



*Sprievodca
svetom*

PARADAJOK



Paradajková príručka



Nie je paradajka ako paradajka. Aký je rozdiel medzi nimi?
Naša praktická príručka vám prezradí všetko,
čo potrebujete o paradajkách vedieť.

BRIX je jeden z aspektov
určujúci sladkosť paradajok.
Ide o stupnicu, ktorá vyjadruje
cukornatosť plodov. Vyráta sa
pomerom hmotností cukru a vody,
v ktorej je cukor rozpustený.

1 stupeň Brix sa rovná počtu
gramov cukru na 100 gramov
vody. Najsladšie paradajky
majú nad 10 stupňov Brix.

Mäsité paradajky

Nájdete aj pod názvom:



- > Rebeski
- > Insider
- > Altadena



- > pomalé dusenie
- > pečenie v rúre
- > šaláty, omáčky



- > menej šťavnaté
- > veľké
- > veľa dužiny

BRIX 3 - 4,5°



Mäsité čierne paradajky

Nájdete aj pod názvom:



- > Primora
- > Adora
- > Pitako



- > k mozzarelle
- > šaláty
- > k snackom



- > menej šťavnaté
- > veľa dužiny
- > typické zeleno-čierne sfarbenie
- > vhodný mix sladkej a kyslej chuti

BRIX 6 - 7°






Kráľovná medzi surovinami

Paradajky sú skvelým základom takmer každého receptu. Či už čerstvé, sušené, lúpané alebo vo forme pretlaku či passaty. Pre prípad spontánneho varenia ich odporúčame mať vždy v zásobe.



Roma paradajky

Nájdete aj
pod názvom:

- 
- > Caniles
 - > Romindo
 - > Plumola



- > šťavnaté
- > tenká šupka
- > oválny tvar



- > šaláty, omáčky
- > na chlebíčky
- > polievky

BRIX 4 - 5°

Polievka z pečených paradajok a bazalkového pesta

Ingrediencie (4 porcie)

800 g paradajok
Roma
5 strúčikov cesnaku
1 červená paprika
2 zemiaky
1 cibuľa
1 K-Classic
paradajkový pretlak

2 ČL K-Classic
bazalkového pesta
1 PL trstinového cukru
1 l vývaru
sol'
čierne koreníe

50 ml olivového oleja
ciabatty
1 K-Classic strúhaná mozzarella
bazalka

Tento a ďalšie
recepty nájdete na:

Kaufland *kuchárka*.sk

Zapečené kuracie prsia s paradajkou a špenátom

Ingrediencie (8 porcií)

1 kg kuracích prs
K-Bio olivový olej extra panenský
sol'
zmes talianskych bylín v mlynčeku
3 paradajky
čerstvý špenát
1 balenie K-Classic strúhanej mozzarely
čerstvá petržlenová vňať

Postup

Kuracie prsia umyjeme, osušíme kuchynskou utierkou a vyklepeme na tenšie plátky, prípadne prsia rozkrojíme na polovicu. Mäso osolíme a ochutíme zmesou talianskeho korenia. Na panvici zohrejeme olivový olej a mäso opečieme z každej strany 2 minúty. Na každý kúsok mäsa uložíme listy špenátu a nakrájanú paradajku. Mäso posypeme strúhanou mozzarellou a uložíme na plech na pečenie, ktorý predtým potrieme olivovým olejom. Pečieme vo vyhriatej rúre na 180 °C 25 až 30 minút.

Tento a ďalšie
recepty nájdete na:

Kaufland *kuchárka.sk*



Miniroma Delisher paradajky



- › šaláty
- › k snackom
- › dekorácia



- › šťavnaté
- › extra sladké
- › malé
- › oválny tvar

BRIX 9 - 10°

Nájdete aj
pod názvom:



- › Angelle
- › Sweetelle
- › Storia
- › Duelle
- › Ternetto
- › Strabena
- › McDreamy
- › Sunstream
- › Monterosa
- › Gustafano



- › obloha, dekorácia
- › k snackom



- › šťavnaté
- › sladké
- › malé
- › oválny tvar
- › deťmi obľúbené



BRIX 7 - 9°

Cherry Trimix paradajky

Nájdete aj
pod názvom:



- > Angelle
- > Summersun
- > Bombello
- > Magino
- > Bamano
- > Ivorino
- > Ternetto



