



Весняні

смаки



12

Спробуйте

НОВИХ рецептів

POLECA

Julian Secher

Зміст

Сирний суп карі	3
Овочевий врап на грилі	4
Кесадилья з яловичиною та сирним соусом	5
Курячі стегна, фаршировані картоплею та сиром	6
Троянди з буряка з панчетою та сиром	7
Валлійський тост із сиром Чеддер	8
Салат у сирних кошачках з яйцем	9
Весняний салат із сирними крокетами	10
Піца з прошуто, оливками та сиром	11
Яйця Бенедикт – із сиром, копченим лососем і кропом	12
Креветки з аерогриля із сирним соусом	13
Тальятеле з креветками та часником	14

Перегляньте наші ідеї



ІДЕЯ НА

Великдень



ІДЕЯ НА

Швидкий ланч



ІДЕЯ НА

Фуршетні закуски



Сирний суп карі



Інгредієнти

- 2–3 картоплини (очищені та нарізані кубиками)
- 1 велика цибулина (нарізана)
- 1 л курячого бульйону
- 300 г плавленого сиру Ементалер SERTOP
- 1 ст. ложка вершкового масла або олії
- 1–2 ч. ложки приправи карі
- дрібка куркуми (за бажанням)
- сіль і перець до смаку

Приготування

У каструлі розігрійте вершкове масло або олію, додайте нарізану цибулю та обсмажуйте 3–4 хвилини, доки вона не стане м'якою й злегка підрум'яниться. Потім додайте картоплю, залийте все курячим бульйоном і варіть близько 15 хвилин, доки картопля не стане м'якою. Додайте плавлений сир і перемішуйте, доки він повністю не розплавиться. Наприкінці варіння додайте карі (1–2 ч. ложки) та, за бажанням, дрібку куркуми для кольору й ретельно перемішайте, щоб спеції рівномірно розподілилися. На завершення зніміть каструлю з вогню та збийте суп блендером до однорідної кремової консистенції, після чого приправте сіллю та перцем до смаку.



ІДЕЯ НА
*Швидкий
ланч*



🕒 30 хв | 👥 4 порції

Овочевий

врап на грилі



ІДЕЯ НА
Швидкий
ланч



ПЕРЕГЛЯНЬТЕ
РОЛИК

Інгредієнти

- 2 пшеничні тортільї
- 1 маленький цукіні
- ½ баклажана
- ½ червоного перцю
- ½ жовтого перцю
- кілька листків салату
- 1 маленька морква
- 120 г плавленого сиру Protein Chili з базиліком SERTOP
- 1 ст. ложка оливкової олії

Приготування

Цукіні, баклажан і перець нарежте тонкими смужками, змішайте з оливковою олією, сіллю та перцем, а потім запікайте в аерогрилі за температури 180°C приблизно 8–10 хвилин, доки овочі не стануть м'якими й злегка підрум'яненими. Покладіть тортілью на робочу поверхню або злегка розігріту сковороду та змастіть плавленим сиром Protein Chili з базиліком. На сир викладіть овочі гриль і кілька листків салату, додайте ще трохи сиру, загорніть у врап і обсмажуйте на сухій сковороді приблизно по 2–3 хвилини з кожного боку, доки тортілья не стане золотистою та хрусткою. Розріжте навпіл і подавайте з морквою та огірками.



⌚ 25 хв

👤 2 порції

Спробуйте
ЩЕ БІЛЬШЕ БІЛКА



Кесадилья

З ЯЛОВИЧИНОЮ ТА СИРНИМ СОУСОМ

Інгредієнти

- 2 пшеничні тортільї
- 200 г яловичого фаршу
- 150 г плавленого сиру Cheddar SERTOP
- 50 мл вершків 30%
- ½ цибулини
- 1 перець
- 100 г томатного соусу
- сіль, перець, мелена паприка
- олія

Приготування

На сковороді розігрійте олію, обсмажте цибулю до прозорості та додайте яловичину зі спеціями. Смажте до рум'яності, влийте томатний соус і трохи його уваріть. Тим часом підігрійте вершки з плавленим сиrom, помішуючи до отримання однорідної маси. На половиную кожної тортільї викладіть начинку, нарізаний перець і сирний соус, а потім складіть тортільї навпіл. Обсмажуйте з обох боків на сковороді, доки вони не стануть золотистими та хрусткими. Наприкінці наріжте трикутниками й подавайте гарячими.

