ēdienkartē, šefpavāri var droši kombinēt dažādus šī reģiona valstu ēdienus. Ēdienkartes pamatu veido Taizemes, Laosas, Vjetnamas, Indijas, Malaizijas, Kambodžas, Korejas, Japānas un, protams, Ķīnas nacionālie ēdieni. Tradicionāli šo valstu ēdieniem pievieno daudz garšvielu. Daudziem eiropiešiem šīs garšvielas var likties pārāk eksotiskas. Pielāgojot šos eksotiskos ēdienus vietējo patērētāju gaumei, varēsiet piedāvāt interesantus jaunumus, kas ļaus iegūt viņu atzinību un uzticību.

## IZCELSME

---

Jāatceras, ka Āzijas virtuve sakņojas ķīniešu tradicionālajā virtuvē. Šeit cēlušies galvenie Āzijas virtuves ēdienu gatavošanas likumi, kas palīdz nodrošināt ideālu dažādu garšu – saldās, skābās, sāļās un asās – līdzsvaru.

Eiropieši ēdienkartē aizvien drosmīgāk meklē garšīgākus, veselīgākus un interesantākus ēdienus. Āzijas virtuve ātri kļuvusi par populārāko starptautisko virtuvi Eiropā un ir vērtā apmēram 34 miljardus eiro gadā. Ir īstais laiks izmantot šo spēcīgo tendenci.

# SATURA RĀDĪTĀJS

---

## ORIGINĀLI TAIZEMES ĒDIENI

Austrumniecisks liellopu buljons ar soba makaroniem un dārzeņiem	9	Cūkgaļas šnicele ar kartupeļu biezeni un sautētiem kāpostiem ar kariju	33
Tom Kha taizemiešu kokosriekstu piena zupa ar vistu	11	Lēni cepta cūkgaļa korejiešu stilā	35
Phad thai Āzijas makaroni ar garnelēm	13	Zaļais karijs ar cūkgaļu, ananasiem un cukurzirnēm	37
Dzeltenais karijs ar garnelēm un ananasiem	15	Gaļas bumbiņas sarkanā karija mērcē ar baklažāniem	39
Zaļais karijs ar vistu un baklažāniem	17	Strogonovs austrumu versijā ar svaigiem gurķiem	41
Sarkanais karijs ar liellopu gaļu	19	Sautēta jēra gaļa ar pakora dārzeņiem	43

## ZUPAS

Vistas krēmzupa ar dzelteno kariju un jūras zālēm	21
Pikantā jūras produktu zupa	23

## PAMATĒDIENI

Glazēta pīle uz ceptiem makaroniem ar dārzeņiem	25
Truša un dārzeņu ragū ar kokosriekstu pienu	27
Vista ar kraukšķīgā kokosriekstu garoziņā ar piparmētru mērci	29
Chow Mein cepti makaroni ar vistu un garnelēm	31

## PIEDEVAS

Gailenes krēmveida karijā ar kokosriekstu pienu un sīpollokiem	49
Turku zirņi ar tomātiem un dzelteno kariju	51
Kraukšķīgie dārzeņi tempurā	53
Pupiņas tomātu mērcē ar sarkano kariju	55
Pākšu pupiņu un shimeji sēņu salāti	57
Ķīniešu kāpostu salāti	59

# ĀZIJAS VIRTUVES PAMATI

---

## KĪNIEŠU WOK PANNA – ĀZIJAS VIRTUVES PAMATS

Wok – Āzijas virtuves būtība. Tas ir universāls rīks, kas ļauj šefpavāram cept, sautēt, tvaicēt un cept dziļā tauku peldē. Tas ir Eiropas virtuves pamatriku komplektā ekvivalents. Ir daudzu veidu wok pannas, bet pēc būtības svarīgākās ir 2. Pirmā – klasiskā wok panna, kas izgatavota speciālajai gāzes vai indukcijas wok plītij. Otrā – wok panna ar plakānu dibenu, kas paredzēta parastajai plītij. Vārīšanas vieta nav lielāka par 1 m<sup>2</sup>. Wok pannas tiek izmantotas, pirmkārt, stir-frying tipa cepšanai, kas saglabā galveno sastāvdaļu sulīgumu un palīdz saglabāt dārzeņos esošos vitamīnus.

## SAGATAVOŠANĀS

Pie svarīgākajām Āzijas virtuves īpatnībām pieskaitāms ēdiena gatavošanas ātrums. Tāpēc darba vieta jāgatavo iepriekš. Darba vietas gatavošana ilgst ilgāk par pašu gatavošanas procesu, ja pietrūkst kādas sastāvdaļas vai krājumu, ēdiens var salipt un tikt sabojāts. Tāpēc svarīgi ir pienācīgi sagatavoties darbam – tā ir viena no svarīgākajām darbībām, gatavojot Āzijas virtuves ēdienus, kas pilnībā atbilstu viesu gaidām.

## ZELTA LIKUMS

Galvenajai sastāvdaļai vienmēr jābūt izceptai, bet dārzeņiem – kraukšķīgiem.

1A. KLASISKĀ WOK PANNA



1B. WOK PANNA AR PLAKANU DIBENU



1C. INDUKCIJAS WOK PLĪTS



## SPECIĀLIE RĪKI

Galvenie Āzijas virtuvē izmantotie produkti ir diezgan lēti, visbiežāk tiek lietotas saldētas sastāvdaļas (gaļa, vista, zivis, jūras produkti) un sezonas dārzeņi. Tāpēc šie ēdieni ir ļoti pievilcīgi šefpavāriem un restorānu īpašniekiem. Tomēr nav iespējams pagatavot autentisku Āzijas virtuves ēdienu bez speciāla aprīkojuma.

### 1. ĶĪNIEŠU WOK PANNA

Tradicionāla dziļā panna no oglekļa tērauda. Wok ir neaizstājama ķīniešu virtuves daļa, kas tiek izmantota gan zupu, gan karsto ēdienu pagatavošanā. Sastāvdaļas pannā jācep ļoti augstā temperatūrā dažas sekundes, nepārtraukti maisot. Ja tiek izmantota mērce, panna jālieto kopā ar īpašām 30–50 ml un 100–300 ml mērkarotēm buljoniem.

### 2. MĒRKAROTE

Tiek izmantota mērču un buljonu mērīšanai un sastāvdaļu maisīšanai pannā. Sargā no ēdiena salipšanas karstā temperatūrā.

### 3. KAPĀJAMĀIS NAZIS CAIDAO

Speciāls nazis, kas tiek izmantots Āzijas virtuvē. Ļauj pavāram viegli sagriezt dažādus produktus.

### 4. BAMBUSA BIRSTĪTE WOK PANNAS TĪRĪŠANAI

Palīdz pavāram ātri un tīri iztīrīt wok pannu, nebojājot tās virsmu.



2. MĒRKAROTE

3. KAPĀJAMĀIS NAZIS CAIDAO



4. BAMBUSA BIRSTĪTE



# GALVENĀS ĀZIJAS VIRTUVES ĒDIENU SASTĀVDAĻAS

---

Ja vēlaties gatavot Āzijas virtuves ēdienus, kuru garša būtu tikpat laba kā izskats, ļoti svarīga ir sastāvdaļu kvalitāte.

## 1. MĒRCE

Mērce piešķir ēdienam unikālu garšu un aromātu. Autentiskajos Āzijas virtuves ēdienos garšvielas netiek atsevišķi pievienotas – parasti tās jau ir mērcēs. Tradicionālo mērcu receptes ir sarežģītas, to gatavošana prasa daudz laika, tāpēc ieteicams pirkt gatavās Knorr mērces, kas paredzētas Āzijas virtuves ēdieniem.

## 2. EĻĻA

Eļļai jāiztur ļoti augsta temperatūra (300–400°C), tāpēc jāizmanto tikai augstai temperatūrai piemērota eļļa.

## 3. MILTI

Šai virtuvei piemēroti ir tikai smalki kukurūzas vai rīsu milti, kas nemaina sastāvdaļu garšu un krāsu, nesalīp kunkuļos.

## 4. STIPRS, NESĀLĪTS BULJONS

Autentiskās garšas iegūšanai vispiemērotākie ir gatavie buljona koncentrāti. Atcerieties, ka virtuvē vienmēr jābūt rīsu un pelmeņu krājumiem – tie bieži būs Jūsu ēdienu pamatā.

# 5 GALVENIE ĶĪNIEŠU VIRTUVES LIKUMI

## 1. LIKUMS

Sagatavojiet un sagrieziet visas sastāvdaļas iepriekš. Āzijas virtuvē dārzeņi parasti tiek griezti 5x2x1 cm izmēra strēmelītēs. Dzeltenie sīpoli parasti tiek smalki sakapāti, bet burkāni un Japānas redīsi – sagriezti salmiņos. (Vairāk informācijas – sk. 5. lpp.).

## 2. LIKUMS

Cepot gaļu un dārzeņus, ļoti svarīgi ir visu darīt pareizā secībā un ievērot laiku – šeit slēpjas ideālās garšas noslēpums.

## 3. LIKUMS

Tā kā wok pannā ceptajiem ēdieniem ir nepieciešama augsta temperatūra, ļoti svarīgi ir izmantot mērci, kuras sastāvā ir augstas kvalitātes cukurs pareizi izvēlētās proporcijās. Tas sargā no mērces piedegšanas un ēdiena garšas pasliktināšanās.

