

Top Moravia
tajemství zdravého domova

Vaření v IVPS

Vaření 5. generace

Top® Moravia

tajemství zdravého domova

www.topmoravia.com

Obsah

Zeleninová polévka 2
Slepičí polévka 3
Sněhobílá rýže 4
Vařené brambory s petrželí 5
Dušené červené zelí 6
Opékané klobásky..... 7
Fazolky na smetaně 8
Kuře ve smetanové omáčce 9
Stroganov z krůtího masa 10
Pálivý rybí pokrm 11
Pravá domácí svíčková 12
Vepřová játra na smetaně 13
Vepřová pečeně 14
Vepřové rizoto s houbami 15
Segedínský guláš 16
Kořeněný vepřový bůček 17
Kachní prsa s muškátovým oříškem 18
Fazole 19
Houby se smetanovou omáčkou 20

Zeleninová polévka



INGREDIENCE pro 4 osoby:

- 300 g kuřecích prsíček
- 2 mrkve nakrájené na kolečka
- 1 nakrájený výhonek petržele
- 250 g hrášku
- 2 lžíce olivového oleje
- 3 stroužky česneku
- 2 bobkové listy
- špetku mletého bílého pepře
- 1 lžička soli
- 1 lžička sekané čerstvé petržele
- 1 lžička sekané červené papriky
- 100-150 g těstovin do polévky

POSTUP PŘÍPRAVY:

Všechny přísady mimo těstovin dejte do vnitřní nádoby. Naplňte vnitřní nádobu vodou ze 4/5 její výšky. Dobře promíchejte, uzavřete víko a zapněte program na 20 minut. Poté otevřete víko, přidejte těstoviny a vařte další 1-2 minuty. Polévka je připravena k podávání.

Top Moravia Vám přeje dobrou chuť

Slepičí polévka



INGREDIENCE pro 4 osoby:

- 1/2 rozporcované slepice
- 2 mrkve nakrájené na kolečka
- 1 kořen nakrájené petržele
- 225g mladého jarního hrášku
- koření dle chuti (česnek, bobkový list)
- ¼ celeru
- špetka mletého bílého pepře
- 1 kávová lžička vegety
- 1 kávová lžička soli
- 1 kávová lžička nasekané petrželové natě
- 10-15 dkg těstovin do polévky

POSTUP PŘÍPRAVY:

Suroviny (mimo těstovin) vložte do hrnce a zalijte vodou. Důkladně promíchejte, přiklopte víkem a zapněte program na 20 minut. Poté otevřete víko, přidejte těstoviny a vařte další 2 minuty. Následně tlakový hrnec vypněte. Polévka je připravena k podávání.

Top Moravia
tajemství zdravého domova

Sněhobílá rýže

INGREDIENCE pro 2 osoby:

- 2 šálky rýže
- 2 lžíce oleje
- 2 čajové lžičky soli
- 3½ šálku vody



POSTUP PŘÍPRAVY:

Nalijte olej do vnitřní nádoby. Přidejte rýži, vodu a sůl. Důkladně promíchejte dřevěnou vařečkou, aby se sůl rozpustila. Uzavřete víko a zapněte program na 6 minut. Následně otevřete víko, posypte rýži sekanou petrželkou a čerstvě pomletým pepřem.

Top Moravia Vám přeje dobrou chuť

Vařené brambory s petrželí

INGREDIENCE pro 2 osoby:

- 1 lžička oleje
- 700 g brambor, oloupaných a nakrájených na kostky
- 1 svazek nakrájené petržele
- ½ šálku vody



POSTUP PŘÍPRAVY:

Všechny přísady dejte do vnitřní nádoby a promíchejte. Uzavřete víko a zapněte program na 6 minut. Nechejte brambory odstát se zapnutou funkcí ´udržování teploty´ po dobu dalších 2 minut. Poté otevřete víko.

Top Moravia
tajemství zdravého domova

Dušené červené zelí

INGREDIENCE pro 2 osoby:

- 1 červené zelí
  (hlávkové nebo sterilované)
- 2 lžíce oleje
- 1 nakrájená cibule
- ½ lžičky kmínu
- 2 lžičky cukru
- ocet a sůl dle chuti
- ¼ litru červeného vína



POSTUP PŘÍPRAVY:

Orestujte cibuli, poté vložte všechny přísady do vnitřní nádoby a dobře promíchejte. Zapněte program na 6 minut. Následně otevřete víko.

