

AS SEEN ON  
**TV**  
ORIGINAL



livington

# BLACK PRESSURE POT

## RECEPTĂR



# OBSAH

Syrový nákyp.....	03
Tekvicové čili .....	05
Rybacia polievka .....	07
Hovädzia roláda s červenou kapustou a zemiakmi .....	09
Srnčie ragú s pečenými zemiakmi a tvarohovým nákyptom .....	11
Šošovicový prívarok so slaninou a tymiánom .....	13
Hríbové rizoto .....	15
Treska s mangoldom a zemiakmi .....	17
Špargľa s rokfortovou omáčkou .....	18
Karfiol a brokolica na pare .....	19

<https://www.mediashop.tv/DE/livington-black-pressure-pot/>

**EN:** In order to help protect the environment, you can download the recipes online at

**FR:** Pour des raisons de protection de l'environnement, vous trouverez les recettes en ligne, à télécharger sous le lien

**IT:** Per ragioni di tutela ambientale, potrete scaricare direttamente online la ricetta all'indirizzo

**NL:** Uit milieuoverwegingen vindt u de recepten online, vanwaar ze kunnen worden gedownload

**HU:** Természetvédelmi okokból a recepteket az alábbi linken tudja letölteni

**CZ:** Z důvodu ochrany životního prostředí naleznete recepty online ke stažení na adrese

**SK:** Z dôvodu ochrany životného prostredia sú recepty online a môžete si ich stiahnuť na

**RO:** Din motive de protecție a mediului, rețetele le puteți descărca de pe internet de la adresa

**PL:** Ponieważ dobro środowiska bardzo leży nam na sercu zdecydowaliśmy, że fantastyczne, smakowite przepisy udostępnimy Państwu online pod adresem

**TR:** Tarifferi, çevre koruma nedenlerinden dolayı online olarak indirebilirsiniz

**ES:** Estamos muy comprometidos con el medio ambiente y por eso hemos decidido ponerle a disposición nuestras sabrosas recetas para descargar

# SYROVÝ NÁKYP



Porcia pre 4 osoby



Jednoduchá príprava

## INGREDIENCIE

100 g masla  
125 g múky  
125 g strúhaného tučného syra  
1/2l mlieka  
7 vajec  
Soľ  
Mletá paprika  
Prípadne rasca alebo muškátový oriešok

## PRÍPRAVA

1. Na panvici necháme speniť múku s maslom, pridáme mlieko a za stáleho miešania privedieme do varu. Okoreníme a necháme vychladnúť.
2. Potom vmiešame žĺtka jedno po druhom. Pridáme nastrúhaný syr a nakoniec pred zakrytím do zmesi
3. opatrne vmiešame sneh z bielok. Prikryjeme a necháme na miernom ohni odstáť cca 3-5 minút. Ozdobíme zeleným šalátom a podávame.





# TEKVICOVÉ ČILI



Porcia pre 4 osoby



Jednoduchá príprava

## INGREDIENCIE

400 g muškátovej tekvice  
1 veľká cibuľa, olúpaná  
2 strúčiky cesnaku, olúpané  
2 lyžice olivového oleja  
2 lyžice paradajkového pretlaku  
1 polievková lyžica mletej papriky, ušľachtilá  
sladká  
½ l kokosového mlieka  
Soľ a korenie  
1 polievková lyžica hladkej múky  
2 lyžice vody

Chilli papričky, lístky koriandra, lístky mäty  
na ozdobu

## PRÍPRAVA

1. Tekvicu dobre umyjeme, zbavíme šupky a jadierok, nakrájame na 2 cm kocky.
2. Cibuľu a cesnak nakrájame nadrobno a orestujeme na olivovom oleji.
3. Vmiešame paradajkový pretlak, mletú papriku a ihneď zalejeme kokosovým mliekom. Papriku v žiadnom prípade nenechajte pripáliť, inak bude jedlo chutiť horko. Pridáme koreniny a na miernom ohni dusíme cca 15 minút.
4. Pridajte kocky tekvice, premiešajte a varte 15 minút. Medzitým rozmiešame múku s 2 lyžicami vody do hladka a zahustíme ňou tekvicu. Dusíme, kým kúsky tekvice nie sú uvarené.
5. Naaranžujte do polievkových tanierov, posypte mäťou, chilli papričkami a nadrobno nasekaným koriandrom.



