

# NOVINKY



FoodService

## KNIHA RECEPTOV





# PORADIE RECEPTOV

- Kuracia krémová polievka s haluškami a šošovicou
- Thajská polievka s čínskymi rezancami a zeleninou
- Cestovinový šalát s belugou
- Treska na fazuľových strukoch so zemiakovou kašou
- Cícerové karí s ryžou
- Bravčová kotleta špikovaná šunkou s celozrnnými vretenami
- Pečené mäso na cesnaku a hubách s pšenovou kašou
- Kuracie mleté guľičky so špagetami s omáčkou z červenej šošovice

[www.orklafs.sk](http://www.orklafs.sk)





FoodService

## S radosťou vám prinášame receptový zošit s ôsmimi novými receptami.

Vznikali v spolupráci s naším šéfkuchárom a naším cieľom bolo priniesť vám inšpiráciu a spestriť jedálneček. Základom receptov sú **nové tekuté ochucovadlá**, ktoré posilňujú chuť pokrmov a majú nízky obsah soli (10%). Sú vhodné do vývarov, polievok, omáčok aj ďalších pokrmových základov - a používajú sa jednoducho priamo pri varení.

Pripravili sme si pre vás novinku - **Vegetu bez pridaného glutamátu, soli a cukru** zmes sušenej zeleniny a korenia. Je to ideálny pomocník do kuchyne, ktorý podčiarkne chuť polievok, omáčok, mäsa aj príloh.

A nezabudli sme ani na prílohy - novo ponúkame **celozrnné semolinové cestoviny** - vretená a špagety, ktoré skvele chutia, dobre držia tvar a sú vhodné ako do teplých pokrmov, tak do šalátov.

Veríme, že vás naše novinky inšpirujú a že sa stanú vitaným pomocníkom pri plánovaní chutných a vyvážených jedál nie len pre deti.  
Váš tím Vitana...



BEZ  
SOLI



# KURACIA KRÉMOVÁ POLIEVKA S HALUŠKAMI A ŠOŠOVICOU

## 10 PORCIÍ

### Ingrediencie:

Cibuľa 60g  
Olej 40ml  
Cesnak sušený Vitana 3g  
Petržlenová vňať 0,5g  
Tekuté ochucovadlo kuracie Vitana 100ml  
Múka hladká 80g  
Crème Excellent Chef club 150ml  
Červená šošovica Vitana 80g  
Halušky Vitana 80g  
Vajce 1ks  
Soľ 1g  
Zeleninová zmes na sviečkovú Znojmia 150g  
Pyramídka vývar Vitana 1ks



## POSTUP

Orestujeme cibuľu na oleji, pridáme zeleninu na sviečkovú (zregenerovanú v konvektomate 5 min na 80 stupňov), sušený cesnak, zasypeme múkou a restujeme. Následne zalejeme vodou a pridáme tekuté ochucovadlo, trochu soli a pyramídku na vývar. Prilejeme vodu, prevaríme do mäčka, rozmixujeme, zjemníme smotanou Crème Excellent a podľa chuti dosolíme. **Príprava závary:** do misy nasypeme haluškové cesto Vitana, pridáme zomletú červenú šošovicu, vajíčko a vodu. Zmiešame a vytvoríme redšie cesto. Cesto cez haluškovač hádžeme do osolenej vriacej vody. Uvarené halušky následne schladíme. Servírujeme tak, že najprv do taniera vlejeme polievku a tesne pred výdajom pridáme halušky.

## TIP ŠÉFKUCHÁRA

Na záver môžeme pridať muškátový orech  
a čerstvé bylinky.