Top Moravia Vám přeje dobrou chuť

Opékané klobásky

INGREDIENCE pro 2 osoby:

- 6 klobásků
- 2 lžíce oleje
- ¼ l vody



POSTUP PŘÍPRAVY:

Udělejte zářezy do klobásků a dejte je do vnitřní nádoby spolu s olejem a vodou. Uzavřete víko a zapněte program na 6 minut. Následně otevřete víko a můžete podávat.

Top Moravia
tajemství zdravého domova

Fazolky na smetaně

INGREDIENCE pro 2-3 osoby:

- 1 sáček mražených fazolek
- 230g smetany
- 2 lžíce hladké mouky
- ½ l vody
- 1 kostka zeleninového vývaru
- ocet
- cukr



POSTUP PŘÍPRAVY:

Do hrnce dejte mražené fazolky, zalijte půl litrem vody a nadrobte kostku zeleninového vývaru. Zavřete víko a zapněte program na 6 minut. Rozmíchejte mouku se smetanou a po dovaření fazolek přidejte do nádoby. Za stálého míchání nechejte asi 2 minuty povařit a vodou nařeďte na potřebnou hustotu. Následně dochuťte octem, cukrem, popř. solí a podávejte s vařenými brambory a vajíčkem.

Top Moravia Vám přeje dobrou chuť

Kuře ve smetanové omáčce



INGREDIENCE pro 4 osoby:

- 700 g kuřete
- 4 lžíce oleje
- 2 nadrobno nakrájené cibule
- 3 stroužky česneku, lisované
- 2 lžičky grilovacího koření
- 1-2 lžičky červené papriky
- ¾ litru vody
- 1 šálek zakysané smetany
- 1 lžíce mouky

POSTUP PŘÍPRAVY:

Nalijte olej do tlakového hrnce a orestujte cibuli. Přidejte naporcované kuře, česnek, koření, vodu a dobře promíchejte. Zapněte program na 15 minut. Poté otevřete víko a vmíchejte smetanu a mouku. Zapněte opět tlakový hrnec, nechte víko otevřené a nechte povařit další 2 minuty. Pokrm je připraven k podávání.

Top Moravia
tajemství zdravého domova

Stroganov z krůtího masa



INGREDIENCE pro 2-3 osoby:

- ¾ kg krůtího masa na guláš
- sůl, pepř
- 1 velká nakrájená cibule
- 3 lžíce oleje
- 3 lžíce hladké mouky
- 1 dl červeného vína
- 2 lžíce rajčatového protlaku
- 100g žampionů
- 1 zakysaná smetana

POSTUP PŘÍPRAVY:

Do tlakového hrnce nalijte olej a zapnětě jej. Přidejte na drobno nakrájenou cibuli a orestujte ji. Maso nakrájejte na nudličky a také osmahněte. Dále okořeňte, dobře promíchejte, přidejte protlak, žampiony, víno a uzavřete víko. Zapněte program na 15 minut. Po ukončení programu nechte vyjít páru a víko otevřete. Ve smetaně rozmíchejte 1 lžíci hladké mouky a nalijte do hrnce. Dobře rozmíchejte a povařte asi 2 minuty.

Top Moravia Vám přeje dobrou chuť

Pálivý rybí pokrm

INGREDIENCE pro 4 osoby:

- 700 g filetů z lososa
- 200 g krevet
- 4 lžíce oleje
- 1 lžíce rybího koření
- 2 stroužky česneku, třeného



POSTUP PŘÍPRAVY:

Nalijte olej do vnitřní nádoby a přidejte očištěné krevety. Lososa potřete česnekem, posypejte kořením na ryby a vložte na krevety. Přidejte vodu, zavřete víko a zapněte program na 3 minuty. Podávejte s bramborovou kaší, nebo rýží a ozdobte kouskem limetky.