- > šaláty
- > cestoviny
- > dusené jedlá
- > k snackom
- > dekorácia



- > červené,
oranžové, žlté
- > sladkosť a tvar
podľa odrody
- > malé

BRIX 6 - 9°

Nájdete aj
pod názvom:



- > Tramezzino
- > Torelino
- > Imperoso
- > Reddery
- > Axiany
- > Adorion



- > k snackom
- > dekorácia

Cherry paradajky



- > štavnaté
- > sladké (sladkosť
podľa odrody)
- > malé
- > okrúhly tvar

BRIX 5 - 7°

EXTRA SLADKÉ: 10 - 14°

Tento a ďalšie
recepty nájdete na:

Kaufland *kuchárka*.sk

Paradajkový slaný koláč

QUICHE

Ingrediencie (4 porcie)

200 g múky

300 g tvarohu

100 g masla

soľ

2 vajcia

200 g K-Classic
krémového syra

1/2 zväzku

nasekanej bazalky

16 cherry paradajok

Postup

Z múky, tvarohu, 80 g masla a soli vymiesime hladké cesto a necháme ho asi 30 minút odpočívať zabalené vo fólii.

Zvyšným maslom vymastíme 4 tortové formy (priemer približne 15 centimetrov). Cesto rozdelíme na 4 rovnaké časti, rozvalkáme, vyložíme ním tortové formy a niekoľkokrát popicháme vidličkou.

Na náplň vymiešame krémový syr, tvaroh, vajcia, soľ a bylinky do hladka. Paradajky umyjeme a očistíme. Do každej formy vložíme 4 paradajky a pridáme zmes. Quiche pečieme v rúre vyhriatej na 180 °C približne 20 minút. Quiche s paradajkami podľa chuti ozdobíme bazalkou a podávame teplý alebo studený.





Paradajky plnené QUINOOU

Ingrediencie (4 porcie)

100 g quinoy	1 PL oleja
4 veľké paradajky	z vlašských orechov
100 g špenátu	2 ČL bieleho
2 jarné cibulky	vínneho octu
100 g grilovanej	soľ
papriky	mleté čierne koreníe
1 bageta	2 strúčiky cesnaku

Postup

Quinou pripravíme podľa návodu na obale.
Paradajky umyjeme, odrežeme vrch, dužinu
vydlabeme a nadrobno nakrájame.

Špenát očistíme a umyjeme. Jarné cibulky očistíme, umyjeme
a nakrájame na tenké krúžky. Papriku nakrájame na drobné
kocky. Špenát a cibuľu dusíme na rozpálenom oleji asi 3 minúty,
pridáme papriku, quinou a dusíme ešte asi 3 minúty. Zmes
dochutíme octom, solou a čiernym korením.

Paradajky zvnútra osolíme a okoreníme,
dovnútra dáme plnku, priložíme vrch
a v hliníkovej miske pečieme na grile
asi 15 až 20 minút. Bagetu nakrájame na plátky
a opečieme na grile. Paradajky podávame
s bagetami potretými cesnakom.

**Tento a ďalšie
recepty nájdete na:**

Kaufland *kuchárka*.sk

Strapcové paradajky

Nájdete aj
pod názvom:



- > Roterno
- > Xandor
- > Presence
- > Merlice
- > Marinice
- > Aruba

BRIX 3 - 5°



- > šaláty
- > gratinovanie
- > grilovanie
- > parenie
- > na sendvič
- > nízky obsah vody
- > aromatická chuť a vôňa
- > okrúhly tvar

Strapcové Lyterno paradajky



- > vysoký obsah
lykopenu



- > sýtočervená
farba
- > veľké
- > lesklé
- > okrúhly tvar

BRIX 6 - 8°



Koktailové Papeletto paradajky



- > grilovanie
- > obsah lykopénu sa zvyšuje pri tepelnej úprave



- > červené
- > excelentná chuť
- > stredne veľké
- > hranatý tvar



BRIX 7 - 8°



Koktailové žlté paradajky



Nájdete aj pod názvom:

- > Annasun



- > žlté
- > stredne veľké
- > okrúhly tvar



- > grilovanie
- > šaláty
- > dekorácia

BRIX 6 - 8°

Paradajkový DŽEM

Ingrediencie (3 poháre)

1 kg K-Bio cherry
paradajok
100 g červenej
cibule
2 strúčiky cesnaku

1 jalapeño paprička
20 g lístkov bazalky
40 g trstinového cukru
2 PL K-Bio panenského
olivového oleja

1 PL červeného
vínneho octu
soľ
čierne koreníe
plátok masla

TIP:

Neuveriteľne chutná kombinácia paradajok a bazalky s mnohostranným využitím. Nielen ako netradičný džem na chlebičku, ale tiež napríklad ako omáčka na cestoviny, po ktorej môžete siahnuť pri príprave rýchleho obeda.

