



menu w szklance

tekst: Jola Stoma i Mirek Trymbulak



Jola Stoma
i Mirek
Trymbulak
projektanci
mody, auto-
rzy książek
kucharskich
oraz progra-
mu „Atelier
Smaku” dla
KuchniaTV

W kuchni wszystko już było, w końcu jak często pojawiają się nowe produkty? Sposobem na ucieczkę od monotonii może być nawet podanie znanego dania w niecodzienny sposób. Czemu nie w szklance?

Niektóre z bardzo popularnych dziś produktów jadamy od tysięcy lat. Skąd ta wiedza? Między innymi ze starożytnych fresków pokazujących uprawę roślin i misy z jedzeniem pozostawionym zmarłym, na dalszą drogę. Co sprawia, że możemy mówić o nowościach kulinarnych? Może to tylko sposób przyrządzania, drobna różnica w przyprawianiu dania, dostosowanie do miejscowych tradycji i warunków klimatycznych? Często taka drobna różnica całkowicie zmienia nasze nastawienie do posiłku, ponieważ w dużej mierzejemy oczyma.

Dzisiaj pochylił się nad menu na cały dzień w bardzo modnej ostatnio formie. Verrines, czyli jedzenie serwowane w szklankach. Cała zabawa polega na tym, by porcja, którą możemy podać w misce lub na talerzu, została pięknie zakomponowana w oprawie ze szkła, prezentując się nam z nowej perspektywy.

Od deserów, poprzez dania główne, sushi, zapiekanki po sałatki.

Verrines to nie tylko szklanki i kieliszki, ale również coś, co można zabrać ze sobą w podróż. To także doskonały sposób, by każdy członek rodziny mógł zabrać posiłek do pracy czy szkoły. Oto nasze propozycje na taką zabawę na cały dzień. Zachęcamy do tworzenia własnych kompozycji i zabawy w kolorowe, smakowite warstwy, które w dodatku będą kusząco wyglądać.

Nasze porcje są przeznaczone do dużych szklanek.



Grillowane warzywa na ryżu z soczewicą na obiad

15 dag ryżu
5 dag zielonej soczewicy
10 plasterków cukinii
1/2 czerwonej papryki
1 łyżka oleju
1 łyżka sosu sojowego
natka pietruszki do dekoracji

Marynata do grillowanych warzyw:

1 łyżka oleju
1/2 łyżeczki mielonego kminku
1/4 łyżeczki chrząstki
przyprawy
5 smaków

sos:
garść orzeszków nerkowca
1/2 limonki ze skórką
4 łyżki oliwy
1 łyżka musztardy
1/2 łyżeczki soli

W garnku rozgrzewamy 1 łyżkę oleju i prażymy suchy ryż, ciągle mieszając przez kilka minut. Wlewamy zagotowaną wodę, wysypujemy soczewicę i gotujemy na małym ogniu, aż ryż wchłonie wodę (około 25 min). Plasterki cukinii i kawałki papryki smarujemy marynatą i pieczemy na grillu lub w piekarniku nastawionym na 180 st. C przez około 10 min. Składniki sosu dokładnie miksujemy. Jeżeli jest zbyt gęsty, możemy dodać 1 łyżkę oleju lub wody. Ryż przed wyłożeniem do szklanego naczynia mieszamy z sosem sojowym. Następnie układamy warstwami ryż i cukinię, smarujemy sosem i układamy następną warstwę ryżu. Na wierzch kładziemy paprykę, dekorujemy resztą sosu i natką pietruszki.

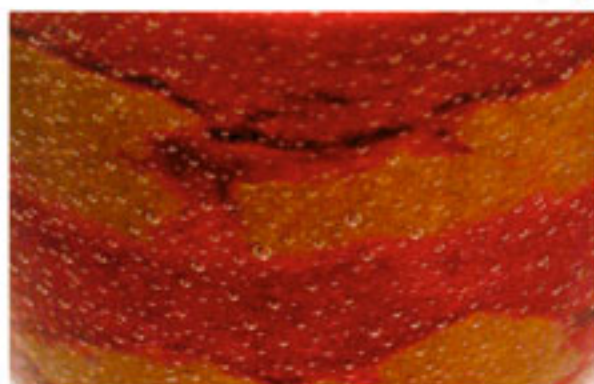


Salata na dobranoc
2 porcje

1 szklanka pokrojonej sałaty lodowej
1/2 ogórka wężowego
10 pomidorków koktajlowych
4 łyżki ugotowanej soczewicy

Sos do sałatki:
6 oliwek nadziewanych migdałami
5 łyżek oliwy
1/4 cytryny ze skórką
szczypta soli

Miksujemy składniki sosu i wlewamy go na dno szklanek. Następnie układamy sałatę, ogórek, posypujemy ciecierzycą i pomidorkami. Przed zjedzeniem mieszamy składniki sałatki z sosem.



Czekolada z wiśnią na dzień dobry
2 porcje

Mus czekoladowy:
5 łyżek mielonego siemienia lnianego
3 łyżki ciemnego cukru muscovado
2 łyżeczki gorzkiego kakao
2 łyżeczki karobu
szczypta łyżeczki zmielonego zielonego kardamonu
200 ml przegotowanej letniej wody

Mus wiśniowy:
25 dag (okt. 1 szklanki) dylowanych wiśni (mogą być mrożone)
1 łyżka inuliny albo 2 łyżeczki zmielonego siemienia lnianego
1 mandarynka do dekoracji



Zalewamy siemię wodą, mieszamy, dodajemy resztę składników czekoladowego musu i miksujemy. W drugim naczyniu

miksujemy wiśnie z inuliną. Wlewamy na przemian do szklanek oba musy i dekorujemy kawałkami mandarynki.