ІДЕЯ НА
Фуршетні
закуси



⌚ 20 хв
👥 2 порції



Курячі стегна

фаршировані картоплею та сиром



ІДЕЯ НА
*Фуршетні
закуси*



ПЕРЕГЛЯНЬТЕ
РОЛИК

Інгредієнти

- 2 курячі стегна
- 2 великі картоплини
- 4 скибочки сиру Siemowit SERTOP
- 1 яйце
- близько 80 г борошна
- близько 120 г панірувальних сухарів
- 2–3 ст. ложки соєвого соусу
- 1 ч. ложка солодкої паприки
- сіль, перець
- олія для смаження

Приготування

Покладіть курячі стегна в каструлю, залийте водою так, щоб вона повністю їх покривала, додайте 2–3 ст. ложки соєвого соусу й варіть на слабкому вогні близько 1,5 години, доки м'ясо не стане дуже м'яким. Вийміть і залиште охолонути. Зніміть шкірку, відокремте м'ясо від кісток, залишивши кістку гомілки, а м'ясо дрібно наріжте або розберіть на волокна.

Картоплю очистьте, відваріть у підсоленій воді та розімніть до густого пюре. Додайте куряче м'ясо, паприку, сіль і перець, ретельно перемішайте, а потім додайте нарізаний невеликими шматочками сир Siemowit. Із начинки сформуєте порції навколо залишених кісток, надаючи їм форми курячих ніжок. Обкачайте їх у борошні, збитому яйці та панірувальних сухарях (для більш хрусткої скоринки можна повторити панірування в яйці та сухарях). Смажте в олії, розігрітій до 170–180°C, близько 3–4 хвилин, доки вони не стануть золотистими й хрусткими, а потім викладіть на паперовий рушник, щоб прибрати зайву олію.



🕒 120 хв
👤 4 порції

Спробуйте
СИРИ ШВЕЙЦАРСЬКОГО ТИПУ



Троянди



ПЕРЕГЛЯНЬТЕ
РОЛИК

з буряка з панчетою та сиром

Інгредієнти

- 2 варені буряки
- 150 г плавленого сиру Ементалер SERTOP
- 6 тонких скибочок панчети
- 1 апельсин
- свіжомелений перець
- за бажанням: трохи апельсинової цедри для оздоблення

Приготування

Варені буряки очистьте та наріжте дуже тонкими скибочками, найкраще за допомогою мандоліни. Із кількох скибочок сформуєте маленькі троянди, укладаючи їх як пелюстки квітки. У місці розмішайте плавлений сир Ементалер SERTOP до кремової консистенції, додайте свіжомелений перець і трохи апельсинової цедри, а потім ретельно перемішайте. Скибочки панчети викладіть у формочки для мафінів, формуючи невеликі тарталетки.

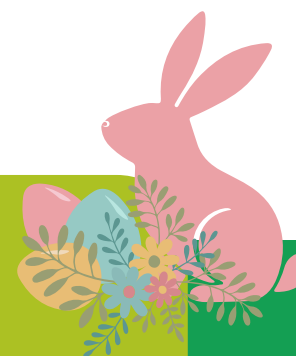
Запікайте в духовці, розігрітій до 180°C, приблизно 15 хвилин, доки вони не стануть злегка хрусткими. Потім вийміть із формочок і залиште трохи охолонути. У кожен кошичок із панчети викладіть порцію сирного крему, а зверху розмістіть троянду з буряка. Апельсин наріжте тонкими скибочками та викладіть на тарілці як декор, а потім подавайте на них або поруч підготовлені закуски, посипавши все невеликою кількістю апельсинової цедри.