Top Moravia
tajemství zdravého domova

Pravá domácí svíčková

INGREDIENCE pro 2 osoby:

- 400g hovězí svíčkové
- 150g kořenové zeleniny
- 3 kuličky nového koření
- ½ lžíce cukru
- 1 lžíce hladké mouky
- citrónová šťáva
- cibule
- 1½ dl smetany
- sůl



POSTUP PŘÍPRAVY:

Hovězí svíčkovou osolte a okořeňte dle chuti a následně ji vložte do tlakového hrnce. Přidejte nakrájenou kořenovou zeleninu, cibuli, mírně podlijte vodou a uzavřete víko. Zapněte program na 15 minut. Poté otevřete víko a vyjměte maso. V mixéru rozmixujte uvařenou cibuli a kořenovou zeleninu s výpekem. Poté ji smíchejte s moukou a 1½ dl smetany, popřípadě dochuťte cukrem a citrónovou šťávou. Vytvořenou omáčku nalijte zpět do tlakového hrnce a zapněte program na 3 minuty. Hovězí svíčkovou podávejte s omáčkou, knedlíky, brusinkami a plátkem citrónu.

Top Moravia Vám přeje dobrou chuť

Vepřová játra na smetaně



INGREDIENCE pro 4 osoby:

- 500 g vepřových jater na kostičky
- 1 nasekaná cibule
- 8 lžic olivového oleje
- 1 nakrájené rajče
- ½ papriky
- ½ kávové lžičky soli
- špetka majoránky
- 1 lžíce hladké mouky
- 4 velké, rozdrcené stroužky česneku
- 1 kostka bujónu
- 200g zakysané smetany
- 1dl vody

POSTUP PŘÍPRAVY:

Zapněte hrnec (víko ponechte otevřené), přidejte do nádoby olej a na drobno nasekanou cibuli. Osmažte ji, přidejte játra a za mírného míchání orestujte (asi 2 minuty). Přidejte nadrobno nasekanou papriku, rajče, česnek, pepř, majoránku, sůl, kostku bujónu rozpuštěnou v horké vodě a vše dobře promíchejte. Uzavřete víko a zapněte program na 10-15 minut. Následně otevřete víko, přidejte smetanu, mouku a vše dobře promíchejte. Poté zapněte tlakový hrnec s otevřeným víkem a nechte přejít varem po dobu 2-3 minut.

Top Moravia
tajemství zdravého domova

Vepřová pečeně

INGREDIENCE pro 2-3 osoby:

- 600g vepřové kýty
- špetka soli
- špetka mletého kmínu
- 1ks větší nasekané cibule
- 2 lžíce sádla
- ½ dl vody



POSTUP PŘÍPRAVY:

Vepřové maso očistěte, osolte a okmínujte. V tlakovém hrnci rozpalte sádlo a maso na něm ze všech stran zprudka opečte. Přidejte nadrobno nakrájenou cibuli a nalijte vodu. Uzavřete víko a spusťte program na 20-25 minut. Hotovou vepřovou pečeni poté vyjměte, nakrájejte na plátky a servírujte.

TIP: Vypečenou šťávu můžete naředit vodou, zahustit moukou, nechat projít varem a přidat k pečeni.

Top Moravia Vám přeje dobrou chuť

Vepřové rizoto s houbami

INGREDIENCE pro 2-3 osoby:



- 400 g vepřového masa na kostičky
- 250g rýže
- 2 menší nasekané cibule
- 160ml směsi hub v nálevu
- olivový olej
- 1 nasekané rajče
- 1 lžíce rajského protlaku
- koření na maso
- sůl, pepř
- ¼ l vody

POSTUP PŘÍPRAVY:

Zapněte hrnec (víko ponechte otevřené), přidejte olej, na drobno nasekanou cibuli a osmažte ji. Přidejte maso obalené v koření a za mírného míchání orestujte (asi 6 minut). Vypněte ohřev, přidejte vodu, houby, rajče, rajský protlak, pepř a případně osolte. Vše dobře promíchejte, uzavřete víko a zapněte program na 15 minut. Následně otevřete víko, přidejte rýži (případně i vodu) a zvolte program na 6 minut. Pokrm je hotov a připraven k servírování.

