



Tradice Bílých Karpat, z. s.

Hostětín 4 • 687 71 •

(+420) 572641040, 739569264 • e-mail: tbk@tradicebk.cz • www.tradicebk.cz

Tisková informace Tradice Bílých Karpat, z. s. a Centra Veronica Hostětín, 15.11.2016

Bio jehněčí a zelenina z regionu mohou provonět i vaši kuchyni. V Hostětíně vás naučí přípravu pěti kompletních podzimních menu.

5 druhů předkrmů, 5 druhů polévek, 5 hlavních chodů a 5 dezertů. Vše z kvalitního bio jehněčího masa či ze sezónní zeleniny a ovoce z regionu Bílých Karpat. To bude náplní kurzu vaření, který se koná v neděli 20. listopadu 2016 v Hostětíně. V tamním ekologickém centru Veronica totiž vaří bio, sezónně, regionálně – a mohou vás to také naučit.

V kompletním menu je zařazena řada netradičních pokrmů. V předkrmech se účastníci naučí připravit třeba zapékané hrušky se sýrem, pomazánku z pečeného česneku či mrkvový dip. Mezi suroviny pro polévky patří mangold, špenát, křen, celer či dýně – a můžete „vykouzlit“ hovězí polévku s křenem, čočkovou se špenátem a dýní, krémovou polévku z jablek a celeru, zimní zeleninovou či mangoldovou.

Chuťové pohárky rozhodně potěší nabídka hlavních chodů: jehněčí kýta na pórku + bramborovo – celerové pyrě, pečený jehněčí hřbet na zelenině + pepřová ovesná kaše, jehněčí kotletky s tymiánem + šťouchané brambory, jehněčí parmazánové řízečky + šťouchané brambory, jehněčí kýta s bylinkami + pečené brambory.

A jako desert připraví účastníci pod vedením lektorky muffiny z červené řepy, trhance s jablky a rozinkami, špaldovou buchtu s jablky, krémový jablečný koláč a tvarohový koláč.

Kromě přípravy chutných pokrmů pod vedením paní Jany Otrubové se účastníci se dozvědí i to, kde v regionu nakoupit kvalitní maso, zeleninu bez chemie či čerstvé mléko. „Tím, že v Centru Veronica vaříme s využitím biopotravin a sezónních a regionálních potravin, snižujeme zátěž na životní prostředí, především z dopravy. Lidé by se měli naučit jíst tak, jak to bylo běžné v minulosti – to, co získají z blízkého okolí. Dnešním problémem je, že lidé nevědí, kam mohou chodit nakupovat kvalitní suroviny. I na to jsme mysleli a pozvali jsme na kurz regionálního zemědělce, pana Jana Žáka z Farmy Růdimov, který dodává bio jehněčí a hovězí maso nejen nám, ale do celé republiky.“, objasňuje Zdeňka Psotová, organizátorka kurzu.

Kurz vaření z regionálních potravin se koná díky projektu, který je finančně podpořen z Ministerstva zemědělství.

Na kurz vaření se lze přihlásit na e-mailu zdenka.psotova@veronica.cz nebo na telefonu 572 630 670. Cena kurzu je 600 Kč.

A na co se můžete těšit? Zde je kompletní menu:

PŘEDKRM:

1. zapékané hrušky se sýrem
2. mrkvovo – celerová pomazánka
3. pomazánka z pečeného česneku
4. karotkový dip
5. plátky z červené řepy s kozím sýrem

POLÉVKY:

1. mangoldová polévka
2. tafelspitz (hovězí polévka s křenem)
3. čočková polévka se špenátem a dýní
4. krémová polévka z jablek a celeru
5. zimní zeleninová polévka

HLAVNÍ CHOD:

1. jehněčí kýta na pórku + bramborovo – celerové pyré
2. pečený jehněčí hřbet na zelenině + pepřová ovesná kaše
3. jehněčí kotletky s tymiánem + šťouchané brambory
4. jehněčí parmazánové řízečky + šťouchané brambory
5. jehněčí kýta s bylinkami + pečené brambory

DEZERTY:

1. muffiny z červené řepy
2. trhance s jablky a rozinkami
3. špaldová buchta s jablky
4. krémový jablečný koláč
5. tvarohový koláč

Odkaz na akci: <http://hostetin.veronica.cz/vareni-po-nasemu-ii>



Projekt je realizován s finanční podporou Ministerstva zemědělství.