

Gabriele Gugetzer • Karin Stahlhut

Strelec

23. 11.-21. 12.

Kuharski recepti za ljubezen, uspeh in srečo

DEBORA

Vsebina

Uvod

Strelec: Sladkost iz vseh držav sveta 8

Predjedi

Plošča z *grisini*, pršutom, smokvami in oljkami 22

Italijanski *panini* 23

Bučke, polnjene s hruškami in orehi 24

Juha iz zêlene z oljem iz gomljike
in s kruhovimi kockami 26

Testenine 28

Pentljice (*farfalle*) s perutnino
in paradižnikovo omako 28

Uheljčki (*orrechiette*) z limono, panceto
in brokolijem 30

Frittata z zelenimi beluši in limoninim maslom 32

Piščančja bedra z oljkami *v tajine* 33

Solata z rezanci iz riževe moke 34

Fattoush 36

Solata s pršutom in pikantnim prelivom 38

Špinačna solata z račjimi prsmi in japonsko-francoskim
prelivom – vaš recept za uspeh 40

Solata iz jabolk, sira, koromača in orehov 41

Salsa s koruzo in tortiljami 42

Omlete z vloženi gobami 44

Klasično umešano jajce 45

Kuskus v solati	46
Recept za srednjepikantno salso	47
Sendvič s tuno in stopljenim sirom	48
<i>Tapas – vaš recept za srečo</i>	50
<i>Sir manchego z membrillatom</i>	50
<i>Ajo blanco</i> – bel česen – v skodelici	52
Rdeča in rumena paprika s kruhovimi kockami	53
<i>Wan-Tans</i> , polnjen s <i>hummusom</i> in paradižnikovo marmelado	54
Zelenjavni pire kot dodatek <i>grisinom</i> , popočenim kruhkom in stebлом zêlene	55
Palačinke s smetanastim nadevom iz teletine	56

Glavne jedi

Ravioli z limonsko-zeliščno aromo	60
Grški hamburger	62
Eksotična mineštra s klobasicami	63
Losos <i>Vera Cruz</i> z divjim rižem	64
Tofu na način gospe Mapo s Kitajske	66
Svinjina na Konfucijev način	67
Morski list s krompirjevo solato	68
Tuna na bananinih listih	70
Zrezek z lisičkami in smetano z drobnjakom	71
Koščki lososa na riževi postelji	72
Lazanja z nadevom iz maslenih bučk	74
Mariniran goveji zrezek s sirom in paradižnikom	76

Poobedki

Kraljevi kolač <i>New Orleans</i>	80
<i>Tarte au chocolat</i> – čokoladna torta – vaš ljubezenski recept	82
<i>Shortbread</i> – piškotki z mandlji	84
Pikantna figova marmelada s sirom na listnatem testu	85
<i>Giottovi</i> okusni keksi	86

Posebne strani strelca

Listi cikorije polnjeni z mesom rakcev – recept za “stresti iz rokava”	90
Strelčev meni za uspeh	91
Strelčev meni za ljubezen	92
Strelčev meni za srečo	93

Seznam

Strelec: Sladkost iz vseh držav sveta

Medtem ko v rokah držite to knjigo in se posvečate njeni vsebini, sem jaz, tako kot tisoč drugih mojih "sohoroskoparjev" strelcev, spet na poti. Kolikor mi dopuščajo moje finančno stanje in gospodinjske ter družinske obveznosti, tako pogosto obrnem hrbet vsakdanjiku ter se prepustim vonjavam lepega in širnega sveta.

S hrepenenjem v srcu po nečem oddaljenem in po novih horizontih jadram po Južnem morju, osvajam visoke gore v Himalaji, se razveselim novih, vabljivih pokrajin, bujnih gozdov in globokih jezer ter odprem svoje šotore v najbolj luksuznem hotelu Open-air (Na prostem) s petimi milijoni zvezdic. Mi strelci komuniciramo z Aborigini v Avstraliji, prebrodimo nižine Puszte na Madžarskem, povohamo omamno sivko v Provan-si, odkrivamo neskončne možnosti v ZDA in se izgubimo v velemestih kot so Kalkutta, Köln ali Peking, še preden zajadramo na edinstveno Sončno stran Alp.

