

DAN NEMŠKE KUHINJE

Za dan nemške kuhinje smo pripravili jedilnik, ki vključuje značilne jedi iz različnih regij Nemčije. Jedilnik odraža obilnost, toplino in preprostost nemške kulinarike. Danes bomo jedli:

- preste z maslom
- sadno solato iz jabolk, hrušk in grozdja,
- pečenko s kislim zeljem in krompirjevimi cmoki,
- zeleno solato s kumaro in bučnim oljem,
- jabolčni zavitek z vaniljevo omako,
- rezine polnozrnatega kruha, sir, šunka, kumarice in gorčica

Uporabnikom, ki imajo predpisano dieto oz. posebne zdravstvene potrebe glede prehranjevanja, bomo ponudili njim prilagojeno različico jedi.

Osnovni recepti

Brezeln mit Butter – preste (pletenice) z maslom

Jed je primerna za vegetarijansko prehrano ali vegansko prehrano, če ne uporabimo masla.

Za štiri osebe ali več (odvisno od velikosti prest) potrebujemo:

- 500 g moko,
- 1 kocka kvasa,
- 1 žličko soli in 250 ml tople vode,
- sodo bikarbono.

V skledi zmešamo moko, kvas, sol in toplo vodo. Testo dobro pregnetemo in pustimo vzhajati približno eno uro. Nato oblikujemo preste in jih na hitro potopimo v raztopino vode s sodo bikarbono, kar jim da značilno rjavo skorjico.

Preste pečemo 15 - 20 minut pri 200 °C. Še tople postrežemo z maslom.

Obstsalat aus Äpfeln, Birnen und Trauben – sadna solata iz jabolk, hrušk in grozdja

Jed je primerna za vegetarijansko prehrano ali vegansko prehrano, če ne uporabimo medu ali jogurta.

Za štiri osebe potrebujemo:

- ¼ kg jabolk,
- ¼ kg hrušk,
- ¼ kg grozdja,
- 20 g meda,
- limonin sok – po okusu,
- pest nasekljanih orehov ali mandljev – po želji,
- 150 g jogurta – po želji.

Jabolka, hruške in grozdje narežemo na manjše koščke. Sadje pokapamo z limoninim sokom, da ne porjavi in ga rahlo sladkamo z žlico medu. Po želji lahko dodamo pest nasekljanih orehov ali mandljev ter jogurt, da dobimo bolj kremasto različico.

Schweinebraten mit Sauerkraut und Kartoffelknödeln **– svinjska pečenka s kislim zeljem in krompirjevimi cmoki**

Pečenka je primerna za vsejedce, kislo zelje za vegane, krompirjevi cmoki za vegetarijance.

Za **pečenko** za štiri osebe potrebujemo:

- 800 g svinjskega stegna,
- začimbe po okusu (sol, poper, kumina),
- 10 g česna,
- 300 g čebule,
- 0,2 dcl piva brez alkohola ali jušne osnove – po želji.

Za **kislo zelje** za štiri osebe potrebujemo:

- 800 g kislega zelja,
- 2 srednje velika lovorjeva lista,
- 200 g čebule,
- 150 g jabolk (eno srednje veliko jabolko),

Svinjsko stegno natremo z mešanico soli, popra, kumine in česna. Meso položimo v pekač, dodamo narezano čebulo in korenje ter ga počasi pečemo 2 uri pri 180 °C. Med peko ga večkrat prelijemo z malo piva ali jušne osnove, da ostane sočno.

Kislo zelje skuhamo z lovorjevim listom, čebulo in koščki jabolka, da dobi rahlo sladkast okus.

Za **krompirjeve cmoke** za štiri osebe potrebujemo:

- 1 kg krompirja,
- cca. 600 g moke,
- 3 jajca,
- Sol po občutku.

Krompirjeve cmoke pripravimo iz pretlačenega kuhanega krompirja, moke in jajca, oblikujemo cmoke, premera cca. 4 cm. Ko voda zavre, jo solimo in cmoke kuhamo, dokler ne priplavajo na površje.

Grüner Salat mit Gurke und Kürbisöl – zelena solata s kumaro in bučnim oljem

Jed je primerna za vegane.

Za štiri osebe potrebujemo:

- 400 g očiščene zelene solate,
- 200 g kumar
- 0,5 dcl bučnega olja,
- 1 dcl kisa – po okusu,
- sol – po okusu.

Zelene liste solate operemo, dodamo narezano kumaro in prelijemo z mešanico bučnega olja, kisa in ščepcem soli. Kis lahko razredčimo z vodo, da je blažjega okusa.

Apfelstrudel mit Vanillesoße – jabolčni zavitek z vaniljevo omako

Jed je primerna za vegetarijance.

Za jabolčni zavitek potrebujemo kupljeno listnato ali vlečeno testo. Testo lahko naredimo sami.

Za **domače listnato (masleno) testo** za štiri osebe potrebujemo:

- 250 g masla,
- 250 g moke,
- 1 rumenjak,
- 2 žlici kisa,
- 125 ml mrzle vode,
- 1 ščepec soli.

Maslo narežemo v posodo, vanj vgnemo dve žlici moke in ga oblikujemo v kepo. Shranimo v hladilnik.

