

Apetyt na kotlety

Kotlety mielone mają spore grono zwolenników. Co jest przyczyną tych kulinarnych sympatii? Być może to, że kotlet mielony dobrze smakuje i gorący, prosto z patelni, i zimny, pokrojony na kanapkę. Nie bez znaczenia jest też fakt, że zrobienie na obiad mielonych kotletów to rzecz nietrudna. Wystarczy dobrej jakości mielone mięso, dobre przyprawy i odrobina umiejętności. Aby urozmaicić nieco kulinarny odbiór tej tradycyjnej potrawy przyda się też nowy, ciekawy przepis na nią. Warto zrobić wyłom w domowych zwyczajach i zrobić kotlety mielone... po szwedzku.



Kotlety mielone po szwedzku

SKŁADNIKI (8 KOTLECİKÓW):

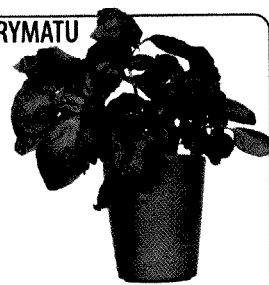
- ▶ 50 dag mielonego mięsa wołowego
- ▶ 1 ugotowany burak (10 dag)
- ▶ 2 ugotowane ziemniaki (20 dag)
- ▶ 1 cebula (10 dag)
- ▶ 1 jajko
- ▶ 3 łyżki śmietanki 18-procentowej
- ▶ 1 łyżka kaparów lub pokrojonych korniszonów
- ▶ 4 łyżki bułki tartej
- ▶ 3 łyżki oleju
- ▶ 1 łyżeczka przyprawy do mięsa mielonego Prymat
- ▶ 1/2 łyżeczki kminku mielonego Prymat
- ▶ przyprawa do potraw Kucharek, pieprz czarny mielony Prymat

Wykonanie:

Ziemniaki rozgniatamy na puree i razem ze startym na drobnej tarce burakiem dodajemy do mięsa. Podczas wyrabiania masy dodajemy kolejno: jajko, śmietankę, drobno posiekaną cebulę zeszląoną na łyżce oleju, kapary lub korniszony, przyprawy do mięsa mielonego i kminek. Doprawiamy przyprawą Kucharek i pieprzem. Z masy formujemy małe kotleciki, obtaczamy w bułce tartej i smażymy na rozgrzanym oleju. Kotleciki podajemy z frytkami lub odsmażamy z ziemniakami i surówką sezonową.

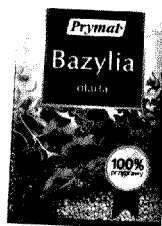
ALFABET PRZYPRAW PRYMATU

B jak bazylia



Nic dziwnego, że kuchnia śródziemnomorska święci takie triumfy, skoro opiera się między innymi na takich cudach przyrody jak bazylia. Ta niezwykła roślina przyprawowa – cudownie aromatyczna i orzeźwiająca – świetnie komponuje się z pomidora i sałatami, jest kropką nad „i” dla warzywnych zapiekanek, potraw z serów, ziemniaków, pizzy i mięs. Nie mieć jej w swojej kuchni, to kulinarny grzech!

■ **CZY WIESZ, ŻE...** Pochodząca z Afryki i Azji bazylia uważana była za roślinę nasyconą boską esencją. Hindusi na to zioło składali przysięgę w sądzie. Bazylia miała wyrosnąć wokół grobu Chrystusa po jego zmartwychwstaniu. W greckim kościele prawosławnym wykorzystywana jest do sporządzania wody święconej, a pojemniki z tą rośliną są ustawiane u stopni ołtarzy. Bazylia występuje w wielu odmianach, a wśród nich pojawia się również bazylia krzewiasta, rosnąca w tropiku. Tak jak innym ziołom, również i tej roślinie w niektórych regionach przypisywano czarodziejską albo uzdrawiającą moc. Na Haiti bazylia jest ziołem poświęconym pogańskiej bogini miłości Erzulie. W Meksyku bazylia noszona w kieszeni uważana jest za atrybut przyciągający pieniądze i odwracający złe uroki. W Indiach bazylia była ulubioną rośliną boga Winszu. W średniowieczu była wykorzystywana do miłosnych zaklęć – listki bazylii noszone na piersi lub w pończoszcze miały wzbudzać przychyłość u oschłego partnera.



■ **WYSTĘPOWANIE** Bazylia uprawiana jest w klimacie ciepłym i tropikalnym jako roślina przyprawowa. Charakteryzuje ją korzenny zapach oraz słodkawy i chłodząco-orzeźwiający smak.

■ **ZASTOSOWANIE** Ziele to idealnie komponuje się z wieloma warzywami, zwłaszcza bakłażanami i pomidorami. Jako przyprawy używa się zarówno świeżych, jak i suszonych listków. Liście należy ucierać z olejem lub rozcierać w palcach. Bazylia powinna być dodawana w ostatniej chwili, tuż przed końcem gotowania. Nadaje wyborny smak sałatkom i świeżym, pokrojonym pomidorom. Aromat bazylii doskonale harmonizuje się z czosnkiem. Używa się jej do sosu włoskiego i do wielu potraw z krajów śródziemnomorskich. Bazylia podnosi smak rozmaitych zapiekanek, ogórków, pieczonych kiełbasek, potraw jednogarnkowych oraz ciepłych warzyw, np. kiszzonej kapusty. Jest idealnym składnikiem octu ziołowego. Wykorzystywana jest również w kosmetyce. Wymacerowane liście w winie można stosować jako tonik. Napar pomaga na niestrawność. Bazylia ma szerokie zastosowanie w terapii aromatycznej. Dla usunięcia zmęczenia wystarczy wdychać aromat z jednej tylko kropli pachnącego olejku z bazylii. ●

Strona powstała przy współpracy z firmą Prymat.

Najlepsze kostki na rynku!

Kostki rosółowe Kucharek wygrały prestiżowy test miesięcznika „Świat Konsumenta”. Badania zostały przeprowadzone w akredytowanych laboratoriach w Niemczech.

W teście smaku przeprowadzonym przez miesięcznik „Świat Konsumenta” kostki rosółowe Kucharek Prymatu zostały uznane za najlepsze w kategorii. Ocenie podlegał: smak gotowanego rosółu, aromat rosółu, zdrowotność składników kostki rosółowej, kompozycja substancji smakowych w kostce. We wszystkich przypadkach kostki rosółowe Kucharek osiągnęły najwyższe noty. ●

