



Kuhajte **hitro in enostavno**

s

**QUICK
& EASY**



QUICK & EASY

Hitra priprava & boljša receptura



- ✓ Z MORSKO SOLJO
- ✓ BREZ DODANIH OJAČEVALCEV AROME
- ✓ NARAVNO DOBRO



Kremasta polenta s feto, pečeno zelenjavo in granatnim jabolkom

Za 4 porcije

SESTAVINE:

Za polento:

- 800 ml vode
- 1/2 žličke Kotányi morske soli
- 150 g polente
- 50 g masla
- 100 g kremnega sira

Za pečeno zelenjavo:

- 300 g brokolija
- 300 g cvetače
- 400 g sladkega krompirja
- 1/2 vrečke Kotányi Quick&Easy začimbne mešanice ZELENJAVA
- 70 ml oljčnega olja

Dodatno:

- 1/2 granatnega jabolka
- 100 g feta sira



PRIPRAVA:



1. Pečico segrejte na 200 stopinj. Brokoli in cvetačo operite ter razdelite na cvetke v velikosti približno 3 cm. Sladki krompir olupite in narežite na kocke v velikosti 3 × 3 cm.



2. Zelenjavo preložite v skledo, prelijte z oljčnim oljem in začinite z mešanico Kotányi Quick & Easy ZELENJAVA ter dobro premešajte.



3. Zelenjavo razporedite po pekaču in postavite v pečico. Pecite 10 minut, premešajte in pecite še dodatnih 10 minut.



4. Medtem pripravite polento. Zavrite vodo, dodajte sol in zmanjšajte temperaturo. Vmešajte polento, povečajte temperaturo na srednjo in kuhajte 5 minut ob stalnem mešanju. Odstavite z ognja, dodajte maslo in kremni sir ter mešajte, dokler se ne poveže. Razdelite na 4 krožnike.

5. Pečeno zelenjavo razporedite po polenti, posujte z granatnim jabolkom in feta sirom ter postrezite.





Polpeti iz sladkega krompirja

Za 4 porcije

SESTAVINE:

- 500 g sladkega krompirja
- 1/2 čebule
- 1/4 vrečke Kotányi Quick&Easy začimbne mešanice KROMPIR
- 2 jajci
- 35 g krušnih drobtin
- olje za pečenje

Omaka iz smetane in hrena:

- 200 g kisle smetane
- 1 žlica majoneze
- 1 žlica hrena
- Kotányi morska sol in črni poper po okusu

Solata iz špinače, parmezana in orehov:

- 200 g baby špinače
- 30 g lističev parmezana
- 50 g orehov, grobo nasekljanih
- 30 ml oljčnega olja
- sok 1/2 limone
- 1/2 žličke gorčice
- 1/4 žličke soli
- ščepec Kotányi črnega popra

PRIPRAVA:



1. Sladki krompir olupite, operite in naribajte. Odvečno tekočino iztisnite s pomočjo krpe ali gaze in ga preložite v skledo. Naribajte čebulo ter jo dodajte k sladkemu krompirju. Primešajte jajca, drobtine in začinite z mešanico Kotányi Quick & Easy KROMPIR. Premešajte.



2. Segrejte ponev na srednje močnem ognju. Dodajte 2 do 3 žlice olja in žlico mase iz sladkega krompirja. nežno jo pritisnite, da oblikujete polpete. Naenkrat pecite 4 do 6 polpetov, odvisno od velikosti ponve. Po približno 4 minutah jih obrnite in pecite še 4 minute. Postopek ponovite s preostalo maso. Pečene polpete odlagajte na krožnik, obložen s papirnato brisačo.



3. Medtem pripravite omako in solato. V skledi zmešajte vse sestavine za omako. Za solato operite mlado špinačo in jo preložite v skledo. V kozarec dodajte olje, limonin sok, gorčico, sol in poper, zaprite in dobro pretresite. Dodajte parmezan in orehe ter prelijte s pripravljenim prelivom.



4. Pečene polpete postrezite skupaj s pripravljenimi omako in solato.



30
Min.

Pisana nabodala

Za 4 porcije

SESTAVINE:

- 400 g piščančjega fileja
- 2 žlici oljčnega olja
- 1 rdeča paprika (200 g)
- 1 bučka (300 g)
- 150 g šampinjonov
- 1/2 vrečke Kotányi Quick&Easy začimbné mešanice ŽAR
- 2 žlici olja

Solata:

- 1 solatna kumara
- 1 rdeča čebula
- 100 g feta sira
- 250 g češnjevih paradižnikov
- 100 g feta sira
- 1/4 žličke Kotányi morske soli
- ščepec Kotányi črnega popra
- 1 žlica oljčnega olja
- 1 žlica balzamične kreme



PRIPRAVA:



1. Piščančji file narežite na kocke v velikosti 1,5 × 1,5 cm. Papriko in bučko operite, očistite in narežite na enako velike kose. Šampinjone očistite s papirnato brisačo in jih prerežite na polovice. Meso in zelenjavo preložite v skledo, dodajte mešanico Kotányi Quick & Easy in olje, dobro premešajte ter nabodite na palčke.



2. Segrejte ponev na srednje močnem ognju. Pripravljena nabodala položite na ponev in jih pecite 12 do 15 minut, občasno jih obračajte.



3. Medtem pravite solato. Operite kumaro in češnjeve paradižnike. Kumaro narežite na rezine, paradižnike na polovice. Rdečo čebulo olupite, prepolovite in narežite na polmesece, feta sir narežite na kocke.



