Co mám uvařit?

Vloženo: 09.08.2016 Reklamní sdělení

Pokud vaříte každý den, tak i vy se určitě potýkáte s častým problémem všech aktivních kuchařů a kuchařek. Někdy se prostě stane, že dojde inspirace a vy bezradně stojíte před studenou plotnou a marně si lámete hlavu s tím, co uvařit. Aby se vám to nestávalo, přečtěte si tento článek. Nabízíme vám v něm inspiraci na několik zajímavých receptů, které jsou rychlé a jejich výsledkem je lahodné jídlo pro celou rodinu.

Polévka jako základ každého menu

Oběd je hlavním jídlem dne a jako takový musí být v první řadě vydatný. Určitě nevynechávejte polévku, která zasytí a současně je i jedním ze zdrojů tekutin. Pro oběd se nejlépe hodí vývary – věnujte tomu čas a udělejte si domácí vývar z masa a kostí. I ty z kostky chutnají dobře, ale přírodní chuti se to nikdy nevyrovná. Super je, že existují i vydatnější druhy polévek, které lze servírovat k obědu i k večeři. Mezi velmi chutné a zároveň až triviálně jednoduché patří chlebová polévka. Nezapomeňte do ní přidat hodně kmínu, který jí dodává typickou chuť. Mezi další vydatné polévky patří gulášová, dršťková či hrachová.

Inspirace na hlavní jídlo
Nevíte, jaké jídlo servírovat jako hlavní chod? Pokud nechcete dělat nic složitého, upečte kuře. Skvělou přílohou je nádivka ke kuřeti. Nebojte se do ní dát velké množství bylinek. Mezi jednoduchá a rychlá jídla patří i slaný cuketový koláč. Jak ho udělat? Budete potřebovat jednu velkou cuketu, asi 250 g tvrdého sýru, stejné množství šunky, 2 vejce, cca 6 lžic polohrubé mouky a prášek do pečiva. Cuketu, sýr a salám nastrouhejte na hrubém struhadle, smíchejte, přidejte ostatní ingredience a dejte péct na 180 stupňů asi na 20 minut.

Používejte lepší ingredience
Vaše jídlo bude chutnat vždy o něco lépe, pokud budete používat kvalitní ingredience. Hodí se například olivový a ricinový olej, čerstvé bylinky, kvalitní máslo nebo sádlo a další.