

Okusne paradižnikove jedi vas bodo navdušile



Vas zanima kako ustvarjati s paradižniki v kuhinji? Poleg solat paradižnike uporabljamo v zelo različnih in domiselnih receptih. Paradižnike polnimo z raznimi omakami, jih pečemo, skuhamo juhe, uporabimo v narastkih, pitah, omakah, sendvičih, dodamo v domač kruh, pripravimo džem ali jih vlagamo.

Pripravili smo 3 okusne jedi iz paradižnikov. Predstavljamo vam recepte, za pripravo narastka s češnjevci, polnjene paradižnike z bolonjsko omako in s paradižniki polnjene paprike.

1. Polnjene paprike s paradižniki



POTREBUJEMO:

- skodelica rdečih in rumenih paradižnikov (izberemo najmanjše paradižnike, kar jih lahko dobimo)
- 4 paprike
- 200 g sira feta
- 3 vejice citronskega timijana
- 2 cvetoči vejici navadne bazilike
- 2 žlici oljčnega olja, s katerim namažemo še pekač, ali uporabimo papir za peko

PRIPRAVA

V skledi zmešamo oprane paradižnike. Nekaj jih narahlo stisnemo, da spustijo malo soka. Dodamo drobno narezano baziliko in osmukane popke, cvetove in timijan. Dodamo olje in nadrobljeni sir, ter dobro premešamo.

Feta je že v osnovi slana, zato dodatno soljenje ni nujno. Večkrat pomešamo, da se okusi povežejo, medtem pa pripravimo še paprike, ki jih operemo, prepeljemo s pecljem vred in jim odstranimo peščiča.

Razpostavimo jih po namazanem pekaču. Nadev nato naložimo v paprike in 20 minut pečemo v prej ogreti pečici pri 150 °C.

KLIKNITE TUKAJ za predstavitev in nakup knjige **Paradižniki z mojega vrta**, avtorica Slavka Ilich – Tehniška založba Slovenije **IZKORISTITE 10% POPUST**. Za nasvet in pomoč pri nakupu knjig z odličnimi recepti nas lahko tudi pokličite na 031 848 038.

2. Polnjeni paradižniki z bolonjsko omako





 zeleni svet

Izberemo paradižnike, ki jih lahko enostavno izdolbeno. Za polnjenje pripravimo 6 srednje velikih paradižnikov.

Za pripravo bolonjske omake potrebujemo:

- 250 g zmlete govedine
- 2 večja paradižnika San Marzano
- 1 manjša čebula
- majhen korenček, polovico stebla belušne zelene, sol in poper
- 1 žlica masla
- 1 žlica olja
- 1 kozarec rdečega vina

Najprej pripravimo gosto mesno omako. Medtem, ko se kuha pripravimo paradižnike. Opranim paradižnikom odrežemo zgornji del, katerega bomo nato uporabili kot pokrovček. Paradižnike izdolbemo, meso drobno narežemo in pokuhamo v omaki.

Pečico segrejemo na 180 °C. Paradižnike napolnemo z omako in pokrijemo s pokrovčki. Pečemo približno 15 minut, saj morajo paradižniki ohraniti obliko.

KLIKNITE TUKAJ za predstavitev in nakup knjige **Paradižniki z mojega vrta, avtorica Slavka Ilich - Tehniška založba Slovenije IZKORISTITE 10% POPUST**. Za nasvet in pomoč pri nakupu knjig z odličnimi recepti nas lahko tudi pokličite na 031 848 038.

3. Narastek s češnjevci



Za pripravo narastka s češnjevci potrebujemo:

- različne češnjeve paradižnike
- šopek zelišč: origano, nekaj cvetočih stebel navadne bazilike, drobnjak in navadni komarček
- 4 žlice puste skute
- 1 jajce
- sol
- žlička olja za mazanje

Posodici za narastka naoljimo. Nekaj paradižnikov preplovimo. Osmukamo popke, cvetove in nedozorela semena bazilike. Dodamo še sesekljane lističe bazilike in ostala zelišča, ter zmešamo z jajcem, soljo in skuto.

Zmes naložimo v posodi, prst pod vrhom, ker mora ostati še prostor za paradižničke, ki jih potisnemo

v nadev, pa tudi zato, ker bo vsebina med peko narasla. Cele majhne češnjevce potisnemo bolj globoko v nadev. Na vrhu pustimo prepolovljene paradižnike, ker se lepše zapečejo.

Posodice z narastko postavimo v poprej ogreto pečico na 200 °C in pečemo 15 do 20 minut oz toliko časa, da se dvignjeni narastek rahlo obarva.

Pečena narastka z vilicami zvrnemo na krožnike in še vroča ponudimo.

Zeleni svet svetuje:



Knjiga **Paradižniki z mojega vrta**, avtorice Slavke Ilich, opisuje več kot 82 sort različnih sort paradižnikov z vsega sveta, nasvete za vzgojo in recepte za pripravo okusnih paradižnikovih jedi. Knjigo priporočamo za vse ljubitelje te priljubljene plodovke.

KLIKNITE TUKAJ za predstavitev in nakup knjige **Paradižniki z mojega vrta**, avtorica **Slavka Ilich – Tehniška založba Slovenije** IZKORISTITE 10% POPUST. Za nasvet in pomoč pri nakupu knjig z odličnimi recepti nas lahko tudi pokličite na 031 848 038.

Vir: Paradižniki z mojega vrta, avtorica Slavka Ilich – Tehniška založba Slovenije