## 4. LIKUMS

Ēdienu galveno sastāvdaļu (vistas, liellopu gaļas, cūkgaļas, garneļu) apviļāšanai un mērcu biezināšanas jāizmanto speciālā kukurūzas ciete (Mondamin).

## 5. LIKUMS

Pievērsiet uzmanību eļļas daudzumam un kvalitātei. Wok pannā eļļas nevajag daudz – ja tās būs par daudz, ēdieni var kļūt pārāk trekni. Parastā augu eļļa ar zemu vārīšanās temperatūru (piem., saulespuķu eļļa) nav piemērota wok pannai.

**Derīgi zināt:**

Gatavošanas laikā pievienojot putotus olu baltumus un malto gaļu, tiek iegūts dzidrš un intensīvs buljons. Šī metode ir saistīta tradicionālo „consommé”. Tā ir interesanta tradicionālā buljona alternatīva.



**KNORR liellopu buljona pasta 1 kg**

Izteiksmīga un aromātiska liellopu gaļas garša. Pastas konsistence nodrošina ērtu dozēšanu. Lieliski piemērota zupu, sautējumu un mērču garšas papildināšanai.



# AZIJAS BULJONZUPA AR SOBA GRIĶU NŪDELĒM UN DĀRŽEŅIEM

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### BULJONS

2,000 l	Ūdens
0,040 kg	KNORR liellopu buljona pasta
0,150 kg	Burkāni (notīrīti)
0,080 kg	Selerijas (notīrītas)
0,030 kg	Pētersīļu saknes (notīrītas)
0,500 kg	Malta liellopu gaļa
3 gab.	Olu baltumi (sakulti)
0,250 kg	Smalcināts ledus
pēc garšas	Anīss, ingvers, kafīra laima lapas, sāls

### PIEDEVAS

0,100 kg	Šitaki
0,150 kg	Zaļi sparģeļi (strēmelītēs)
0,200 kg	Seleriju kāti (strēmelītēs)
0,150 kg	Burkāni (strēmelītēs)
0,100 kg	Pētersīļu saknes (strēmelītēs)
0,100 kg	Baltie redīsi (strēmelītēs)
pēc garšas	KNORR Professional dārzeņu buljona esence

### MAKARONI

0,200 kg	Griķu makaroni Soba
----------	---------------------

### PASNIEGŠANA

0,030 kg	Sīpolloki
----------	-----------

## GATAVOŠANA

### BULJONS

Buljonu izšķīdiniet aukstā ūdenī un uzvāriet.

Dārzeņus sarīvējiet, sajauciet ar liellopu gaļu, putotiem olu baltumiem un ledu.

Visu lieciet buljonā, pievienojiet garšvielas un vāriet apmēram stundu.

Izkāsiet caur marli un pievienojiet garšvielas pēc garšas.

### MAKARONI

Nūdeles vāriet verdošā sālsūdenī apmēram 5–7 minūtes, tad nokāsiet un pārlejiet ar aukstu ūdeni.

### PIEDEVAS

Sēnes sagrieziet plānās šķēlītēs un blanšējiet kopā ar dārzeņiem ūdenī, kam pievienota dārzeņu buljona esence. Tad pārlejiet ar aukstu ūdeni.

### PASNIEGŠANA

Bļodā lieciet nūdeles, dārzeņus un sēnes. Pārlejiet ar karstu buljonu un dekorējiet ar smalki sagrieztiem sīpollokiem.



**Derīgi zināt:**

Šī ir pasaulē populārākā no Taizemes nākusī zupa, tai ir skābeni asa garša. Ir daudzi tās gatavošanas varianti – to var gatavot arī ar jūras produktiem, cūkgaļu vai tofu.



**KNORR kokosriekstu piena pulveris 1 kg**

Var izmantot ne tikai saldās, bet arī sāļās vai asās ēdienos. Piemērots zupām, mērcēm, karija ēdieniem, zivju ēdieniem, kā arī cepumiem un desertiem. Tas ir birstošs un viegli dozējams, tāpēc var viegli iegūt vēlamo garšas intensitāti.

# TOM KHA — TAIZEMIEŠU KOKOSRIEKSTU ZUPA AR VISTU

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

3,000 l	Ūdens	4 gab.	Kafīra laima lapas
0,080 l	KNORR Professional vistas buljona esence	1,200 kg	Vistas fileja (strēmelītēs)
0,300 kg	KNORR kokosriekstu piena pulveris	0,080 l	Zivju mērce
2 gab.	Citronzāle	0,300 kg	Šitaki sēnes (plānās šķēlītēs)
		2 gab.	Čili pipari (šķēlītēs)

## PASNIEGŠANA

0,050 kg Koriandrs

## GATAVOŠANA

Siltā ūdenī iemaisiet vistas buljona esenci un kokosriekstu pienu, uzvāriet.

Pievienojiet sasmalcinātu citronzāli, kafīra laima lapas, zivju mērci un vāriet apmēram 3 minūtes.

Lieciet zupā vistas filejas strēmelītes un vāriet, līdz mīkstas.

Vārīšanas beigās pievienojiet šitaki un čili piparus.

## PASNIEGŠANA

Pasniedziet ar koriandru.



**Derīgi zināt:**

Pad Thai – tradicionāls taizemiešu ēdiens ar saldi asu garšu, kas tiek gatavots no makaroniem, kas cepti kopā ar olām, tiek pasniegts ar svaigiem dīgstiem un laimu.



**KNORR Sambal Manis pikantā sojas mērce 1 l**

Neaizstājama, gatavojot "stir-fry" tipa ēdienus. Tā jāpievieno pie wok pannā apceptiem dārzeņiem un gaļas. Piešķir ēdieniem austrumniecisku saldi pikantu garšu ar dārzeņu garšas niansi.

# PAD THAI

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

0,150 l	Eļļa	0,700 kg	Rīsu makaroni
0,050 kg	Ķiploki (šķēlītēs)	0,150 kg	Sālīti zemesrieksti
4 gab.	Olas	0,160 kg	Pupiņu dīgsti
0,800 kg	Garneles 16/20 (tīrītas)	pēc	Koriandrs
0,200	Tofu	garšas	
0,060 l	Zivju mērce	1 gab.	Laims
0,200 l	KNORR Sambal Manis pikantā sojas mērce	pēc	Čili piparu pārslas
		garšas	

## PASNIEGŠANA

Dekorēšanai    Sīpolloki un rieksti

## GATAVOŠANA

Pannā uzkarsējiet eļļu. Apcepjiet ķiploku, pievienojiet sakultas olas. Cepiet augstā temperatūrā, lai olas sarautos.

Garneles pārgrieziet uz pusēm, pievienojiet ceptajām sastāvdaļām, papildiniet ar zivju mērci un Sambal Manis mērci.

Pagatavojiet makaronus pēc ražotāja norādījumiem un sajauciet tos ar atlikušajām sastāvdaļām.

Riekstus sasmalciniet un apgrauzdējiet sausā pannā.

Apceptus makaronus apkaisiet ar riekstiem, pupiņu dīgstiem un rupji sagrieztu koriandru.

Pēc garšas papildiniet ar laima sulu un čili piparu pārslām.

## PASNIEGŠANA

Ēdienu lieciet šķīvī, dekorējiet ar sīpollokiem un grauzdētiem riekstiem.



**KNORR Dzeltenā karija pasta 0,85 kg**

Vidēji asa karija pasta. Krāsu piešķir kurkuma. Ideāli piemērota putnu gaļas, garneļu un dārzeņu ēdieniem. Zaļais karijs ar vistu un baklažāniem Var pievienot zupām, mērcēm un marinādēm.



**Derīgi zināt:**

Garneles labi sader kopā ar saldu garšu, ko šoreiz ēdienam piešķir ananass. Līdzīgu rezultātu var sasniegt, izmantojot arī mango vai vieglāk pieejamos zaļos ābolus.



# DZELTENĀIS KARIJS AR GARNELĒM UN ANANASIEM

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

1,000 kg	Garneles (tīrītas)	0,200 kg	KNORR dzeltenā karija pasta
0,300 kg	Ananāss (sagriezts)	0,030 kg	KNORR Professional zivju buljona esence
0,500 kg	Zirnīšu pākstis	8 gab.	Kafīra laima lapas
0,225 kg	KNORR kokosriekstu piena pulveris	0,035 kg	Brūnais cukurs
1,300 l	Ūdens	pēc garšas	sāls, citronu sula
0,060 l	Eļļa		

## GATAVOŠANA

Dzeltenā karija pastu apcepjiet uzkarstētā eļļā, pārlejiet ar ūdeni, pievienojiet kokosriekstu piena pulveri, kafīra laima lapas un visu mizliet pavāriet.

Pievienojiet garneles, zirnīšu pākstis un ananasu gabaliņus.

Izvērtītajām garnelēm pievienojiet zivju buljona esenci, cukuru, sāli un citronu sulu.

**Derīgi zināt:**

Zaļā karija pasta – asākā no KNORR karija pastām. No eļļā apceptas pastas tiek iegūts vairāk garšas un aromāta.



**KNORR zaļā karija pasta 0,85 kg**

Ļoti asa. Tās pamatā ir zaļie čili pipari, kas ir asāki par sarkanajiem. Parasti tiek lietota kopā ar putnu gaļas un dārzeņu ēdieniem.