# THAJSKÁ POLIEVKA S ČÍNSKÝMI REZANCAMI A ZELENINOU

## 10 PORCIÍ

### Ingrediencie:

Cibuľa 60g  
Slniečnicový olej 40ml  
Polievková zeleninová zmes Znojmia 50g  
Mrazená zelenina na sviečkovú Znojmia 150g  
Zázvor 0,5g  
Koriander 0,5g  
Koncentrovaný paradajkový pretlak Chef club 80g  
Krájané paradajky v rajčinovej šťave Chef club 80g  
Čínske rezance Vitana 80g  
Tekuté ochucovadlo hovädzie Vitana 100ml  
Soľ 2g  
Zemiakový škrob Vitana 60g  
Cesnak sušený Vitana 3g

## POSTUP

Na cibuli orestujeme zregenerovanú zeleninu. Pridáme dvojité pretlak, krájané paradajky v rajčinovej omáčke. Zázvor, koriander, soľ a sušený cesnak. Všetko zalejeme 2,5l vody a tekutým hovädzím ochucovadlom. Varíme do zmäknutia a zahustíme zemiakovým škrobom.

### Čínske rezance

Aby nám vydržali na servírovanie, môžeme ich len namočiť a následne zregenerovať v pare na 78 °C 5 minút alebo ich môžeme uvariť a po 2 minútach varu scediť, prepláchnuť studenou vodou a schladiť.

## TIP ŠÉFKUCHÁRA

Polievku je možné dochutiť trstinovým cukrom a limetkou.



# CESTOVINOVÝ ŠALÁT S BELUGOU

## 10 PORCIÍ

### Ingrediencie:

Celozrnné vretená Vitana 1kg  
Šošovica čierna Beluga Natur 150g  
Tymián Vitana 0,5g  
Oregano Vitana 5g  
Soľ 3g  
Vegeta tekuté ochucovadlo Vitana 80ml  
Krájané paradajky v rajčinovej šťave Chef club 300g  
Paradajky čerstvé 100g  
Šalátová uhorka 150g  
Ľadový šalát 50g  
Cibuľa 80g  
Koncentrovaný paradajkový pretlak Chef club 80g  
Extra virgin olivový olej Chef club 40ml  
Eidam strúhaný 250g  
Cesnak 10g

### POSTUP

V slanej vode uvaríme cestoviny, necháme vychladnúť a premastíme. Belugu uvaríme s tekutou Vitanou a zlejeme. Cibuľu orestujeme na oleji, pridáme cesnak, paradajkový pretlak, krájané paradajky v rajčinovej šťave, prevaríme, dochutíme soľou, tymiánom, Vegetou a necháme vychladnúť.

Cestoviny premiešame s belugou, vychladnutou paradajkovou zmesou, nakrájanou šalátovou uhorkou, čerstvými paradajkami a ľadovým šalátom. Premiešame, dochutíme soľou, sypkou Vegetou, tymiánom, oreganom a posypeme syrom.

### TIP ŠÉFKUCHÁRA

Cestoviny je možné pripraviť s tuniakom alebo kuracím mäsom.  
Môžeme pridať jarnú cibuľku alebo pór.



# TRESKA NA FAZUĽOVÝCH STRUKOCH SO ZEMIAKOVOU KAŠOU

## 10 PORCIÍ

### Ingrediencie:

Treska 2kg  
Fazuľové struky Znojmia 600g  
Vegeta zmes zeleniny  
a korenia Vitana 5g  
Maslo 150g  
Sol' 2g  
Zemiaková kaša Vitana 500g



## POSTUP

Rozmrazenú tresku nakrájame na porcie a posypeme sypkou Vegetou. Zľahka osolíme. Na plech rozložíme fazuľové struky, na ne položíme porcie tresky, pridáme maslo a pečieme na teplote 160°C približne 8 minút. Zemiakovú kašu pripravíme podľa návodu. Zemiakovú kašu počas prípravy nešľaháme, iba miešame.

## TIP ŠÉFKUCHÁRA

Miesto fazuľových strukov môžeme použiť brokolicu.