# RYBACIA POLIEVKA



Porcia pre 4 osoby



Jednoduchá príprava

## INGREDIENCIE

2 mrkvy  
750 ml zeleninového vývaru  
1 strúčik cesnaku  
1 plátok zázvoru  
2 steblá citrónovej trávy  
30 g jačmeňa  
100 ml šľahačkovej smotany  
20 g masla  
500 g rybie filé, zmiešané (napr. losos, zubáč)  
Soľ a korenie  
Kôpor na ozdobu

## PRÍPRAVA

1. Mrkvu ošúpeme a nakrájame na jemné kúsky.
2. Zeleninový vývar s cesnakom, ošúpaným zázvorom, citrónovou trávou, mrkvou a jačmeňom zohrejeme v hrnci a necháme 10 minút lúhovať. Potom odstránime citrónovú trávku.
3. Pridáme šľahačku a maslo. Prikryjeme pokrievkou a zatvoríme a necháme všetko dusiť domäkka asi 12 minút.
4. Rybie filé nakrájame na kúsky veľkosti sústa, dve až tri minúty podusíme v polievke domäkka. Odstránime zázvor.
5. Dochutíme soľou a korením z mlynčeka.
6. Naaranžujeme do polievkových misiek a ozdobíme vetvičkami kôpru.





# HOVÄDZIA ROLÁDA S ČERVENOU KAPUSTOU A ZEMIAKMI



Porcia pre 4 osoby



Jednoduchá príprava

## INGREDIENCIE:

4 hovädzie rezne à 160 g  
Soľ a korenie  
1 lyžica horčice  
1 mrkva  
80 g údenej slaniny  
1 kyslá uhorka  
1 polievková lyžica snečnicového oleja  
2 lyžice paradajkového pretlaku  
2 vetvičky tymiánu  
¼ l červeného vína  
1 l hnedého vývaru alebo vody  
1 polievková lyžica múky, zmiešaná s 2 polievkovými lyžicami vody

## Červená kapusta:

500 g červenej kapusty  
250 ml červeného vína  
100 ml pomarančového džúsu  
1 lyžica červeného vínneho octu  
1 cibuľa  
1 strúčik cesnaku  
2 lyžice masla  
2 lyžice kryštálového cukru  
Soľ a korenie  
1 lyžica brusníc

300 g zemiakov  
1 štipka soli  
1 polievková lyžica píniových orieškov  
1 lyžica masla

## PRÍPRAVA

1. Červenú kapustu zbavíme stopky, nakrájame na jemné pásiky, dobre premiešame s červeným vínom, pomarančovým džúsom a červeným vínnyim octom. Necháme lúhovať 2 hodiny.
2. Nakrájaný a naklepaný hovädzí rezeň osolíme, okoreníme, potrieme horčicou, naplníme 4 mm hrubými pásikmi mrkvy, slaniny a kyslých uhoriek. Zviníme do rolády a uzavrieme pomocou špáradla.
3. Celé prudko opečieme na snečnicovom oleji, pridáme paradajkový pretlak, vetvičky tymiánu, orestujeme (paradajkový pretlak by mal byť červenohnedý), podlejeme vínom a zalejeme vývarom alebo vodou. Prikryjeme pokrievkou a na miernom ohni varíme domáčka. Ak jedlo stratí príliš veľa šťavy, pridáme trochu vody.
4. Múku a vodu zmiešame do hladka, vmiešame do omáčky, necháme prevrieť, osolíme podľa chuti.
5. Ošúpeme cibuľu a cesnak a nakrájame na jemné kocky.
6. Maslo zľahka skaramelizujeme s kryštálovým cukrom. Podusíme cibuľu a cesnak, pridáme červenú kapustu a marinádu, dochutíme soľou a korením. Prikryjeme a na miernom ohni dusíme, kým kapusta nezmäkne. Primiešame brusnice a necháme ich vychladnúť.
7. Zemiaky ošúpeme a rozštvrtíme, potom ich pomaly uvaríme v osolenej vode na miernom ohni a precedíme. Píniové oriešky zľahka opražíme na panvici bez tuku, necháme trochu vychladnúť, potom pridáme maslo a dochutíme soľou. Na tanieri poukladáme roládu, červenú kapustu a zemiaky.