# ZAĻAIS KARIJS AR VISTU UN BAKLAŽĀNIEM

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

0,060 l	Eļļa	0,045 l	Zivju mērce
0,150 kg	KNORR zaļā karija pasta	1 gab.	Laims (sula)
1,300 l	Ūdens	8 gab.	Kafīra laima lapas
0,225 kg	KNORR kokosriekstu piena pulveris	1,400 kg	Vistas fileja (kubiņos)
0,060 kg	Cukurs	0,800 kg	Baklažāni (kubiņos)

## GATAVOŠANA

Eļļā apcepiet karija pastu, pārlejiet to ar ūdeni, uzvāriet un pieberiet kokosriekstu piena pulveri.

Mērcei pievienojiet cukuru, zivju mērci un laima sulu. Pielieciet kafīra laima lapas, vistas fileju un baklažānus.

Vāriet, līdz mīksts un vēlamajā konsistencē.



**Derīgi zināt:**

Šī ēdiena gatavošanai nav nepieciešamas dārgākās liellopu gaļas daļas. Lieliski derēs, piem., sagriezts un apvārīts liellopa šķiņķis.



**KNORR Sarkanā karija pasta 0,85 kg**

Vidēji asa. Tiek gatavota no sarkanajiem čili pipariem. Lieliska piedeva zivju un sarkanās gaļas ēdieniem.

# SARKANAIS KARIJS AR LIELLOPU GAĻU

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

0,060 l	Eļļa	0,030 l	Zivju mērce
0,200 kg	KNORR sarkanā karija pasta	1,200 kg	Liellopu gaļa
1,300 l	Ūdens	0,200 kg	Cukurzirņi
0,225 kg	KNORR kokosriekstu piena pulveris	0,400 kg	Kokteiļu tomāti
0,060 kg	Cukurs	0,060 l	Laimu sula

## PASNIEGŠANA

1 kg Jasmīnu rīsi

## GATAVOŠANA

Sarkanā karija pastu apcepjiet uzkarstētā eļļā, pielejiet siltu ūdeni un pieberiet kokosriekstu piena pulveri. Visu sajauciet, uzvāriet, pievienojiet cukuru un zivju mērci.

Tad pievienojiet plānās šķēlītēs sagrieztu liellopu gaļu un sautējiet, līdz mīksta.

Sautēšanas beigās pievienojiet zirņus, tomātu pusītes un pielejiet laimu sulu.

## PASNIEGŠANA

Liellopu gaļu pasniedziet ar jasmīnu rīsiem.



**KNORR Vistas buljons 0,9 kg**

Ideāla vistas garša un aromāts, papildināts ar sīpolu, burkānu, pētersīju un seleriju sēkļu garšas niansēm.



**Derīgi zināt:**

Ēdienā izmantotais karijs lieliski izceļ vistas krēmzupai raksturīgo dzeltenu krāsu, papildus piešķirot tai pikantas austrumnieciskas nianšes.



# VISTAS KRĒMZUPA AR DZELTENO KARIJU UN JŪRAS ZĀLĒM

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### VISTAS KRĒMZUPA

0,700 kg	Vesela vista	0,060 kg	KNORR dzeltenā karija pasta
3,000 l	Ūdens	0,100 l	RAMA Cremefine Profi 15 %
0,140 kg	Burkāni	1 gab.	Laīms
0,130 kg	Selerijas	pēc garšas	Sāls, cukurs
0,070 kg	Pētersīji	0,040 kg	Milti
0,040 kg	Puravi	0,040 kg	Sviests
0,030 kg	KNORR vistas buljons		

### PASNIEGŠANA

0,050 kg	Jūraszāles „wakame” (kaltētas vai svaigas)
0,300 kg	Vistas gaļa no buljona

## GATAVOŠANA

### VISTAS KRĒMZUPA

Vistu pārlejiet ar aukstu ūdeni un vāriet kopā ar dārzeņiem apmēram 1,5 stundās. Vārīšanas laikā pēc garšas pievienojiet vistas buljonu un karija pastu.

Gaļu izņemiet un atstāiet atdzist.

Atlikušos dārzeņus sasmalciniet. Pielejiet Rama Cramefine 15 %, laīma sulu un pieberiet garšvielas.

Zupu izkāšiet caur smalku sietu, tad iebieziniet ar miltu un sviesta maisījumu līdz krēmveida konsistencei.

### PASNIEGŠANA

Atdzisušo gaļu notīriet un apcepiet eļļā.

Krēmzupu ar dzeltenu kariju pasniedziet ar jūras aļģēm un kraukšķīgo vistu.

**Derīgi zināt:**

Interesanta austrumu un franču virtuves fūzija. Ēdiens balstīts uz „Bouillabaisse” – no Marseļas nākušo zivju zupu, kas pasniegta ar safrāna pastu un maizi.



**KNORR Professional Zivju buljona esence 1 l**

Neaizstājama piedeva ēdieniem, izceļ zivju garšu un aromātu. Savas konsistences dēļ viegli dozējama, acumirkli sadalās ēdienā un ideāli sajaucas ar citiem produktiem.

# PIKANTĀ JŪRAS PRODUKTU ZUPA

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### ZUPA

2,100 l	Ūdens	0,450 kg	Menca
0,080 l	KNORR Professional zivju buljona esence	0,600 kg	Mīdijas
0,060 kg	KNORR sarkanā karija pasta	0,400 kg	KNORR Tomato Pronto
0,200 kg	Seleriju kāti (kubiņos)	0,500 kg	Garneles
0,240 kg	Burkāni (strēmelītēs)	Konsistencēi	KNORR Roux baltais maisījums mērcu un zupu biezināšanai
0,240 kg	Cukurzirņi		

### SAFRĀNA PASTA

0,600 kg	Kartupeļi (nomizoti)	0,020 kg	Sīpolloki
6 daiviņas	Ķiploki	0,400 l	Eļļa
0,040 kg	KNORR garšvielu pasta ar safrānu	5 gab.	Olu dzeltenumi
		pēc garšas	Sāls

## GATAVOŠANA

### ZUPA

Uzvāriet ūdeni ar zivju buljona esenci un sajauciet to ar karija pastu.

Pievienojiet sagrieztus dārzeņus, zivi un atkal uzvāriet. Beigās, uzmanīgi maisot, pielieciet mīdijas, Tomato Pronto un garneles.

Pēc vajadzības pievienojiet biezinātāju.

### SAFRĀNA PASTA

Izvāriet kartupeļus ar ķiplokiem un garšvielu pastu ar safrānu. Karstus kartupeļus, ķiplokus un sasmalcinātus sīpollokus samīciet viendabīgā biezenī.

Vēl karstiem kartupeļiem pievienojiet olu dzeltenumus un, maisot ar mikseri, pamazām pievienojiet eļļu, līdz izveidojusies viendabīga emulsija, kas pēc konsistences atgādina majonēzi.

Gatavajai zupai pēc garšas pievienojiet garšvielas, lieciet to ledusskapī.

### PASNIEGŠANA

Zupu pasniedziet ar grauzdētū maizi un safrāna pastu.



**Derīgi zināt:**

Izmantojot lēnās vārīšanas eļļā tehniku, gaļa saglabā izcilu sulīgumu, bet glazūra piešķir tai apetīti rosinošu spīdumu. Pīles vietā var izmantot citu gaļu ar kaulu, piem., vistu, trusi vai cūkas stilbu.



**KNORR Ketjap Manis saldā sojas mērce 1 l**

Gatava mērce no KNORR Āzijas produktu kolekcijas. Saldāka un mazliet biezāka nekā klasiskā sojas mērce. Piešķir ēdieniem tumši zeltainu krāsu un dziļu garšu. Lieliski piemērota silto un auksto mērču gatavošanai un gaļas marinēšanai.



# GLAZĒTA PĪLE UZ CEPTIEM MAKARONIEM AR DĀRŽENIEM

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### GLAZŪRA

0,200 l	KNORR Ketjap Manis saldā sojas mērce
0,100 l	Ūdens
0,100 l	Mirins
0,040 kg pēc garšas	Brūnais cukurs
	Ābolu etiķis

### PĪLE

2,500 kg	Pīles stilbiņi
0,050 kg	Jūras sāls
2,000 kg	Tauki (pīles un (vai) cūkas vai eļļa)

### NŪDELES

1,000 kg	Rīsu nūdeles
0,600 kg	Burkāni
0,200 kg	Seleriju kāti
0,400 kg	Sarkana paprika
0,300 kg	Sarkanie sīpoli
0,100 l	Eļļa
0,100 l	KNORR Sunshine Chili saldā-pikantā čili piparu mērce
0,500 kg	Svaigi spināti

## GATAVOŠANA

### GLAZŪRA

Lieciet katlā visas sastāvdaļas un reducējiet līdz medus konsistences šķidrūmam.

### PĪLE

Pīles stilbiņus apkaisiet ar sāli un atstājiet vismaz uz 8 stundām.

Tad noņemiet sāls pārpalikumus, pārliciet dziļā GN 1/1 tipa paplātē un pārlejiet stilbiņus ar karstiem taukiem, pilnībā pārklājot tos.

Lieciet konvekcijas krāsnī un cepiet 95°C temperatūrā apmēram 3,5 stundas, līdz mīksti.

Kad stilbiņi mīksti, izņemiet tos no taukiem.