Strelci smo nori na statusne simbole in imamo zelo razvit čut za najboljše znamke. Zakaj bi si kupili popolnoma navadne, *No-name* kavbojke, če obstajajo tudi Versacejeve? Imamo tudi visoko razvit čut za zdrav materializem – verjamemo le tistemu, kar lahko tudi resnično vidimo. Morda nam bo le kakšna riba v podznaku želela razložiti, da obstaja še vzporedni nevidni duhovni svet. Znanost je to sicer pred stotimi leti bojda dokazala, ampak verjeli bomo šele, ko bomo tja lahko tudi odpotovali.

Do takrat bomo visoko letali le na zemlji in se dokazovali kot menedžerji, igralci, politiki, hotelirji in v vseh tistih poklicih, ki zahtevajo sposobnost vodenja.

Glejte! Kaj vidite pred seboj? Florido! Tisti mali, belo-modri delček je moj. Nič preveč senzacionalno, osem sob, dve kopalnici, bazen. Saj, ko pa si že drugega nič ne privoščimo.

Povejte, prosim, ali je mogoče še kakšna skodelica smetano-vega pudinga?

Kruh, kumaro, čebulo, papriko, paradižnik, zelišča in začimbe dajte v veliko posodo. Iz limoninega soka, oljčnega olja, čilija, česna, soli in popra pripravite aromatični preliv. Z njim prelijte solato in dobro premešajte. Posodo pokrijte s krožnikom in jo za nekaj časa postavite v hladilnik. Pred serviranjem še enkrat premešajte, poskusite in po potrebi še začinite.

Omlete z vložnimi gobami

Strelci imajo nos za nahajališča gob, če morda tega še ne veste. Strelci so tako instinktivni, samozavestni in radovedni ... skoraj kot zakon narave.

Gobe razporedite po pladnju, da se osušijo. Medtem ostale sestavine kuhajte pri zmerni temperaturi, da se sol in sladkor popolnoma stopita. Gobe naložite v majhne steklene posodice in jih dobro potlačite. Začimbe in zelišča odstranite iz omake ter z njo prelijte gobe. Kozarce takoj zaprite in postavite na glavo. Več tednov jih hranite v temnem prostoru.

1 kg gozdnih gob (npr. jurčkov) ali gojenih šampinjonov, šitake
5 dl belega vinskega kisa
15 dag mletega sladkorja
5 dag grobe morske soli
2 žlici poprovih zrn *maestro*
3 rožmarinove vejice ali rožmarin *maestro*
3 vejice timijana ali timijan *maestro*



Koščki lososa na riževi postelji

Hrano za živce potrebujemo vsi, ne glede na to, v katerem zvezdnem znamenju smo rojeni. Losos ima sicer precej maščobe (sveži losos je ima 13 odstotkov), vendar pa je ta odlična (omega-3 maščobne kisline). Lososovo meso je bogato tudi z vitamini, priporočljivo pa je, da poiščemo lososa iz bioloških gojišč, če že ne moremo dobiti divjega. Naj vas ne zmoti svetlejša barva biološko gojenega lososa.

60 dag lososovega fileja, narezanega na večje kocke	drugega rastlinskega olja (lanenega, repičnega – oba z veliko omega-3 maščob)	1 žlička sladkorja v prahu
3 žlice bio sojine omake	2 korenčka, narezana na Julkine rezine (glej: Nasvet)	morska sol in mleti črni poper <i>maestro</i>
sok polovice limone	2 bučki, narezani na Julkine rezine	1 žlica sezamovega olja
30 dag riža basmati		3 žlice sezamovih semen
morska sol		
2 žlici bio sojinega ali		

Na kocke narezanega lososa poškopite s sojino omako in limoninim sokom ter v pokriti posodi za 2 uri postavite v hladilnik. V osoljeni vodi skuhajte riž. V voku ali običajni ponvi z dvojnim dnom segrejte olje. Lososove kocke vzemite iz marinade. Skupaj z rezinami bučk in korenja jih 2 minuti cvrite na vročem olju, nato pa polijte z marinado. Dodajte sladkor, sol in poper ter 3 do 5 minut kuhajte na nizki temperaturi. Medtem v drugi ponvi brez maščobe na nizki temperaturi 3 do 5 minut pražite sezamova semena, ki bodo okrepila arome. Ribje kocke poškopite z nekaj kapljicami sezamovega olja, razdelite na štiri krožnike, potresite s praženimi sezamovimi semeni in postrezite na riževi posteljici.