⌚ 35 хв
👥 6 порцій

ІДЕЯ НА

Великдень



Валлійський тост

із сиром Чеддер

Інгредієнти

- 2 великі скибки хліба
- 200 г плавленого сиру Cheddar SERTOP
- 100 мл курячого або яловичого бульйону
- 2 скибочки шинки
- 1 яйце
- перець
- гірчиця (за бажанням)

Приготування

Злегка збризніть скибки хліба невеликою кількістю бульйону, щоб трохи їх зволожити (за бажанням перед цим можна тонко змастити їх гірчицею для більш виразного смаку). Потім викладіть на них скибочки шинки та рівномірно розподіліть натертий сир Чеддер, після чого запікайте в духовці, розігрітій до 180°C, приблизно 15 хвилин, доки сир не розплавиться й злегка не підрум'яниться.

Тим часом підсмажте на сковороді яєчню-глазунью, приправте свіжомеленим перцем, а коли тости будуть готові, викладіть яйце на гарячий тост і подавайте відразу, найкраще ще теплим.



ІДЕЯ НА
*Швидкий
ланч*



🕒 20 хв | 👥 2 порції

Салат

у сирних кошичках з яйцем



Інгредієнти

Салат

- рукола або мікс салатного листя
- помідори чері
- огірок, нарізаний кубиками
- редиска
- 2-3 яйця, зварені круто
- зелень (зелена цибуля або петрушка)

Сирні кошички

- 4 скибочки твердого сиру Siemowit SERTOP

Соус

- оливкова олія
- лимонний сік
- сіль і мелений перець

Приготування

По черзі розплавте скибочки твердого сиру Siemowit на сухій сковороді, сформуєте з них кошички на перевернутій мисочці або склянці та залиште охолонути, доки вони не стануть хрусткими. Змішайте салатні листя з овочами, яйцем і зеленню, заправте оливковою олією та лимонним соком, посоліть і поперчіть. Наповніть сирні кошички готовим салатом і одразу подавайте.



ІДЕЯ НА
Великдень



⌚ 20 хв
👥 4 порції

Спробуйте
СИР ШВЕЙЦАРСЬКОГО ТИПУ

Весняний салат

із сирними крокетами

Інгредієнти

Сирні крокети

- Сирні крокети
- 1 готове тісто для піци
- 150 г плавленого сиру Ементалер SERTOP
- 250 г курячої грудки (обсмаженої та нарізаної кубиками)
- 2 яйця
- 150 г паприкових чипсів (подрібнених)
- сіль, перець до смаку

Весняний салат

- 2 жмені руколи
- 1 жовтий перець (нарізаний смужками)
- 1/2 червоної цибулини (нарізаної тонкими скибочками)
- 2 ст. ложки подрібненої зеленої цибулі
- 2 ст. ложки паростків

Соус

- 3 ст. ложки натурального йогурту
- 1 ч. ложка гірчиці

Приготування

Обсмажте курку до золотистого кольору та залиште охолонути, потім змішайте з плавленим сиrom Ементалер і приправте сіллю та перцем. Тісто для піци розділіть на 8 частин, на кожен викладіть сирно-кур'ячу начинку та сформуєте кульку або овальний крокет, ретельно защипнувши краї. Обкачайте крокети у збитому яйці, а потім у подрібнених чипсах. Розігрійте соняшникову олію до 170–180°C і смажте приблизно 3–4 хвилини, доки крокети не стануть золотистими та хрусткими, після чого викладіть їх на паперовий рушник, щоб прибрати зайву олію. Змішайте руколу, перець, цибулю та зелену цибулю, а інгредієнти для соусу з'єднайте в мисочці й полийте салат перед подаванням. Подавайте крокети з порцією свіжого салату.