### NŪDELES

Rīsu nūdeles mērcējiet siltā ūdenī apmēram 10–20 minūtes (atkarībā no ražotāja norādījumiem). Izņemiet un ūdens un atstājiet.

Burkānus, seleriju kātus, sarkano papriku un sīpolus sagrieziet gabaliņos.

Uzkarsētā wok vai lielā pannā lejiet eļļu, lieciet sagrieztus dārzeņus un Sunshine Chili mērci. Visu apcepjiet.

Tad pievienojiet nūdeles un spinātus. Kādu laiku pacepējiet.

### PASNIEGŠANA

Karstus stilbiņus aplejiet ar glazūru un lieciet uz ceptajiem dārzeņiem ar nūdelēm.



**Derīgi zināt:**

Šis ēdiens, kam pievienots kokosriekstu piens, ir vieglāka un interesantāka tradicionālā saldajā krējumā sautētā truša alternatīva.



**KNORR kokosriekstu piena pulveris 1 kg**

Var izmantot ne tikai saldus, bet arī sāļos vai asos ēdienos. Piemērots arī pie zupām, mērcēm, karija ēdieniem, zivju ēdieniem, kā arī cepumiem un desertiem.

Ērti dozējams, var viegli iegūt vēlamo garšas intensitāti.

# TRUSIS AR DĀRŽEŅU RAGŪ UN KOKOSRIEKSTU PIENU

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### TRUSIS

1,800 kg	Trusis (vesels)
pēc garšas	Sāls
2 daiviņas	Ķiploks
0,050 kg	Dižonas sinepes
cepšanai	Eļļa
0,700 l	Ūdens
0,050 l	KNORR Professional vistas buljona esence
0,150 kg	KNORR kokosriekstu piena pulveris

### RAGŪ

0,300 kg	Kūpināts bekons (kubiņos)
0,400 kg	Burkāni
0,300 kg	Baklažāni
0,400 kg	Batātes
0,300 kg	Pastinaki
0,200 kg	Fenhelis
0,100 kg	Puravi
pēc garšas	Graudainās sinepes
pēc garšas	Dižonas sinepes
pēc garšas	Sāls
biezināšanai	KNORR Roux tumšais maisījums mērču un zupu biezināšanai

## GATAVOŠANA

### TRUSIS

Trusi ar visiem kauliem sagrieziet vēlamā lieluma gabalos, pievienojiet sāli, sasmalcinātus ķiplokus un Dižonas sinepes. Atstājiet uz dažām stundām marinēties.

Tad gaļu apcepjiet līdz zeltainai nokrāsai, pārlejiet ar ūdeni, pielejiet vistas buljona esenci un sautējiet zem vāka apmēram 30–40 minūtes. Pievienojiet kokosriekstu piena pulveri.

### RAGŪ

Citā pannā apcepjiet bekonu un atlikušos dārzeņus, kas sagriezti nelielos kubiņos. Sajauciet ar trusi.

Iegūtajam sautējumam pievienojiet sinepes un sāli, iebieziniet to ar tumšo roux maisījumu biezināšanai.

Visu sautējiet dažas minūtes tā, lai dārzeņi nepārvārītos.



**Derīgi zināt:**

Ērts vistas bumbiņu gatavošanas veids ir masas pārlikšana no karotes uz karoti – tā tiek iegūta laiviņas forma.

Atcerieties, ka karotes jāmerc aukstā ūdenī.



**KNORR kokosriekstu piena pulveris 1 kg**

Var izmantot ne tikai saldus, bet arī sāļos vai asos ēdienos. Piemērots arī pie zupām, mērcēm, karija ēdieniem, zivju ēdieniem, kā arī cepumiem un desertiem.

Ērti dozējams, var viegli iegūt vēlamo garšas intensitāti.

# VISTAS GAĻA AR KRAUKŠĶĪGU KOKOSRIEKSTU GAROZIŅU UN PIPARMĒTRU MĒRCI

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### VISTA

0,750 kg	Vistas fileja
0,375 ml	RAMA Cremefine Fraiche 24 %
pēc garšas	Sāls
0,045 kg	KNORR kokosriekstu piena pulveris
0,025 kg	Svaigs koriandrs

### PANĒJUMS

0,130 kg	Panko rīvmaize
0,100 kg	Kokosriekstu skaidiņas
6 gab.	Olas
cepšanai	Eļļa

### SALĀTI

0,600 kg	Ananasi (nomizoti)
0,250 kg	Seleriju kāti (nomizoti)
0,200 kg	Redīsi
0,150 kg	Salātu maisījums
pēc garšas	Piparmētras

### MĒRCE

0,500 kg	HELLMANN'S Majonēze Yofresh
0,020 kg	Piparmētras (lapiņas)
1 gab.	Laims

## GATAVOŠANA

### VISTA

Vistas krūtiņu samaliet, tad pievienojiet ar Cremefine Fraiche 24 %, šķipsniņu sāls un kokosriekstu pienu. Pārļieciet sastāvdaļas bļodā, pievienojiet sagrieztu koriandru un samaisiet.

Lieciet vistu ledusskapī.

### PANĒJUMS

Panko rīvmaizi sajauciet ar kokosriekstu skaidiņām, olas sakuliet.

No vistas masas veidojiet bumbiņas, apviļājiet tās sakultās olās un panējumā. Cepiet eļļā līdz zeltainai nokrāsai.

### SALĀTI

Ananāsus sagrieziet lielos kubiņos un apcepjiet grīlā. Seleriju kātus un redīsus sagrieziet vēlamajā veidā. Sajauciet ar salātiem un piparmētrām.

### MĒRCE

Majonēzi sajauciet ar sasmalcinātām piparmētru lapiņām un laima sulu. Visu samaisiet.

### PASNIEGŠANA

Šķīvi dekoratīvi salieciet salātus un siltu vistu ar piparmētru mērci.





**KNORR Vistas buljons 0,9 kg**

Ideāla vistas garša un aromāts, papildināts ar sīpolu, burkānu, pētersīļu un seleriju sēklu garšas niansēm.

# CHOW MEIN

## Derīgi zināt:

Chow mein – tipisks „stir-fry”  
t. i. maksimāli augstā  
temperatūrā ātri cepts ēdiens.  
Šī tehnika ļauj saglabāt  
dārzeņu krāsas un  
kraukšķīgumu.

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### VISTA

0,600 kg	Vistas fileja
0,600 kg	Garneles 16/20 (tīrītas)
2 gab.	Olas
0,030 l	Eļļa
0,080 l	KNORR Ketjap Manis saldā sojas mērce
1 gab.	Svaigs čili pipars (mazos kubiņos)
0,005 kg	Ķiploki
0,060 kg	Kartupeļu milti
pēc garšas	Sāls
cepšanai dziļā tauku peldē	Eļļa

### NŪDELES

0,600 kg	Nūdeles Mie
----------	-------------

### PASNIEGŠANA

0,100 kg	Lociņi (pārgriezti slīpi)
2 gab.	Sarkani čili pipari

### MĒRCE

0,020 l	Eļļa
0,100 kg	Sīpoli (strēmelītēs)
0,020 kg	Ķiploki (šķēlītēs)
0,030 kg	Ingvers ("Julienne" salmiņos)
0,600 l	Ūdens
0,010 kg	KNORR vistas buljons
1 gab.	Sarkans čili pipars (mazos kubiņos)
0,025 kg	Kartupeļu milti

### DĀRZEŅI

0,020 l	Eļļa
0,020 l	Sezama eļļa
0,350 kg	Brokoļi (blanšētas ziedkopas)
0,100 kg	Cukurzirņi
0,200 kg	Burkāni (blanšēti smalki salmiņi)
pēc garšas	Sāls

## GATAVOŠANA

### VISTA

Vistas gaļu sagrieziet strēmelītēs, sajauciet ar garnelēm, pievienojiet sakultu olu un pārējās sastāvdaļas, visu labi samaisiet.

Izceptiet eļļā taukvāres katlā.

### NŪDELES

Nūdeles izvāriet un pārlejiet ar aukstu ūdeni.

### MĒRCE

Eļļā apceptiet sīpolus ar ķiplokiem un ingveru, pielejiet ūdeni, pielieciet atlikušās sastāvdaļas un uzvāriet.

Iebieziniet mērci ar kartupeļu miltu maisījumu.

### DĀRZEŅI

Wok pannā apceptiet dārzeņus, sajauciet tos ar garnelēm, vistas gaļu, makaroniem un mērci.

### PASNIEGŠANA

Pasniedzot Chow mein apkaisiet ar sagrieztiem lociņiem un čili piparu gredzeniem.



**Derīgi zināt:**

Ja vēlaties, lai šnicele būtu izcili sulīga un mīksta, porcijās sagrieztu gaļu iemarinējiet pienā ar iecienītajām garšvielām.



**KNORR Delikat garšviela gaļai 0,6 kg**

Kombināciju veido 10 rūpīgi atlasīti garšaugi, garšvielas un dārzeņi, kas piešķir gaļai izcilu garšu un krāsu. Lieliski piemērota gaļai un dārzeņiem tieši pirms cepšanas uz pannas vai grilēšanas, kā arī produktu marinēšanai. Pateicoties optimāli izvēlētam sastāvdaļu izmēram, garšvielas termiskās apstrādes laikā nepiedeg.