Top Moravia
tajemství zdravého domova

Segedínský guláš



INGREDIENCE pro 4 osoby:

- 400 g vepřového masa
- 1 kg odkapaného kyselého zelí
- 2 cibule, nasekané na drobno
- 4 lžíce oleje
- 3 lžíce sladké červené papriky
- 1 lžička kmínu
- 1 lžička soli
- ¼ litru vody
- 1 šálek zakysané smetany
- 2 lžíce mouky

POSTUP PŘÍPRAVY:

Ve vnitřní nádobě orestujte cibulku a přidejte vepřové maso nakrájené na kostičky. Přidejte veškeré přísady kromě mouky a smetany, dobře promíchejte a zapněte program na 15 minut. Poté otevřete víko, přidejte mouku, smetanu a dobře promíchejte. Víko ponechejte otevřené a za stálého míchání vařte další 2-3 minuty. Následně je pokrm hotov.

Top Moravia Vám přeje dobrou chuť

Kořeněný vepřový bůček

INGREDIENCE pro 2 osoby:

- 600 g vepřového bůčku
- 2 lžíce olivového oleje
- 2 lžičky sekaných chili papriček
- 5 nasekaných stroužků česneku
- 1 lžička mletého pepře
- ½ lžičky mletého kmínu
- ½ lžičky soli



POSTUP PŘÍPRAVY:

Nalijte do vnitřní nádoby olej a dejte do ní vepřový bůček. Posypejte pepřem, česnekem, chilipapričkami, kmínem a solí. Používáte-li chili pastu, používejte pouze poloviční množství soli. Několikrát vepřový bůček otočte, aby se dobře promíchal s kořením. Uzavřete víko a zapněte program na 15 minut. Poté otevřete víko. Podávejte s rýží nebo bramborami a petrželí.

Top Moravia
tajemství zdravého domova

Kachní prsa s muškátovým oříškem

INGREDIENCE pro 2 osoby:

- 2 filety z kachních prsou
- 2 lžičky majoránky
- 1 lžička mletého černého pepře
- 5 nasekaných stroužků česneku
- 3 lžíce oleje
- ½ lžičky str. muškátového oříšku
- 1 lžička sekané červené papriky



POSTUP PŘÍPRAVY:

Udělejte do masa zářezy nožem. Maso vložte do vnitřní nádoby, přidejte olej a česnek. V míse smíchejte papričky, majoránku, černý pepř a strouhaný muškátový oříšek. Touto směsí posypte maso a zapněte program na 15 minut. Poté otevřete víko, pokrm je připraven k podávání.

Top Moravia Vám přeje dobrou chuť

Fazole



INGREDIENCE pro 4 osoby:

- 500 g fazolí (hnědých nebo bílých)
- 2 lžíce oleje
- 5 nasekaných stroužků česneku
- 1 mrkev rozkrájená na kolečka
- 1 malá cibule na kostičky
- 3 bobkové listy
- 4 šálky vody
- 4 vejce vařená natvrdo
- 1 lžička sekaných chili papriček
- 1 lžička soli
- směs: 2 lžíce mouky, ¼ másla

POSTUP PŘÍPRAVY:

Přes noc nechejte nabobtnat fazole. Slijte je, a spolu s ostatními přísadami (vyjma natvrdo vařených vajec a směsi) je dejte do vnitřní nádoby. Naplňte vodou až do 4/5 výše vnitřní nádoby a zapněte program na 15 minut. Následně otevřete víko, přidejte máslo a mouku a dobře promíchejte. Víko ponechte otevřené a za stálého míchání vařte další 2-3 minuty. Podávejte s vejci vařenými natvrdo.

Top Moravia
tajemství zdravého domova

Houby se smetanovou omáčkou



INGREDIENCE pro 2 osoby:

- 200 g hub
- ½ nakrájeného pórku
- 1 bobkový list
- 3 lžíce oleje
- ½ lžičky mletého pepře
- 2 lžičky papriky
- 1 lžička soli
- ocet na dochucení
- ¼ l vody nebo bílého vína
- 1 hrnek kysané smetany

POSTUP PŘÍPRAVY:

Přidejte do vnitřní nádoby pórek, houby, olej, vodu, koření a dobře promíchejte. Zapněte program na 6 minut. Poté otevřete víko, přidejte smetanu a vařte další 1-2 minuty. Dle chuti přidejte ocet.

Top Moravia Vám přeje dobrou chuť

Časy uváděné v receptech jsou jen pro informaci. Doby vaření mohou být různé v důsledku určitých rozdílů co do velikosti, čerstvosti a požadované míry propečení.