# SRNČIE RAGÚ S PEČENÝMI ZEMIAKMI A TVAROHOVÝM NÁKYPOM



Porcia pre 4 osoby



Stredne ťažká príprava

## INGREDIENCIE:

### Srnčí guláš:

800g uvoľnené jelenie pliecko  
Soľ a korenie  
2 lyžice slnečnicového oleja  
2 lyžice masla  
300 g cibule nakrájanej na kocky  
200 g slaniny nakrájanej na kocky  
100 g mrkvy a zeleru nakrájaného na kocky  
1 polievková lyžica paradajkového pretlaku  
2 lyžice brusníc  
250 ml silného červeného vína  
500 ml hnedého vývaru z diviny (prípadne hovädzí vývar)  
2 vetvičky tymiánu  
1 vetvička saturejky  
4 nasekané bobule borievky  
2 bobkové listy  
½ lyžičky mletého kardamónu  
½ lyžičky mletého nového korenia  
Strúhaná kôra z 2 pomarančov  
30 g čokolády na varenie  
Maslo a múka na zahustenie podľa želania

## TVAROHOVÝ NÁKYP:

200 g uvarených múčnych zemiakov  
100 g hrubej múky  
2 žltky  
80 g tvarohu  
20 g roztopeného masla  
1 štipka muškátového orieška  
1 vetvička rozmarínu, nasekaná nadrobno  
Soľ a korenie  
Strúhanka na vysypanie formy

## PRÍPRAVA

1. Srnčie pliecko nakrájame na 30g kocky, ochutíme soľou, korením a zo všetkých strán dobre opečieme na slnečnicovom oleji. Mäso vyberieme z hrnca a odložíme bokom. Vo výpeku rozpustíme maslo a speníme na ňom cibuľu, na kocky nakrájanú slaninu, zemiaky a zeler. Pridáme paradajkový pretlak a pokračujeme v pražení, kým hmota neztmavne. Vmiešame brusnice a pokračujeme v opekaní.

2. Podlejeme červeným vínom a vývarom z diviny (alebo hovädzím vývarom). Pridáme zverinu, bylinky a korenie. Do ragú pridáme pomarančovú kôru s čokoládou na varenie a mäso podusíme na miernom plameni zakryté pokrievkou. Ragú podľa chuti opäť okoreníme a zahustíme maslom a múkou.

3. Na panvicu pretlačíme zemiaky cez lis na zemiaky a necháme ich vychladnúť, potom všetky suroviny vymiesime na cesto. Štyri keramické formičky (obsah vody cca 200ml) vymažeme rozpusteným maslom a vysypeme strúhankou. Naplníme zmesou do výšky ¾. Pečieme v predhriatej rúre na 180°C (horný/dolný ohrev) na strednej mriežke asi 20 - 30 minút. Vyklopíme z formy, podávame s jelením ragú a brusnicami.

## Vegetariánsky tip

Ako vegetariánsku alternatívu môžete slaninu nahradiť silne údeným tofu.