Zmešajte sladko papriko, kajenski poper, čilijeve kosmiče, mleto kumino in poper oz. mešanico začimb za zrezke ter to marinado z obeh strani vtirite v meso. V hladilniku ali drugem hladnem prostoru naj zrezki počivajo 12 ur. Odločite se za gril v pečici, odprti ogenj ali vrtni gril. Glede na to za kaj ste se odločili, aktivirajte pečico, vrtni žar ali odprti (taborni) ogenj. Preden boste dali zrezke peč, jih z ene

strani namažite z oljčnim oljem. Paradižnik potresite s sirom in s sočnim delom navzgor položite k mesu, ki ga pečete. Paradižnik počasi pecite, dokler se sir na njem ne stopi in meso paradižnika ne zmešča. Zrezke 4 minute pecite na naoljeni strani, medtem pa navzgor obrnjeno stran prav tako namažite s preostalim oljem. Zrezke obrnite in pecite še 4 minute. Vzemite jih iz pečice (z žara ali ognja) in pustite, da se malo ohladijo. V tem času lahko pogrežete kruh, tako da ga za približno 2 minuti postavite na mesto, kjer je bilo prej meso. Zrezke po okusu solite, jih položite na kose kruha in zraven postrezite *roquefort*-paradižnik.

Posebne strani strelca

Ste pripravili prtljago? Fantastično. Najprej bi se z vami povzpela na vrh visoke gore. Razsežnost razgleda, občutek neomejene svobode in priložnost, da življenje pogledam z nove perspektive, ustrezajo mojemu značaju. Če med vzenjanjem malo zaide-mo s poti, nič za to. Veselje ob doživetju nove pustolovščine mi pomeni prav toliko kot čutni užitek: se razume, da na pot ne bi nikoli odšla brez napolnjenega nahrbtnika!



STRELEC. Astrorecepti. Kuharski recepti za ljubezen, uspeh in srečo.

Avtorici: Gabriele Gugetzer, Karin Stahlhut
Ilustrirala: Josephine Warfelmann

Prevedla: Špela Kunej
Slovensko izdajo priredil: Janislav Peter Tacol

Izdala in založila: DEBORA, Ljubljana
Za založbo: Janislav Peter Tacol
Grafična priprava: DEBORA, Ljubljana
Tisk in vezava: SCHWARZ, Ljubljana

© 2005 Neuer Umschau Buchverlag GmbH, Neustadt an der Weinstraße
© 2006 Debora, Ljubljana za izdajo v slovenskem jeziku

Avtorici in založba so nasvete v tej knjigi skrbno preučili in preverili, vendar za vsebino knjige ne jamčijo. Avtorici in založba ne odgovarjajo za telesne poškodbe ter osebno, materialno in premoženjsko škodo.

Vse pravice, še posebno pravici razmnoževanja in prevajanja, so pridržane. Noben del te knjige se brez pisnega dovoljenja založbe (lastnice avtorskih pravic za slovensko izdajo) ne glede na odločitev avtorjev izvirnika ne sme v nobeni obliki reproducirati (s fotokopiranjem, z mikrofilmanjem ali drugim postopkom) ali z uporabo elektronskih sistemov predelovati, kopirati, tiskati, razmnožiti, ali razširjati. Brez pisnega dovoljenja založbe (lastnice avtorskih pravic za slovensko izdajo) je prepovedano javno objavlanje knjige ali njenih delov, distribuiranje in dajanje v najem.

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

641.55:133.52(083.12)

GUGETZER, Gabriele-Sabine

Astrorecepti : kuharski recepti za ljubezen, uspeh in srečo.
Strelec / Gabriele Gugetzer, Karin Stahlhut ; [ilustrirala Josephine Warfelmann ; prevedla Špela Kunej ; slovensko izdajo priredil Janislav Peter Tacol]. - Ljubljana : Debora, 2007

ISBN 978-961-6525-34-3

1. Stahlhut, Karin
236170752

Spletna knjigarna
založbe DEBORA:

www.debora.si
www.najhrana.si