# CŪKGAĻAS ŠNICELE AR KARTUPEĻU BIEZENI UN SAUTĒTIEM KĀPOSTIEM AR KARIJU

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### ŠNICELE

1,200 kg	Karbonāde bez kaula
0,020 kg	KNORR Delikat garšviela gaļai
4 gab.	Olas (sakultas)
0,250 kg	Panko rīvmaize
cepšanai	Eļļa

### BIEZENIS

0,300 kg	KNORR kartupeļu biezenis ar pienu
1,500 l	Ūdens

### KĀPOSTI

2,000 kg	Skābēti kāposti
0,100 kg	Brūnais cukurs
0,060 kg	KNORR dzeltenā karija pasta
0,150 l	RAMA Cremefine Profi 15 %
0,0100 kg	KNORR kokosriekstu piena pulveris

### PASNIEGŠANA

Dekorēšanai Jūraszāļu čipsi

## GATAVOŠANA

### ŠNICELE

Gaļu sadaliet 20 daļās, izdauziet un pievienojiet Delikat garšvielas.

Apviļājiet olās un panko rīvmaizē.

Cepiet līdz zeltainai nokrāsai.

### KĀPOSTI

Kāpostus vāriet 10–15 minūtes tā, lai tie saglabātu kraukšķīgumu.

Cukuru karamelizējiet, pievienojiet karija pastu un Rama Cremefine 15 %. Uzvāriet un pievienojiet kokosriekstu piena pulveri.

Nokāstus kāpostus sajauciet ar sagatavotajām sastāvdaļām.

### BIEZENIS

Kartupeļu biezeni beriet 80°C temperatūras ūdenī, samaisiet ar rokas putotāju un atlieciet malā. Pēc minūtes samaisiet vēlreiz.

### PASNIEGŠANA

Šniceli pasniedziet ar jūraszāļu čipsiem un kāpostiem ar kariju.



**Derīgi zināt:**

Marinādei pievienotais brūnais cukurs palīdz gaļai ātrāk apbrūnēt. Ja vēlaties, lai gaļa būtu vienmērīgi iemarinēta vienmērīgi un vēl sulīgāka, varat apsmidzināt to ar ūdens un sāls šķīdumu.



**KNORR Ketjap Manis saldā sojas mērce 1 l**

Gatava mērce no KNORR Āzijas produktu kolekcijas. Saldāka un mazliet biezāka nekā klasiskā sojas mērce. Piešķir ēdieniem tumši zeltainu krāsu un dziļu garšu. Lieliski piemērota silto un auksto mērču gatavošanai un gaļas marinēšanai.

# LĒNI CEPTA CŪKGAĻA KOREJIEŠU STILĀ

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### GAĻA

0,020 kg	KNORR Delikat garšviela gaļai
0,020 kg	Jūras sāls (rupjais)
0,030 kg	Brūnais cukurs (rupjais)
2,500 kg	Cūkas lāpstiņa bez kaula

### PIEDEVAS GAĻAS CEPŠANAI

0,060 kg	Ingvers (sasmalcināts)
0,150 kg	Sīpoli (lielos gabalos)
5 daiviņas (0,030 kg)	Ķiploks (nemizots, sasmalcināts)
0,001 kg	Čili pipari (pārslas)
0,020 l	Eļļa

### MĒRCE

0,070 kg	KNORR Gravy gaļas mērce
0,700 l	Ūdens
0,070 kg	Zemesrieksti
0,030 l	Sarkanvīna etiķis
0,030 kg	Brūnais cukurs
0,080 l	KNORR Ketjap Manis saldā sojas mērce
0,010 l	Sezama eļļa

### PASNIEGŠANA

0,600 kg dekorēšanai	Jasmīnu rīsi Koriandrs
----------------------	---------------------------

## GATAVOŠANA

### GAĻA

Sajauciet Delikat garšvielū, sāli un cukuru, ar iegūto maisījumu apkaisiet gaļu. Lieciet ledusskapī uz 12–24 stundām.

### PIEDEVAS GAĻAS CEPŠANAI

Sajauciet visas sastāvdaļas.

G/Nā lieciet gaļu, apkaisiet ar piedevām, pārklājiet ar alumīnija foliju un cepiet 140°C temperatūrā, līdz mīksta.

### MĒRCE

Gaļas mērci iejauciet karstā ūdenī un uzvāriet.

Pievienojiet 40 g sasmalcinātu zemesriekstu un atlikušās sastāvdaļas. Reducējiet 11–19 minūtes.

Mīkstu gaļu pārļieciet citā G/N plātī (kas izklāta ar cepamo papīru) un aplejiet ar daļu mērces. Ievietojiet līdz 230°C uzkarstētā cepeškrāsnī un cepiet 10 minūtes līdz tumšai krāsai.

Atlikušajai mērcei pievienojiet atlikušos riekstus.

### PASNIEGŠANA

Gaļu sagrieziet šķēlītēs. Pasniedziet ar mērci, riekstiem, jasmīnu rīsiem, vēlamajiem dārzeņiem un koriandru.



**Derīgi zināt:**

Zivju mērce austrumu virtuvē aizstāj sāli. Tā tiek gatavota no fermentētas zivs, sāls un ūdens. Lieliski piemērota pie gaļas, dārzeņiem un jūras produktiem.



**KNORR Zaļā karija pasta 0,85 kg**

Ļoti asa. Tās pamatā ir zaļie čili pipari, kas ir asāki par sarkanajiem. Parasti tiek lietota kopā ar putnu gaļas un dārzeņu ēdieniem.

# ZAĻAIS KARIJS AR CŪKGAĻU, ANANASIEM UN CUKURZIRŅIEM

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

0,060 l	Eļļa	0,080 kg	Brūnais cukurs
0,150 kg	KNORR zaļā karija pasta	0,300 l	Ūdens
0,030 kg	Ķiploki	1,400 kg	Cūkas fileja
0,100 kg	Zivju mērce	0,600 kg	Ananasi (kubiņos)
3 gab.	Citronzāle	0,400 kg	Cukurzirņi (iztīrīti)
6 gab.	Kafīra laima lapas	0,050 l	KNORR Professional zivju buljona esence
0,700 l	RAMA Cremefine Profi 31 %		
0,130 kg	KNORR kokosriekstu piena pulveris		

## PASNIEGŠANA

dekorēšanai	Zaļi čili pipari (šķēlītēs)
0,600 kg	Jasmīnu rīsi

## GATAVOŠANA

Eļļā apcepjiet zaļā karija pastu un ķiploka šķēlītes. Pielejiet ūdeni, Rama, Cremefine 31 %, kokosriekstu pienu un vāriet.

Pēc tam pievienojiet zivju mērci, sasmalcinātu citronzāli, kafīra laima lapas un cukuru.

Visu sajauciet ar sagrieztu gaļu, ananasiem un cukurzirņiem.

Pievienojiet zivju buljona esenci.

## PASNIEGŠANA

Zaļo kariju ar cūkgaļu, ananasiem un cukurzirņiem pasniedziet ar zaļo čili piparu gredzeniem un jasmīnu rīsiem.



**Derīgi zināt:**

Taizemē oriģināli šim ēdienam tiek izmantoti zirņu baklažāni, kas pie mums ir grūti pieejami. Tāpēc receptē tiek izmantoti klasiskie baklažāni. Šim ēdienam labi der arī cukīni vai ķirbji.



**KNORR Sarkanā karija pasta 0,85 kg**

Vidēji asa. Tiek gatavota no sarkanajiem čili pipariem. Lieliska piedeva zivju un sarkanās gaļas ēdieniem.

# GAĻAS BUMBIŅAS SARKANĀ KARIJA MĒRCĒ AR BAKLAŽĀNIEM

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### BUMBIŅAS

2,500 kg	Maltā gaļa
0,100 kg	HELLMANN'S sinepes
0,020 kg	Ingvers (rīvēts)
2 gab.	Olas
pēc garšas	KNORR malti melnie pipari
pēc garšas	Sāls

### MĒRCE

0,060 l	Eļļa
0,600 kg	Baklažāni (iztīrīti)
0,225 kg	KNORR kokosriekstu piens
1,300 l	Ūdens
0,200 kg	KNORR sarkanā karija pasta
0,020 l	Laimu sula
0,035 kg	Brūnais cukurs
0,100 kg	Mazie sīpoliņi
pēc garšas	Čili pipari
pēc garšas	Sāls

## GATAVOŠANA

### BUMBIŅAS

Malto gaļu sajauciet ar visām sastāvdaļām, pievienojiet sāli un izveidojiet bumbiņas. Cepiet bumbiņas taukos vai taukvāres katlā 170°C temperatūrā.

### MĒRCE

Sarkanā karija pastu apcepiet uzkarstētā eļļā, pārlejiet ar ūdeni, pievienojiet kokosriekstu pienu un vāriet zemā temperatūrā.

Tad pievienojiet cukuru, laimu sulu un sāli pēc garšas.

Kad mērce pagatavota, pielieciet tai baklažānus un gaļas bumbiņas. Visu brīdi pavāriet.

Beigās apkaisiet ar sasmalcinātiem sīpoliņiem un sagrieztiem čili pipariem.

### PASNIEGŠANA

Pasniedziet ar jasmīnu rīsiem.



**Derīgi zināt:**

Ja vēlaties, lai liellopu gaļa būtu ar izcilu garšu un mīksta, sāls vietā izmantojiet cukuru un zivju mērci. Cukurs atvieglo karamelizāciju, bet zivju mērci ir garšviela gaļai (izmantojot klasisko sāli, gaļa zaudē ūdeni).