ІДЕЯ НА
Великдень



🕒 45 хв | 👥 4 порції



ПЕРЕГЛЯНЬТЕ
РОЛИК

Піца

з прошуто, оливками та сиром



ІДЕЯ НА
*Швидкий
ланч*



ПЕРЕГЛЯНЬТЕ
РОЛИК

Інгредієнти

- 1 кулька тіста для піци
- 150 г сиру Siemowit у скибочках
- 80–100 г в'яленої шинки (прошуто)
- 100 г зелених оливок (без кісточок)
- 150 мл томатного соусу
- свіжий базилік
- оливкова олія
- сіль, перець



Приготування

Розігрійте духовку до 250°C (режим «верх-низ»). Розкачайте тісто в тонкий круглий корж на поверхні, злегка присипаній борошном. Розподіліть по ньому томатний соус, залишаючи вільними краї, та злегка приправте сіллю та перцем. На соус викладіть скибочки сиру Siemowit, рівномірно покриваючи поверхню, потім додайте оливки та порвані на менші шматочки скибочки прошуто.

Збризніть піцу оливковою олією та випікайте за температури 250°C протягом 8–10 хвилин, доки краї не стануть золотистими, а сир не розплавиться й злегка не підрум'яниться. Після виймання з духовки додайте свіжі листочки базиліку, наріжте та одразу подавайте.

🕒 20 хв

👥 2–3 порції

Спробуйте
СИР ШВЕЙЦАРСЬКОГО ТИПУ

Яйця Бенедикт

із сиром, копченим лососем і кропом

Інгредієнти

- 4 яйця
- 2 скибки хліба (англійський мафін або тостовий хліб)
- 1 упаковка сиру SERTOP Ементалер 150 г
- свіжий кріп
- 4 скибочки копченого лосося
- 1 ст. ложка оцту
- вершкове масло або оливкова олія для обсмажування
- сіль, свіжомелений перець

Приготування

Підсмажте хліб на вершковому маслі або оливковій олії до золотистого кольору. У воді, що злегка кипить, із додаванням оцту приготуйте яйця пашот (приблизно 2–3 хвилини), щоб жовток залишився рідким. Підігрійте сир Ементалер, доки він не стане однорідним і кремовим. На грінки викладіть лосось і яйце, полийте теплим сиром та посипте кропом. Подавайте одразу після приготування.



ІДЕЯ НА
Великдень



15 хв | 2 порції

Креветки

з аерогриля із сирним



🕒 15 хв | 👤 4 порції

Інгредієнти

Креветки

- 400 г креветок
- 1 ст. ложка оливкової олії
- сіль і перець
- солодка паприка

Сирний соус

- плавлений сир Cheddar SERTOP
- дрібно нарізані помідори
- дрібно нарізаний халапеньйо
- жовтий перець, нарізаний кубиками

Сирний соус

Змішайте креветки з оливковою олією, сіллю, перцем і солодкою паприкою. Потім запікайте в аерогриля: розігрійте пристрій до 180°C, викладіть креветки в кошик і готуйте приблизно 7 хвилин, струсивши кошик у середині приготування. Креветки мають стати золотистими та соковитими.

Тим часом приготуйте сирний соус: підігрійте сир Cheddar у мікрохвильовій печі приблизно 1 хвилину, потім перемішайте до однорідної консистенції, додайте помідори, халапеньйо та перець і ретельно все перемішайте.



Фуршетні
закуси





Тальятел



ПЕРЕГЛЯНЬТЕ
РОЛИК

з креветками та часником

Інгредієнти

- 250 г пасты тальятеле
- 150 г плавленого сиру Ементалер SERTOP
- 200 г очищених креветок
- 2 зубчики часнику
- 200 мл вершків
- сіль, перець, петрушка
- оливкова олія

Приготування

Відваріть пасту до стану al dente. На оливковій олії обсмажте дрібно нарізаний часник, потім додайте креветки та коротко обсмажуйте, доки вони не будуть готові. Влийте вершки, додайте сир Ементалер і прогрівайте, доки не утвориться однорідний кремовий соус. Змішайте соус із пастою, приправте до смаку та наприкінці посипте петрушкою. Страву найкраще подавати одразу після приготування, поки вона ще гаряча й ароматна.



🕒 20 хв
👤 2 порції



ІДЕЯ НА
Швидкий
ланч



Більше кулінарних натхнень

знайдете на нашому сайті

SERTOPNATALERZU.PL



SERTOP.PL

SERDECZNYSER.PL

PROTEINYSERY.PL