# ŠOŠOVICOVÝ PRÍVAROK SO SLANINOU A TYMIÁNOM



Porcia pre 4 osoby



Jednoduchá príprava

## INGREDIENCIE:

300 g zelenej šošovice z konzervy  
1 cibuľa, olúpaná  
150 g raňajkovej slaniny  
1 lyžička mletej papriky  
1 vetvička tymiánu  
1 polievková lyžica hladkej múky  
cca 250 ml hovädzej polievky alebo kura-  
cieho vývaru  
40 g studeného masla  
1 lyžička lístkov tymiánu

## PRÍPRAVA

1. Šošovicu dobre premyjeme v sitku, scedíme. Cibuľu a slaninu nakrájame na jemné kocky.
2. Na oleji podusíme cibuľu so slaninou, pridáme mletú papriku, vetvičku tymiánu, múku, dobre vymiešame do hladka.
3. Zalejeme hovädzím vývarom, vymiešame dohladka, krátko povaríme, pridáme šošovicu, prikryjeme a necháme dusiť asi 10 minút.
4. Nakoniec vmiešame studené maslo a posypeme čerstvým tymiánom



## Tip

Sušené hříby namočíme na cca 10 minút do vody a potom spracujeme. Voda z hříbov sa potom môže použiť na polievku.

# HRÍBOVÉ RIZOTO



Porcia pre 4 osoby



Jednoduchá príprava

## INGREDIENCIE

150g čerstvých hříbov, prípadne  
80 g sušených hříbov  
1 malá cibuľa  
1 lyžica masla  
150 g krátkozrnnej ryže  
1/8 l bieleho vína  
cca 450ml zeleninová polievka, horúca  
2 lyžice parmezánu, strúhaného  
1 lyžica nasekanej petržlenovej vňate

## PRÍPRAVA

1. Čerstvé hříby položíme na papierovú kuchynskú utierku a nakrájame na plátky. Cibuľu ošúpeme a nakrájame nadrobno. V hrnci rozpustíme maslo a osmažíme cibuľu, kým nebude sklovitá. Pridáme ryžu a všetko dobre premiešame. Zalejeme bielym vínom, krátko povaríme a postupne pridávame horúcu zeleninovú polievku. Nasadíme pokrievku a znova a znova miešame.
2. Tento postup opakujeme, kým nie je ryža uvarená. Nakoniec do hotového rizota vmiešame parmezán a petržlenovú vňat.
3. Podávame s čerstvo opečenými hříbmi a parmezánom.





# TRESKA S MANGOLDOM A ZEMIAKMI



Porcia pre 4 osoby



Jednoduchá príprava

## INGREDIENCIE

### Mangold:

cca 400g mangold  
2 šalotky, olúpané  
1 strúčik cesnaku  
1 polievková lyžica olivového oleja  
1 lyžica masla  
Soľ a korenie  
Čerstvo nastrúhaný muškátový oriešok

### Zemiaky:

300 g zemiakov  
Soľ  
2 lyžice masla  
2 lyžice petržlenovej vňate

### Ryby:

2 lyžice olivového oleja  
4 kusy filé z tresky à 180 g  
Soľ a korenie  
1 lyžica masla  
3 vetvičky tymiánu  
1 strúčik cesnaku

## PRÍPRAVA

1. Listy mangoldu nakrájame na veľké kúsky.
2. Šalotku a strúčik cesnaku pokrájame na malé kocky, v hrnci podusíme na olivovom oleji, pridáme umytý, suchý mangold, pár minút podusíme, potom pridáme maslo, dochuťme soľou a muškátovým orieškom.
3. Zemiaky dobre umyjeme, so šupkou necháme uvariť v osolenej vode, potom vodu precedíme, zemiaky prekrojíme na polovicu, dáme na panvicu s trochou masla a nadrobno nasekanou petržlenovou vňaťou, odstavíme.
4. Pre prípravu rýb rozohrejeme olivový olej v hrnci Livingston Black Pressure Pot, osolíme a rybu opečieme kožou nadol v hrnci na miernom ohni.
5. Keď je ryba takmer hotová, pridáme do hrnca maslo, korenie, tymián a cesnak, rybu otočíme a niekoľkokrát polejeme roztopeným maslom.
6. Podávame s mangoldom a zemiakmi.