**KNORR Professional liellopu buljona esence 1 l**

Neaizstājama piedeva ēdieniem, izceļ liellopu gaļas garšu un aromātu. Viegli dozējama, acumirkli sadalās ēdienā un ideāli sajaucas ar citiem produktiem.



# LIELOPA GAĻA ĀZIJAS GAUMĒ AR SVAIGIEM GURĶIEM

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### STROGONOVS

1,000 kg	Liellopu gaļa (strēmelītēs)	0,900 l	RAMA Cremefine Profi 15 %
pēc garšas	Melnie pipari, brūnais cukurs, zivju mērce	0,045 l	KNORR Professional liellopu buljona esence
0,060 l	Eļļa	0,080 kg	Locīņi (3 cm strēmelītēs)
0,300 kg	Sīpoli (strēmelītēs)	0,360 kg	Svaigi gurķi (kubiņos)
0,300 kg	Šitaki (strēmelītēs)		

### PASNIEGŠANA

0,700 kg Rīsu makaroni

## GATAVOŠANA

### STROGONOVS

Liellopu gaļai pēc garšas pievienojiet piparus, cukuru un zivju mērci. Atstājiet vismaz uz stundu.

Pannā uzkarsējiet eļļu, lieciet tajā liellopu gaļu un cepiet līdz zeltainai nokrāsai, līdz mīksta. Tad pievienojiet apaceptus sīpolus un šitaki.

Pielejiet Rama Cremefine 15 % un liellopu buljona esenci un sautējiet. Beigās pielieciet locīņus un svaigos gurķus.

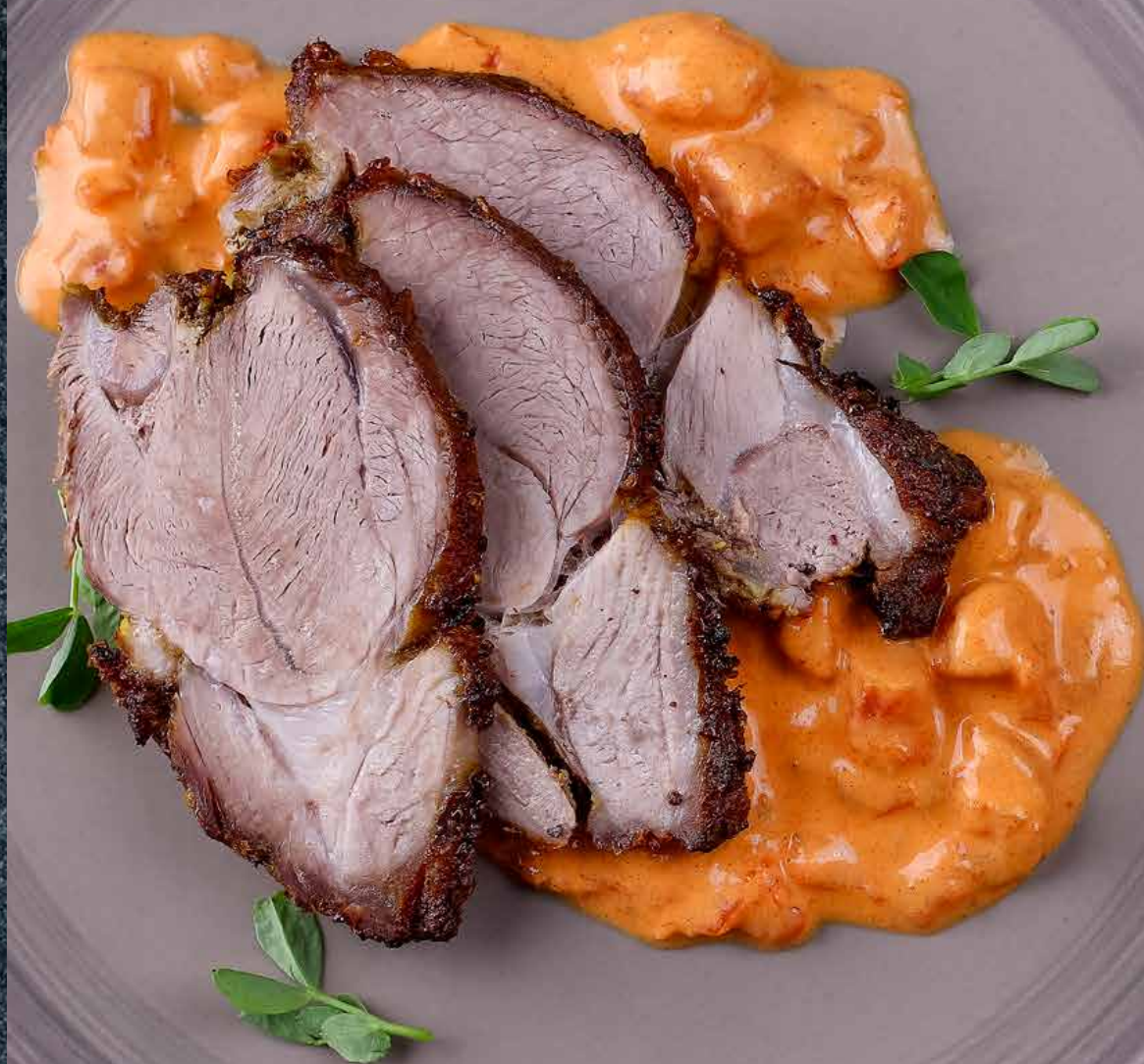
### PASNIEGŠANA

Pasniedziet ar rīsu makaroniem.



### **KNORR Professional marināde cūkgaļai 0,75kg**

Cūkgaļas marinēšanai vai garšas papildināšanai pirms termiskās apstrādes. Nodrošina vienmēr vienādi augstu marinādes kvalitāti, piešķirot ēdieniem lielisku, labi sabalansētu garšu un aromātu. Var būt autormarināžu sastāvā. Sastāvā ir rūpīgi atlasīti augstākās kvalitātes garšaugi un garšvielas lielos gabalos: ķiploks, melnie pipari, baziliks, koriandrs, olīveļļa, apelsīnu miziņas, muskatrieksts, salvija, čili pipari.



#### **Derīgi zināt:**

Ja vēlaties, lai ēdiens būtu aromātiskāks, visus birstošos produktus uzsildiet sausā pannā.

# SAUTĒTA JĒRA GAĻA AR PAKORA DĀRŽENIEM



## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### MARINĀDE

1 zvaigzne	Anīss
0,005 kg	Koriandra sēklas
0,005 kg	Sinepju sēklas
0,005 kg	Sierāboliņa sēklas
3 cm	Kanēļa miziņa
0,030 kg	KNORR Professional marināde cūkgaļai
0,030 kg	KNORR dzeltenā karija pasta
0,200 kg	Bezpiedevu jogurts

### MĒRCE

0,020 l	Eļļa
0,060 kg	KNORR dzeltenā karija pasta
0,500 l	RAMA Cremefine Fraiche 24 %
0,100 l	Ūdens
4 gab.	Kafīra laima lapas
1 gab.	Citronzāle
0,020 kg	Brūnais cukurs
0,300 kg	KNORR Tomato Pronto

### GAĻA

2,000 kg	Jēra šķiņķis
----------	--------------

### PAKORA

0,005 kg	Koriandra sēklas
0,002 kg	Dillu sēklas
0,250 kg	Turku zirņu milti
pēc garšas	Sāls
0,150 kg	Zaļa paprika (plānos salmiņos)
0,100 kg	Sīpoli (strēmeliņos)
0,150 kg	Burkāni (sarīvēti ar rupju dārzeņu rīvi)
0,030 kg	Svaigi spināti (kapāti)
0,060 kg	Mazi sīpoliņi (4 cm lieluma gabaliņos)
0,300 kg	Burkāni (sarīvēti ar dārzeņu rīvi)
0,020 kg	Koriandrs (kapāts)
0,040 l	KNORR Professional Dārzeņu buljona esence
0,040 l	Auksts ūdens
cepšanai	Eļļa

## GATAVOŠANA

### MARINĀDE

Anīsu, koriandru, sinepes, sierāboliņu un kanēli lieciet piestā un sasmalciniet. Sajauciet garšvielas ar atlikušajām sastāvdaļām.

### GAĻA

Gaļu ierīvējiet ar pagatavoto marinādi un cepiet 140°C temperatūrā apmēram 90 minūtes.

### MĒRCE

Eļļā apcepjiet dzeltenā karija pastu, pielejiet Rama Cremefine 24 %, ūdeni, pielieciet kafīra laima lapiņas, sasmalcinātu citronzāli un brūno cukuru. Vāriet 11–19 minūtes.

Izņemiet kafīra laima lapiņas un citronzāli, pielieciet Tomato Pronto. Vāriet 5 minūtes.

Pēc garšas pievienojiet mērcei sāli.

### PAKORA

Koriandru un dilles sasmalciniet piestā, pārliciet bļodā, pievienojiet miltus, sāli un visu samaisiet.

Pievienojiet atlikušās sastāvdaļas un atkal samaisiet.

No iegūtās masas veidojiet bumbiņas un cepiet uzkarstētā eļļā taukvāres katlā.