Moko vsujemo na desko, naredimo jamico in damo vanjo rumenjak, sol in hladno vodo. Zamesimo testo in ga gnetemo toliko časa, da postane voljno in gladko ter se ne oprijema rok in deske. Oblikujemo ga v hlebček, ga naoljimo in pustimo vsaj pol ure počivati.

Hlebček testa na pomokani površini z valjarjem razvaljamo od sredine navzven na štiri strani tako, da dobimo štiri polkroge. Na sredino položimo masleno kepo in jo pokrijemo z enim polkrogom. Zgornjo plast testa s prsti pritismo ob spodnjo, da nam maslo med valjanjem ne bo uhajalo s testa, potem pa hlebček pokrijemo še z ostalimi polkrogovi.

Hlebček razvaljamo za prst na debelo v daljši pravokotnik. Z obeh strani ga zganemo proti sredini, nato pa ga preganemo še na pol. Testo tesno zavijemo v folijo za živila, damo v hladilnik in pustimo, da pol ure počiva. Postopek valjanja in zgibanja ponovimo še štirikrat. Po vsakem postopku naj testo pol ure počiva v hladilniku. Testo valjamo vedno v nasprotni smeri, kot je bilo zganjeno. Preden testo uporabimo, naj počaka v hladilniku.

Preden maslo vgnemo v testo, ga vsaj nekaj ur hranimo na sobni temperaturi. Pecivo iz maslenega ali listnatega testa polagamo vedno na suh in nenamazan pekač.

Za **domače vlečeno testo** za štiri osebe potrebujemo:

- 300 g gladke moke (namenska moka za vlečeno testo),
- 1.5 dl mlačne vode,
- malo soli,
- 2 žlici olja,
- olje za premaz.

V posodo presejemo moko in na sredini naredimo jamico, v katero vlijemo olje in vodo ter sol. Sestavine začnemo s prsti počasi mešati, da se sprimejo skupaj.

Testo z rokami gnetemo toliko časa, da postane povsem mehko, gladko in elastično ter se ne oprijemlje rok. Če je preveč suho, prilijemo še malo vode. Ugneteno testo oblikujemo hlebček, ki ga premažemo z oljem, pokrijemo s pogreto skledo in pri sobni temperaturi pustimo počivati 30 do 60 minut.

Spočito testo na pomokanem prtju čim bolj tanko razvečemo - pod testo damo eno ali obe roki, nato pa ga s hrbtno stranjo rok počasi in previdno vlečemo od sredine proti robu, proti sebi, da dobimo na sredini primerno tanko testo, skozi katero bi lahko »prebrali časopis«. Debel rob ob straneh obrežemo.

Za **jabolčni zavitek** za štiri osebe potrebujemo:

- 1 kg naribanih jabolk,
- 100 g sladkorja,
- cimet,
- 1 paket vanilijevega sladkorja (cca 7 - 10 g),
- 50 g rozin,
- 150 g masla.

Listnato ali vlečeno testo tanko razvaljamo. Nadev pripravimo iz naribanih jabolk, sladkorja, cimeta in rozin. Testo premažemo z maslom, posujemo z nadevom in zvijemo v zavitek. Uporabimo pekač velikosti cca 25 x 35 cm. Pečemo 40 minut pri 180 °C, da dobi zlato rjavo skorjico.

Za količino **omake**, ki je potrebna za pekač zavitka, potrebujemo:

- 1 l mleka,
- 4 rumenjake,
- 80 g ostre moko,
- dva vanilijevega stroka ali vanilijev ekstrakt ali vanilijevo aromo,
- naribano lupino ene bio limone,
- 3 žlice ruma,
- 100 g sladkorja.

Za omako segrejemo mleko. Zmešamo rumenjake, ostro moko, vanilijev strok, naribano lupino bio limone, 3 žlice ruma ter sladkor. Prilijemo 2 dcl mleka, ki smo odvzeli od 1 litra mleka. Vse sestavine dobro premešamo in vlijemo v vrelo mleko. Med stalnim mešanjem kuhamo tako dolgo, da postane krema bolj gosta in dobi svetlikajoči lesk.

Pred serviranjem vanilijev strok odstranimo iz omake. Topel zavitek postrežemo s prelivom vaniljeve omake.

**Brotzeitplatte mit Scheiben Vollkornbrot, Käse, Schinken, Essiggurken und Senf -
Krožnik z rezinami polnozrnatega kruha, sira, šunke, kislimi kumaricami in gorčico**

Jed je primerna za vsejedce.

Za narezek – krožnik za štiri osebe potrebujemo:

- 8 kosov polnozrnatega kruha,
- 200 g različnih sirov (ementaler ...),
- 350 g narezane puste šunke,
- 200 g kisljih kumaric,
- 4 čajne žličke gorčice.

Na krožnik razporedimo rezine svežega polnozrnatega kruha, različne vrste nemškega sira (npr. emmentaler), rezine puste šunke, vložene kisle kumarice in dodamo žlico gorčice.

To je preprost, tipičen nemški večerni obrok, ki ga pogosto spremlja kozarec jabolčnika.

Guten Appetit und einen schönen Deutschen Tag!

Dober tek in lep nemški dan!