# CÍCEROVÉ KARÍ S RYŽOU

## 10 PORCIÍ

### Ingrediencie:

Mrazená zelenina na sviečkovú Znojmia 150g  
Cibuľa 80g  
Paprika troch farieb Znojmia 150g  
Cícer Vitana 400g  
Karfiol mrazený Znojmia 100g  
Zázvor Vitana 1g  
Kurkuma Vitana 2g  
Rasca rímska Vitana 1g  
Koriander Vitana 1g  
Soľ 5g  
Tekuté ochucovadlo Vegeta Vitana 60g  
Šošovica červená Vitana 400g  
Crème Excellent Chef club 100ml  
Guľatozrná ryža BASK 800g  
Jazmínová ryža Chef club 500g  
Cesnak 10g

### POSTUP

Cícer namočíme deň vopred. Koreňovú zeleninu, papriku a karfiol zregenerujeme v konvektomate. Cícer uvaríme do mäkka s tekutým ochucovadlom Vegeta. Na oleji orestujeme cibuľu, pridáme cesnak, koreňovú zeleninu, papriku mix, koriander, rascu, kurkumu a zázvor. Zľahka orestujeme. Na posledných 10 minút pridáme karfiol a cícer, môže byť aj s vodou v ktorej sa varil kvôli chuti. Ďalej pridáme červenú šošovicu a varíme 10 minút. Šošovica nám pokrm krásne zahustí. Nakoniec zjemníme smotanou. Medzi prípravou karí si pripravíme jazmínovú podľa návodu, pridáme do nej kurkumu a dosolíme.

### TIP ŠÉFKUCHÁRA

Na zvýraznenie chuti môžeme pridať Vegetu.



# BRAVČOVÁ KOTLETA ŠPIKOVANÁ ŠUNKOU S CELOZRNNÝMI VRETENAMI

## 10 PORCIÍ

### Ingrediencie:

Vretená celozrnné Vitana 1kg  
Bravčová kotleta 1,1kg  
Šunka 200g  
Múka hladká 120g  
Slniečnicový olej 70ml  
Cibuľa 150g  
Tekuté ochucovadlo štava k mäsu  
Vitana 80ml  
Cesnak 30g  
Petržlenová vňať Vitana 0,5g  
Soľ 2g



## POSTUP

Bravčovú kotletu osolíme a prešpikujeme šunkou. Na oleji speníme cibuľu a cesnak, zaprášime múkou a restujeme. Zalejeme vodou a pridáme tekuté ochucovadlo Vitana. Mäso vložíme do gastronádoby a pečieme na teplote 140°C 45 minút (podľa potreby dopekáme pri teplote 180°C). Mäso pečieme pri nízkej teplote z dôvodu, aby sme zachovali jeho šťavnatosť a krehkosť. Štavu zredukujeme a zjemníme (poprípade zahustíme) podľa potreby. Vretená uvaríme v osolenej vode, následne ich schladíme a zregenerujeme na servírovanie pri teplote 72°C. Premastíme a posypeme petržlenovou vňaťou.

## TIP ŠÉFKUCHÁRA

Omáčku môžeme zvýrazniť kyslou uhorkou  
a zjemniť maslom.



# PEČENÉ MÄSO NA CESNAKU A HUBÁCH S PŠENOVOU KAŠOU

## 10 PORCIÍ

### Ingrediencie:

Bravčové pliecko 1,2kg  
Tekuté ochucovadlo hubové Vitana 80ml  
Cesnak 40g  
Slniečnicový olej 70ml  
Cibuľa 150g  
Múka hladká 120g  
Soľ 2g

Pšenovú kašu:  
Pšeno Vitana 1kg  
Maslo 50g  
Mlieko 200ml  
Crème Excellent Chef club 100ml  
Fazuľa biela Vitana 100g



## POSTUP

Na oleji speníme cibuľu, pridáme cesnak a zasypeme hladkou múkou. Pridáme tekuté hubové ochucovadlo. Mäso osolíme, vložíme do pekáča a zalejeme pripravenou orestovanou zmesou. Pečieme pri teplote 145°C hodinu a 40 minút (podľa potreby dopekáme pri teplote 180°C). Mäso vyberieme, šťavu rozmixujeme a pridáme tekuté ochucovadlo. Omáčku zredukujeme.