# ŠPARGĽA S ROKFORTOVOU OMÁČKOU



Porcia pre 4 osoby



Jednoduchá príprava

## INGREDIENCIE

250 g zelenej špargle  
250 g bielej špargle  
2 stredne veľké cibule  
150 g šunky na toastovanie  
250 ml sladkej smotany  
60-70g rokfortu nalámaného  
1 strúčik cesnaku  
1 polievková lyžica čerstvo nasekanej petržlenovej vňate  
Čerstvý kôpor  
Strúhaný muškátový oriešok  
50 g masla  
Soľ  
Cukor

## PRÍPRAVA

1. Zo stoniek špargle odrežeme drewnaté časti a bielu špargľu olúpeme tesne pod hlavičkami.
2. Potom špargľu uvaríme v hrnci na parnej vložke \* s 1 lyžičkou masla, cca 200 ml vody a štipkou cukru na miernom ohni do mäčka. Dobre scedíme a udržujeme v teple.
3. 2-3 polievkové lyžice vody zo špargle si odložíme na omáčku.
4. V prázdnom hrnci zľahka osmažíme šunku a ešte teplú ju položíme na špargľu, na každých 5 - 7 stoniek v závislosti od veľkosti a hrúbky.
5. Na rokfortovú omáčku rozpustíme maslo v hrnci a opečieme na ňom ošúpanú a nadrobno nakrájanú

cibuľu, až kým nebude sklovitá. Rozlámeme rokfort a krátko ho zohrejeme spolu s 2 lyžicami špargľovej vody. Všetko nalejeme do mixéru, pridáme kôpor a zvyšné ingrediencie, dobre najemno premixujeme so sladkou smotanou a vyšľaháme do krémova. Necháme vychladnúť.

6. Všetko polejeme zmesou a na tanieri bohato ozdobíme kôprom.  
\*voliteľné – ak je k dispozícii

# KARFIOL A BROKOLICA NA PARE



Porcia pre 4 osoby



Jednoduchá príprava

## INGREDIENCIE

1 malý karfiol  
1 malá brokolica

## PRÍPRAVA

1. Karfiol a brokolicu dôkladne umyjeme a nakrájame na ružičky. Aby sa karfiol a brokolica dobre uvarili, mali by byť obe rozdelené na rovnaké kúsky.
2. Do kastróla nalejeme vodu (cca 200 ml) a pridáme trochu soli a mlieka, tým bude chuť intenzívnejšia. Vložíme parnú vložku \* a striedavo na ňu rozmiestňujeme pripravené ružičky.
3. Nasadíme pokrievku a necháme na miernom ohni dusiť. Čas varenia by nemal byť dlhší ako päť minút, aby sa karfiol a brokolica uvarili al dente.  
\*ak je k dispozícii



**Importeur | Importer | Importateur | Importatore | Importeur | Importör | Dovožce |  
Dodávateľ | Importator | Importer | İthalatçı | Importador:**

**CH:** MediaShop AG | Industriering 3 | 9491 Ruggell | Liechtenstein

**EU:** MediaShop GmbH | Schneiderstraße 1, Top 1 | 2620 Neunkirchen | Austria

**TR:** Mediashop Dayanıklı Tüketim Malları Pazarlama A.Ş. | Bayer Cd. Gülbahar Sk. | Perdemsac Plaza No:17/43 |  
Kozyatağı | İstanbul | info.tr@mediashop-group.com

**DE | AT | CH: 0800 37 6 36 06 – kostenlose Servicehotline  
ROW: +423 388 18 00**

**office@mediashop-group.com**

**www.mediashop.tv**