4. Pečene ražnjiče odstavite z ognja in postrezite skupaj s pripravljeno solato.



Kruhki s kajmakom

Za 6 porcij

SESTAVINE:

- 500 g mešanega mletega mesa
- 100 ml mineralne vode
- 1/4 vrečke Kotányi Quick & Easy začimbne mešanice ČEVAPČIČI
- 1 ciabatta ali 3-4 lepinje
- 100 g kajmaka

Vložena čebula:

- 2 rdeči čebuli
- 100 ml jabolčnega kisa
- 100 ml vode
- 1 žlica sladkorja
- 1 žlička Kotányi morske soli



PRIPRAVA:



1. V večji skledi zmešajte mleto meso, mineralno vodo in Kotányi Quick & Easy začimbno mešanico ČEVAPČIČI. Ciabatto ali lepinje narežite na rezine debeline približno 1 cm. Na vsako rezino nanesite žlico mesne mase in jo z nožem enakomerno razporedite v tankem sloju. Meso lahko razporedite do roba, saj se med peko skrči.



2. Segrejte večjo ponev na srednje močnem ognju. Polovico pripravljenih kruhkov položite na ponev tako, da je namazana stran obrnjena navzdol in pecite približno 5 minut. Nato jih obrnite in pecite še 2 do 3 minute, dokler kruh ne dobi lepe barve. Postopek ponovite s preostankom.



3. Medtem pripravite vloženo čebulo. V kozici segrejte kis, vodo, sol in sladkor do vretja. Čebulo olupite, prepolovite in narežite na tanke rezine. Preložite jo v kozarec, prelijte z vročo mešanico in pustite stati do serviranja.



4. Pečene kruhke preložite na pladenj in postrezite skupaj z vloženo čebulo in kajmakom.



30
Min.

Svinjski file iz pečice s kuskus salato



Za 4 porcije

SESTAVINE:

- 500 g svinjskega fileja
- 2 žlici oljčnega olja
- 1/4 vrečke Kotányi Quick&Easy začimbene mešanice SVINJINA

Kuskus solata:

- 250 g kuskusa
- 2 rdeči jabolki
- 50 g rozin
- 50 g lešnikov
- 30 ml oljčnega olja
- sok in lupinica 1/2 limone
- 1 žlička Kotányi kopera
- Kotányi morska sol in črni poper po okusu

PRIPRAVA:



1. Pečico segrejte na 200 stopinj. Svinjski file osušite s papirnato brisačo, ga premažite z oljčnim oljem in vtirite mešanico. Preložite ga v keramični pekač ali manjši pekač ter pecite v pečici 20 do 25 minut*.



2. Medtem ko se meso peče, zavrite vodo in pripravite kuskus po navodilih na embalaži. Pustite, da se ohladi.



3. Jabolka operite, očistite in narežite na kocke v velikosti približno 1 x 1 cm. Lešnike na suhi ponvi pražite na srednje močnem ognju približno 3 minute, nato jih grobo nasekljajte.



4. V skledi zmešajte olje, limonin sok in lupinico, koper, sol in poper. Ohlajen kuskus preložite v večjo skledo, dodajte jabolka, rozine in lešnike, prelijte s pripravljenim prelivom ter dobro premešajte.



5. Ko je svinjski file pečen, ga vzemite iz pečice in pustite počivati 2 minuti. Nato ga narežite na rezine debeline približno 1 cm in postrezite s kuskus solato.

* Čas peke je odvisen od oblike in velikosti mesa.

Piščanec s porom in gobami

Za 4 porcije

SESTAVINE:

- 600 g piščančjih stegen
- 1/4 vrečke Kotányi Quick & Easy začimbnice PIŠČANEC
- 2 žlici oljčnega olja
- 1 por
- 250 g šampinjonov
- 30 g masla
- 1/4 žličke Kotányi pisanega popra
- 100 ml suhega belega vina
- 250 ml zelenjavne jušne osnove
- 200 ml smetane za kuhanje
- 400 g testenin po izbiri (špageti, tagliatelle, fettuccine, lingue)

PRIPRAVA:



1. V večjem loncu zavrite osoljeno vodo. Piščančja stegna začinite z mešanico Kotányi Quick & Easy PIŠČANEC. Na srednje močnem ognju segrejte večjo ponev, dodajte oljčno olje in meso. Pecite približno 4 minute na vsaki strani, občasno obrnite.

2. Medtem por narežite na tanke kolobarje, ga operite in odcedite. Gobe nežno očistite s papirnato brisačo in narežite na rezine.



3. Pečeno meso vzemite iz ponve, ga preložite na krožnik in pokrijte z aluminijasto folijo. V isto ponev dodajte maslo, por in gobe ter pražite približno 5 minut, občasno premešajte.

4. Dodajte vino, začinite s poprom in dušite še 2 minuti. Nato prilijte jušno osnovo, vrnite piščanca skupaj z izločenimi sokovi v ponev in kuhajte približno 8 minut, medtem meso občasno obračajte.



5. V vrelo vodo dodajte testenine in jih skuhajte po navodilih na embalaži. Kuhane testenine odcedite in jih preložite v servirno posodo.

6. V ponev s piščancem vlijte smetano za kuhanje in kuhajte še približno 3 minute. Postrezite s testeninami in solato po želji.



30
Min.

QUICK & EASY

Hitro & enostavno



- ✓ Z MORSKO SOLJO
- ✓ BEZ DODANIH OJAČEVALCEV OKUSA
- ✓ NARAVNO DOBRO