

INGREDIENCIE

2 balenia Garden Gourmet Veggies guličky

1 pomaranč

125 ml červeného vína

200 ml zeleninového vývaru

2 lyžice medu alebo cukru

225 g brusníc

1 lyžička zemiakového škrobu

olivový olej na smaženie

1 vetvička tymiánu na ozdobu



Guličky s brusnicovou omáčkou miluje jednoducho každý! Je to jeden z najobľúbenejších pokrmov pre deti aj dospelých a hodí sa rovnako dobre k obyčajnej večeri a zároveň aj na sviatočný stôl. Brusnicová omáčka so sójovými Garden Gourmet vegetariánskymi guličkami je hotová asi za 35 minút a príprava je vhodná pre mierne pokročilých kuchárov. Sľubujeme však, že námaha sa vyplatí. Výborná chuť našich guličiek v spoločnej kombinácii s pomarančom, vínom, zeleninovým vývarom a brusnicami totiž spraví z vášho jedla neobyčajný kulinársky zážitok. Tak poďme na to!

PRÍPRAVA

1. KROK – PRIPRAVTE POMARANČ

Pomaranč dôkladne umyjeme (budeme totiž potrebovať jeho kôru, preto je lepšie siahnuť po BIO pomarančoch zbavených chemických postrekov) a pomocou škrabky na zeleninu ošúpeme kôru z jednej polovice. Kôru z druhej polovice nastrúhame na jemnom strúhadle. Takto ošúpaný pomaranč si odšťavíme.

2. KROK – UVARTE BRUSNICE

Červené víno, zeleninový vývar, pomarančový džús, nastrúhanú pomarančovú kôru, brusnice a med (alebo cukor) privedieme k varu. Varíme, kým brusnice nezmäknú.

3. KROK – DO OMÁČKY ROZOMELTE BRUSNICE

Pomocou tyčového mixéra zmes s brusnicami rozmixujeme, až vytvoríme jemnú brusnicovú omáčku.

4. KROK – VMIEŠAJTE ZEMIAKOVÝ ŠKROB DO BRUSNICOVEJ OMÁČKY

Aby sa brusnicová omáčka lepšie spojila, rozmiešame zemiakový škrob v troche vody. Ten nalejeme za stáleho miešania do vzniknutej brusnicovej omáčky a mierne povaríme na slabom ohni. Brusnicová omáčka by mala zhustnúť a získať požadovanú jemnú konzistenciu.

5. KROK – PRIPRAVTE POMARANČOVÝ SIRUP

Šupky kôry (z jednej polovice pomaranča) nakrájame na veľmi tenké prúžky a privedieme k varu spolu so 100 ml vody a lyžicou cukru. Varíme v cukrovom sirupe asi 5 minút, kým nie sú šupky mäkké, potom ich necháme vychladnúť.

6. KROK – UPEČTE VEGETARIÁNSKE GULIČKY, POLEJTE OMÁČKOU A PODÁVAJTE!

Vegetariánske guličky pripravíme smažením na panvici s trochou olivového oleja na miernom ohni asi 4 minúty a po 2 minútach ich otočíme. Keď sú hotové, preložíme ich do misky a prelejeme brusnicovou omáčkou. Nakoniec ozdobíme prúžkami pomarančovej kôry a čerstvým tymiánom. Výsledné jedlo vyzerá na tanieri skutočne fantasticky a chutí ešte lepšie. Prajeme dobrú chuť!

KULINÁRSKE TIPY

Guličky s brusnicovou omáčkou môžete doplniť aj o prílohu – vynikajúce budú s pyré zo sladkých zemiakov, s lieskovými orieškami a petržlenom; s restovaným divokým špenátom s červenou cibuľou, s píniovými orieškami a hrozičkami; so smaženým ružičkovým kelom s balzamikovým octom, so semienkami granátového jablka a píniovými orieškami.

KULINÁRSKE TIPY

Chutné s:

Pyré zo sladkých zemiakov, s lieskovými orieškami a petržlenom; s restovaným divokým špenátom s červenou cibuľou, s píniovými orieškami a hrozičkami; so smaženým ružičkovým kelom s balzamikovým octom, so semienkami granátového jablka a píniovými orieškami.