### PASNIEGŠANA

Ceptās jēra gaļas šķēlītes pasniedziet uz mērces ar ceptu pakoru.

Satay – viens no populārākajiem Āzijas street food ēdieniem. To var gatavot arī no zivs, liellopu vai putnu gaļas. Ja vēlaties, zemesriekstu vietā var izmantot zemesriekstu sviestu.



**KNORR kokosriekstu piena pulveris 1 kg**

Var izmantot ne tikai saldās, bet arī sāļās vai asās ēdienos. Piemērots arī pie zupām, mērcēm, karija ēdieniem, zivju ēdieniem, kā arī cepumiem un desertiem. Ērti dozējams, viegli iegūt vēlamo garšas intensitāti.

# CŪKAS FILEJAS SATAY AR KRĒMVEIDA RIEKSTU MĒRCI

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### MĒRCE

0,400 l	RAMA Cremefine Profi 31 %
0,160 l	Ūdens
0,080 kg	KNORR kokosriekstu piena pulveris
0,250 kg	Riekstu sviests
0,150 kg	KNORR Sambal Manis pikantā mērce ar čili pipariem un soju
0,010 l	Zivju mērce
0,010 kg	Brūnais cukurs
1 gab.	Laīms
0,010 kg	Rivēts ingvers

### FILEJA

1,500 kg	Cūkas fileja
30 gab.	Koka iesmiņi
0,025 kg	KNORR Professional marināde cūkgaļai

### PASNIEGŠANA

0,600 kg	Jasmīnu rīsi
----------	--------------

## GATAVOŠANA

### MĒRCE

Mērces sastāvdaļas sajauciet un uzvāriet. Pusi mērces atdzesējiet un atstājat marinādei.

Atlikušo mērci atstājat siltu, pasniegšanai.

### FILEJA

Fileju sagrieziet 30 strēmelītēs (gaļas šķiedru virzienā) un sajauciet ar marinādi.

Uzduriet gaļu uz iesmiņiem, iemērciet aukstajā mērcē un atstājat marinēties vismaz uz stundu.

Tā pagatavoto Satay grilējiet vai cepiet 230°C dažas minūtes.

### PASNIEGŠANA

Satay pasniedziet ar karstu mērci un jasmīnu rīsiem.



**Derīgi zināt:**

Var iegādāties jau gatavas Gua bao maizītes (piem., saldētas).



**KNORR Pang Gang pikantā sojas un čili piparu mērce, 1 l**

Gatava mērce no KNORR Āzijas produktu kolekcijas. Izmantojama galvenokārt gaļas marinēšanai pirms cepšanas vai grīlēšanas. Piešķir ēdieniem pikantumu ar tomātu garšas niansi.

# GUA BAO – TVAICĒTA MAIZĪTE AR SAUTĒTIEM LIELLOPA VAIGIEM

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM (2 GABALI VIENĀ PORCIJĀ)

### GAĻA

1,500 kg Iztīrti liellopu vaigi

### MARINĀDE

0,007 kg Jūras sāls (rupjais)  
0,075 l KNORR Ketjap Manis  
saldā sojas mērce  
0,015 kg Brūnais cukurs  
0,030 kg Ķīplokli (sasmalcināti)

### VAIGU GATAVOŠANA

0,030 l Eļļa  
0,750 l Karsts ūdens  
0,200 l KNORR Pang Gang pikantā  
sojas un čili piparu mērce  
0,030 kg Svaigs ingvers ("julienne")

### MĪKLA

0,700 kg Kviešu milti  
0,350 l Silts ūdens  
0,020 kg Sausais raugs  
0,030 kg Cukurs  
0,025 l Eļļa  
0,007 kg Sāls

### PASNIEGŠANA

0,100 kg Zaļa paprika (iztīrīta)  
Svaigi gurķi  
(pusmēnestiņos bez  
sēklām)  
0,150 kg Seleriju kāti  
0,050 kg Loki (sasmalcināti)  
0,050 kg Zemesrieksti  
0,040 kg Svaigs koriandrs

## GATAVOŠANA

### GAĻA

Sajauciet marinādes sastāvdaļas, pievienojiet liellopu vaigus un lieciet ledusskapī vismaz uz 4 stundām.

### VAIGU GATAVOŠANA

Vaigus izņemiet no marinādes un apcepjiet eļļā. Kopā ar marinādi pārliciet katlā. Pielejiet karstu ūdeni un uzlieciet vāku. Sautējiet zemā temperatūrā, kamēr vaigi ir kļuvuši ļoti mīksti. Tad atdzesējiet tos mērcē.

Vaigus – minimālā mērces daudzumā – mazliet uzsildiet un sapluciniet ar dakšīņu vai pirkstiem mazās šķiedriņās.

Pirms pasniegšanas uzkarsējiet wok pannā, pielejiet Pang Gang mērci, pielieciet ingveru un gaļu, visu samaisiet.

### MĪKLA

Miltus sajauciet ar cukuru un sāli. Raugu iemaisiet siltā ūdenī.

Miltiem pievienojiet izšķīdināto raugu un visu mīciet dažas minūtes.

Mīklu pārliciet traukā un novietojiet siltā vietā, lai apjoms dubultojas.

Tad lieciet mīklu uz dēlīša, izveidojiet cilindru, sadaliet to 20 daļās, veidojot bumbiņas.

Izrullējiet mīklu, veidojot ovālas 0,5–1 cm biezuma plācenīšus.

Izveidoto plāceni ieziediet ar eļļu, lieciet uz cepamā papīra un salokiet uz pusēm.

Tvaicējiet plāceņus tvaikos. Kad gatavi, noņemiet cepamo papīru.

### PASNIEGŠANA

Pagatavotajās Gua bao maizītēm lieciet gaļu ar garšvielām un aukstās piedevas: papriku, gurķus, selerijas, sīpolus, riekstus un koriandru.



**Derīgi zināt:**

Tā pagatavotas gailenes labi der pie liesas zivs vai putnu gaļas. Pasniedzot tās franču mīklā, radīsiet interesantu uzskodu.



**KNORR kokosriekstu piena pulveris 1 kg**

Var izmantot ne tikai saldās, bet arī sāļās vai asās ēdienos. Piemērots arī pie zupām, mērcēm, karija ēdieniem, zivju ēdieniem, kā arī cepumiem un desertiem. Ērti dozējams, var viegli iegūt vēlamo garšas intensitāti.



# GAIENES AR KOKOSRIEKSTU PIENU UN SĪPOLLOKIEM

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### GAIENES

1,600 kg	Notīrītas gailenes		
0,120 kg	Šalotes sīpoli	0,040 kg	KNORR Professional Primerba šampinjonu pasta
0,070 kg	Sviests		
0,150 l	Baltvīns	pēc	
0,800 l	Ūdens	garšas	Sāls
0,150 kg	KNORR kokosriekstu piena pulveris		

### PASNIEGŠANA

0,020 kg Sīpolloki

## GATAVOŠANA

### GAIENES

Gailenes lieciet verdošā ūdenī, vāriet dažas minūtes, nokāšiet.

Šalotes sīpolus sagrieziet mazos kubiņos, apcepjiet sviestā, tad pielieciet gailenes, pielējiet vīnu un reducējiet līdz 50 %.

Visu pārlejiet ar siltu ūdeni, pievienojiet kokosriekstu pienu un brīdi sautējiet.

Pēc garšas pievienojiet sēņu pastu un sāli.

### PASNIEGŠANA

Pirms pasniegšanas apkaisiet ēdienu ar sasmalcinātiem sīpollokiem.



**Derīgi zināt:**

Ja vēlaties ideāli izvārīt pākšaugus, piemēram, turku zirņus, dienu iepriekš iemērciet tos un vāriet minimālā ūdens daudzumā, pārklātus ar tīru virtuves dvieli. Tā vāroties, dārzeņi nekustējies un netiks bojāti.



**KNORR Dzeltenā karija pasta 0,85 kg**

Vidēji asa. Krāsu piešķir kurkuma. Ideāli piemērota putnu gaļas, garneļu un dārzeņu ēdieniem. Var pievienot zupām, mērcēm un marinādēm.

# TURKU ZIRŅI AR TOMĀTIEM UN DZELTENO KARIJU

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### TURKU ZIRŅI

0,500 kg	Turku zirņi	0,050 kg	KNORR dzeltenā karija pasta
cepšanai	Sezama eļļa	0,600 kg	KNORR griezti tomāti savā sulā
0,300 kg	Sīpoli (kubiņos)	pēc	garšas
0,250 kg	Seleriju kāti (kubiņos)		Melnie pipari, sāls

### PASNIEGŠANA

0,060 kg Sīpolloki

## GATAVOŠANA

### TURKU ZIRŅI

Dienu iepriekš izmērcējiet turku zirņus siltā, vārītā ūdenī un izvēriet sālsūdenī.

Apcepjiet eļļā sīpolus, selerijas, pievienojiet dzeltenā karija pastu un apcepjiet. Sajauciet ar vārītajiem turku zirņiem un tomātiem.

Pēc garšas pievienojiet sāli un piparus.

Turku zirņus ar tomātiem un kariju brīdi sautējiet zemā temperatūrā.

### PASNIEGŠANA

Pasniedziet ar smalki sagriežtiem sīpollokiem.



**KNORR Professional dārzeņu ēdienu buljona esence 1 l**

Neaizstājama piedeva ēdieniem, izceļ dārzeņu garšu un aromātu.