Tento a ďalšie
recepty nájdete na:

Kaufland *kucharka.sk*

Koktailové paradajky

Nájdete aj
pod názvom:



- > Brioso
- > Bacco
- > Saluoso
- > Belioso



- > šaláty
- > cestoviny



- > červené
- > stredne veľké
- > okrúhly tvar

BRIX 6 - 8°

Čierne Yoom paradajky



- > tradičné recepty
- > exotickjšie jedlá
ázijskej kuchyne



- > čierne
- > intenzívna, jemne
korenistá chuť
- > stredne veľké
- > okrúhly tvar

BRIX 8 - 10°



Monterosa paradajky



- > pomalé dusenie
- > pečenie v rúre
v kombinácii
s mozzarellou



- > menej šťavnaté
- > veľa dužiny
- > charakteristické
komôrky
- > ružové sfarbenie

BRIX 5,5 - 7°



San Marzo paradajky



- > čatní
- > zaváranie
- > omáčka
na pizzu
a cestoviny



- > šťavnaté
- > korenisto-sladká
chuť
- > typická talianska
odroda

BRIX 5 - 6,5°

Plnená paprika v paradajkovej omáčke

Ingrediencie (4 porcie)

Na plnené papriky:

4 zelené papriky
250 g mletého
bravčového pliecka
130 g gulatozrnnej ryže
2 strúčiky cesnaku
1 vajce
1 ČL horčice
1 ČL majoránky
1/2 ČL oregana

1/2 ČL mletej

červenej papriky
soľ a čierne korenie
1 ČL K-Bio trstinového cukru
K-Bio panenský olivový olej
plátok K-Bio masla
1 celá škoricca
5 klinčekov
provensalské korenie
petržlenová vňať

Na paradajkovú omáčku:

400 g K-Bio cherry paradajok
800 g K-Bio lúpaných paradajok
1 cibuľa
3 strúčiky cesnaku

Tento a ďalšie
recepty nájdete na:

Kaufland *kuchárka*.sk

The background is a dark, textured surface, possibly a chalkboard or a similar material, with a white, irregular shape in the center. This white shape contains the text. Surrounding the white shape are various fresh ingredients: red tomatoes on a vine in the top left, green basil leaves scattered throughout, green bell peppers in the bottom left, and a bunch of green basil in the bottom center. There are also some faint, light-colored sketches of vegetables like tomatoes and onions in the upper part of the page.

Postup

Do menšieho hrnca dáme olivový olej a prepláchnutú ryžu, premiešame, zalejeme vodou (na 1 diel ryže dáme 1,5 dielu vody), ochutíme 1/2 ČL soli. Keď začne vriieť, znížime teplotu, prikryjeme a varíme 10 minút. Ryžu necháme vychladnúť. Medzitým dáme do väčšej misy mleté mäso, prelisovaný cesnak, vajce, horčicu a koreniny – majoránku, oregano, červenú papriku, soľ a čierne korenie. Pridáme vychladnutú ryžu a dôkladne premiešame lyžicou.

Papriky umyjeme, odrežeme vrchné časti a zbavíme semienok. Pripravenou zmesou naplníme papriky až po okraj. Zo zvyšku vytvarujeme menšie guľky. V hlbokej panvici zohrejeme olivový olej s maslom. Pridáme nadrobno nakrájanú cibuľu

a opečieme dosklovita. Cibulu posypeme cukrom a necháme trochu skaramelizovať. Pridáme prelisovaný cesnak a na malé kocky nakrájané paradajky. Chvilku opekáme, potom pridáme lúpané paradajky a ochutíme soľou, čiernym a provensalským korením.

Omáčku rozmixujeme tyčovým mixérom, pridáme celú škoricu a klinčeky a privedieme do varu. Do horúcej omáčky vložíme plnené papriky tak, aby boli čo najviac ponorené, prikryjeme a varíme na strednom plameni 15 minút. Po uplynutí času vložíme do omáčky mäsové guľky, plnené papriky obrátime a prikryté varíme ďalších 25 – 30 minút. Pred servírovaním posypeme omáčku nasekanou petržlenovou vňaťou.