Fazole namočíme deň vopred, rozvaríme do mäkka a vložíme pšeno, ktoré prevaríme do kaše. Všetko rozmixujeme, pridáme maslo, mlieko a smotanu a pripravíme hladkú kašu.

## TIP ŠÉFKUCHÁRA

Môžeme pridať bylinky a zeleninový šalát.



# KURACIE MLETÉ GULIČKY SO ŠPAGETAMI S OMÁČKOU Z ČERVENEJ ŠOŠOVICE

## 10 PORCIÍ

### Ingrediencie:

Vykostené kuracie stehná 1kg  
Červená šošovica Vitana 400g  
Vajce 2ks  
Slnečnicový olej 70ml  
Cibuľa 150g  
Mrazená zelenina na sviečkovú Znojmia 100g  
Kurkuma Vitana 2g  
Tymián Vitana 1g  
Soľ 5g  
Korenie čierne mleté Vitana 5g  
Koncentrovaný paradajkový pretlak Chef club 50g  
Crème Excellent Chef club 150ml  
Zemiakový škrob Vitana 50g  
Celozrnné špagety Vitana 1kg

### POSTUP

Kuracie mäso pomelieme. Pridáme 200g na sucho zomletej červenej šošovice, vajcia, soľ a zemiakový škrob. Vytvoríme si guličky, ktoré pečieme na papieri na pečenie v gastro nádobe v konvektomate pri teplote 145°C 45 až 55 minút podľa potreby. Cibuľu orestujeme na oleji, pridáme dvojitý pretlak a zregenerovanú koreňovú zeleninu. Zalejeme 1,5l vody, pridáme zvyšok šošovice a povaríme. Pridáme korenie, kurkumu a tymián. Omáčku rozmixujeme, osolíme a zjemníme smotanou. Špagety uvaríme v slanej vode, schladíme, premastíme a pred servírovaním zregenerujeme pri teplote 72°C. Pri servírovaní cestoviny zalejeme omáčkou a na vrch položíme kuracie guličky.

### TIP ŠÉFKUCHÁRA

Môžeme zasypať strúhaným syrom.



# INOVATÍVNE TEKUTÉ OCHUCOVADLÁ NA ZOSILNENIE CHUTI VÝSLEDNÉHO POKRMU

- ✓ Použitie priamo pri varení do vývarov, polievok, omáčok a základov jedál
- ✓ Bez pridaného glutamanu
- ✓ Doporučené použitie: 40g na 1 liter

OBSAH SOLI  
MAX. 10%

**SILA  
CHUTI**  
v každej  
kvapke

HOVÄDZIE / KURACIE / ZELENINOVÉ /  
HUBOVÉ / ŠŤAVA K MÄSU / VEGETA





David Wisniowski, Orkla šéfkuchár:

„Pre mňa ako šéfkuchára, je chuť dôležitá, tekuté ochucovadlá majú silnú a vyváženú chuť. Počas varenia ich môžem použiť veľmi rýchlo, jednoducho a bez zbytočných komplikácií. Tekuté ochucovadlá sú pre mňa všestranným pomocníkom, ktorý sa hodí do polievok, omáčok a základov jedál. Verím, že Vám budú vyhovovať.“

## ROZŠÍRENIE RADY TRADIČNÝCH VEGIET

- ✓ Jedinečná zmes sušenej zeleniny a korenia pre všestranné použitie do obľúbených pokrmov
- ✓ Výborne sa hodí do polievok, omáčok, pokrmov z mäsa a rýb, príloh

**VEGETA**  
– zmes korenia a zeleniny



BEZ  
SOLI