Viegli dozējama, acumirkļi sadalās ēdienā un ideāli sajaucas ar citiem produktiem.



**Derīgi zināt:**

Ja vēlaties, lai Jūsu tempura būtu ļoti kraukšķīga, atcerieties, ka mīkla pirms tam jāatdzesē. Ieteicams, lai mīklā būtu pat ledus gabaliņi.



# KRAUKŠĶĪGIE DĀRZEŅI TEMPURĀ

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### ASĀ APELSĪNU MĒRCE

0,450 l	KNORR Sunshine Chili saldā-pikantā čili piparu mērce	0,300 kg	Tempuras panējums
0,045 l	Apelsīnu sula	0,300 l	Auksts ūdens
0,015 l	Zivju mērce	cepšanai dziļā tauku peldē	Eļļa
0,010 kg	Koriandrs		

### TEMPURA:

Tempuras panējums  
Auksts ūdens

Eļļa

### SALDĀ SOJAS MĒRCE AR ČILI PIPARIEM

0,450 l	KNORR Ketjap Manis saldā sojas mērce	0,400 kg	Brokoļi
0,020 kg	Čili pipari	0,200 kg	Burkāni
0,010 kg	Sezams (grauzdēts)	0,200 kg	Pētersīļi
		0,200 kg	Seleriju kāti
		0,200 kg	Mazie sīpoli
		0,200 kg	Redīsi
		0,060 kg	KNORR Professional dārzeņu buljona esence
		0,040 kg	Kviešu milti

### DĀRZEŅI

Brokoļi  
Burkāni  
Pētersīļi  
Seleriju kāti  
Mazie sīpoli  
Redīsi  
KNORR Professional  
dārzeņu buljona esence  
Kviešu milti

## GATAVOŠANA

### ASĀ APELSĪNU MĒRCE

Sajauciet mērces sastāvdaļas un pievienojiet kapātu koriandru.

### SALDĀ SOJAS MĒRCE AR ČILI PIPARIEM

Čili piparus sagriežiet mazos kubiņos un lieciet Ketjap Manis mērcē. Visu sajauciet un pievienojiet grauzdētu sezamu.

### TEMPURA

Tempuras panējumu sajauciet ar aukstu ūdeni.

### DĀRZEŅI

Dārzeņus sadaliet mazākās daļās pēc saviem ieskatiem. Pievienojiet dārzeņu buljona esenci un apkaisiet ar miltiem.

Iemērciet tās tempurā un izcepiet uzkarstētā eļļā taukvāres katlā.

### PASNIEGŠANA

Kraukšķīgos dārzeņus pasniedziet ar mērcēm bļodiņās.

**Derīgi zināt:**

Okra – Āzijas virtuvē pazīstams dārzeņš. Pēc garšas atgādina baklažānu un pākšu pupiņas. Vārīts piešķir ēdieniem lipīgumu un ir dekoratīvs elements.



**KNORR Sarkanā karija pasta 0,85 kg**

Vidēji asa. Tiek gatavota no sarkanajiem čili pipariem. Lieliska piedeva zivju un sarkanās gaļas ēdieniem.

# PUPIŅAS TOMĀTU MĒRCĒ AR SARKANO KARIJU

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

0,400 kg	Pupiņas	0,250 kg	Kūpināts bekons (kubiņos)
pēc	Sāls	0,400 kg	Desa (šķēlītēs)
garšas		0,080 kg	Pētersīļi (šķēlītēs)
cepšanai	Eļļa	0,150 kg	Okra (šķēlītēs)
0,100 kg	KNORR sarkanā karija pasta	0,150 kg	Burkāni (šķēlītēs)
0,120 kg	Šalotes sīpoli (gredzenos)	0,030 kg	KNORR dārzeņu buljons
0,100 kg	Puravi (gredzenos)	0,800 kg	KNORR Tomato Pronto

## GATAVOŠANA

Dienu iepriekš izmērcējiet pupiņas siltā, vārītā ūdenī un izvāriet sālsūdenī.

Eļļā apcepiet sarkanā karija pastu, Šalotes sīpolus un puravus.

Citā pannā apcepiet bekonu, desu un atlikušos dārzeņus.

Apceptās sastāvdaļas sajauciet ar pupiņām, pievienojiet Tomato Pronto, pievienojiet dārzeņu buljonu pēc garšas. Ja vajadzīgs, pielejiet ūdeni.

Visu sautējiet līdz sautējuma konsistencei. Ja vajadzīgs, iebiezīniet.



### KNORR Sunshine Chili saldā-pikantā čili piparu mērce, 1 l

Lieliska, pirmkārt, kā mērce, pasniedzama tieši no pudeles vai ar izvēlētām piedevām (piem., apelsīnu sulu un koriandru). Ar to var arī ieziest ceptus vistas spārņņus, ribiņas vai kakla karbonādi, lai iegūtu saldi pikantu glazūru.



#### Derīgi zināt:

Ja vēlaties, lai pupiņas būtu intensīvi zaļā, svaigā krāsā, neaizmirstiet vārīšanas laikā ūdenī iebērt cukuru. Ātra atdzesēšana ūdenī ar ledu pārtrauks vārīšanās procesu un nostiprinās krāsu.





# PĀKŠU PUPIŅU UN SHIMEJI SĒŅU SALĀTI

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

### MARINĒTI SĪPOLI

0,500 kg	Sīpoli
0,050 kg	Cukurs
0,020 l	Zivju mērce
0,020 l	Rīsu etiķis

### PASNIEGŠANA

0,100 kg	Grauddēti Indijas rieksti
----------	---------------------------

### SALĀTI

2 kg	Pākšu pupiņas
0,080 kg	Shimeji sēnes
0,300 l	KNORR Sunshine Chili saldā-pikantā čili piparu mērce
0,150 l	Eļļa
0,080 l	Rīsu etiķis
pēc garšas	Zivju mērce

## GATAVOŠANA

### MARINĒTI SĪPOLI

Sīpolus sagrieziet gabaliņos, sajauciet ar marinādes sastāvdaļām un lieciet saldētavā vismaz uz 2 stundām.

### SALĀTI

Pupiņas un sēnes blanšējiet, sajauciet ar atlikušajām sastāvdaļām un marinētajiem sīpoliem. Pievienojiet garšvielas pēc garšas.

### PASNIEGŠANA

Salātus pasniedziet šķīvī apkaisītos ar grauzdētiem riekstiem.

**Derīgi zināt:**

Ja vēlaties, lai kāpostiem būtu saldskāba garša, atcerieties, ka vispirms jāpieber cukurs, tikai pēc tam jālej etiķis. Tā vieglāk iegūt sabalansētu garšu.

Lai pagatavotu pikantāku variantu, var pievienot smalki sagrieztu čili piparu.



**KNORR Sambal Manis pikantā mērce ar čili pipariem un soju, 1 l**

Neaizstājama, gatavojot "stir-fry" tipa ēdienus. Tā jāpievieno pie ķīniešu wok pannā apceptiem dārzeņiem un gaļas. Piešķir ēdieniem austrumniecisku saldi pikantu garšu ar dārzeņu garšas niansi.

# ĶĪNIEŠU KĀPOSTU SALĀTI

## SASTĀVS

10 PORCIJĀM

3,000 kg	Baltie galviņkāposti	pēc garšas	Sāls
0,150 l	Rīsu etiķis	pēc garšas	Cukurs
0,250 g	KNORR Sambal Manis pikantā mērce ar čili pipariem un soju	0,200 l	Eļļa

## GATAVOŠANA

Kāpostus sagrieziet strēmelītēs.

Pielieciet sāli, cukuru, etiķi, Sambal Manis mērci un eļļu, visu samaisiet.

Salātus atstājiet uz 10 minūtēm, tad vēlreiz samaisiet un pasniedziet.





# PRODUKTI



KNORR Professional  
liellopu buljona esence 1 l



KNORR Professional vistas  
buljona esence 1 l



KNORR Professional Zivju  
buljona esence 1 l



Professional dārzeņu  
buljona esence 1 l



KNORR Sunshine Chili saldā-  
pikantā čili piparu mērce 1 l



KNORR Sambal Manis pikantā  
mērce ar čili pipariem un soju 1 l



KNORR pikantā sojas  
un čili piparu mērce 1 l



KNORR Ketjap Manis  
saldā sojas mērce 1 l



KNORR zaļā karija  
pasta 0,85 kg



KNORR sarkana  
karija pasta 0,85 kg



KNORR dzeltenā karija  
pasta 0,85 kg



KNORR kokosriekstu  
piena pulveris 1 kg



Rama Cremefine Profi  
1 l



Rama Combi Profi  
3,7 l



Rama Culinesse Profi  
0,9 l



KNORR Delikat  
garšviela gaļai 0,6 kg

## Sazinieties ar mums:



**Mārtiņš Koks**  
Tirdzniecības speciālists

+371 292 37 618  
Martins.Koks@unilever.com



**Mārtiņš Plotnieks**  
Baltic chef

+371 26 444 136  
Martins.Plotnieks@unilever.com



**Emīls Jonīns**  
Kulinārijas konsultants

+371 292 88 925  
Emils.Jonins@unilever.com



**Natalja Petrova**  
Kulinārijas konsultants

+371 297 14 199  
Natalja.Petrova@unilever.com

[www.ufs.com](http://www.ufs.com)

