

## Co udělat s velikonoční výslužkou?

---



Každá hospodyňka se chce předvést tím nejchutnějším beránkem, mazancem, jidáši a slavnostním obědem. A my zase povolujeme knoflíky. A jak už to na Velikonoce bývá, *hody, hody* – a doma máte plnou mísu vařených vajec.

Vajíčkových pomazánek už jste se přejedli, ale vyhazovat kupu vajec se vám také zrovna nechce?

**Jak s nimi tedy naložit a do kdy je uschovávat, abyste si místo chutné vaječné hostiny nepřivodili leda tak střevní potíže?**

### Vajíčkům teplo nesvědčí!

**První a zásadní krok zní: nenechávat vejce ležet v pokojové teplotě.** Ačkoliv jste se se zdobením nadřeli a stůl vám dekorují nádherné kousky, jakmile je necháte v teple, za pár dní je raději vyhodte.

**Vložte vajíčka do lednice a nechte je v chladu.** Tak vám totiž **vydrží čerstvá více než týden.** Pokud byste je přece jen zapomněli přes noc na stole, zpracujte je raději do dalšího tepelně upraveného jídla, například je přidejte do zapečených brambor či do omáčky. Díky tomu se zbaví případných mikroorganismů, které mohly vejce přes propustnou skořápku napadnout, a vy je tak můžete zkonzumovat bez strachu z nejrůznějších zažívacích potíží.

### Jak oloupat vajíčka?

Dostáváme se nyní k samotnému použití vařených vajec. První krok je všem dobře známý a u málokoho oblíbený. Vždyť **koho by neunavovalo věčné loupání skořápky?** Pokud patříte mezi ty, kteří si tuto práci

rádi co nejvíce usnadní, vyzkoušejte následující metodu. K ruce si vezměte šejkr nebo zavírací zavařovací sklenici. Naplňte asi do jedné třetiny vodou a dovnitř vložte vejce. Zavřete a chvíli prudce třeste. Škořápka se rozbije a pokud je vejce dobře uvařené, voda pod ni pronikne a díky třesení ji jednoduše spláchnete pryč. Výsledkem je čistě a bleskově rychle oloupané vajíčko připravené k dalšímu zpracování nebo rovnou ke konzumaci. Vyzkoušejte některý z našich originálních vaječných receptů a přesvědčte se, že nejen pomazánky mohou potěšit vaše chuťové buňky.

## Naše tipy na vaječné pokrmy:

### Asijská smažená vejce



Tento recept pochází z Nepálu a hodí se především jako předkrm nebo například příloha k nudlím. Je velmi rychlý, snadný a dostane nejen každého milovníka asijské kuchyně. Na 5 ks budeme potřebovat:

*5 vařených vajec, ½ lžičky chilli, ¼ lžičky kurkumy, 2 stroužky česneku, špetku soli, 2 lžíce oleje*

Na pánvi rozpálíme olej. Přidáme nejemno nasekaný česnek a ihned vložíme vařená vejce. Česnek by nám jinak mohl po chvíli zhořknout. Vejce několik minut ze všech stran orestujeme, dokud na povrchu nezačnou zlátnout. Přisypeme koření a sůl a ještě několik minut smažíme. Ihned podáváme například s chilli omáčkou.

### Skotské vejce s mletým masem



Jak už název napovídá, jedná se o typický skotský pokrm, který je ovšem oblíbený i ve Velké Británii a velmi často jej najdete i ve vybraných českých restauracích. A rozhodně stojí za vyzkoušení! Na 4 ks budeme potřebovat:

*4 vařená vejce, 400 g mletého masa (doporučujeme 200 g hovězího a 200 g vepřového), ½ lžičky chilli, ½ lžičky tymiánu, ¼ lžičky sušeného česneku, 2 lžičky soli, ½ lžičky pepře, hladkou mouku, vejce a strouhanku na obalování, olej na smažení*

Vejce oloupeme a prozatím dáme stranou. V míse smícháme mleté maso společně se vším kořením. Rozdělíme na čtyři části a z každé vytvarujeme placku dostatečně velkou na to, abychom do ní mohli zabalit vejce. Opatrně jej do masa zabalíme tak, aby byla na všech stranách stejně silná vrstva masa a to se poté rovnoměrně propeklo. Nyní přijde na řadu klasický trojobal. Obalená vejce nejprve vložíme do mouky, poté do vajíčka a nakonec důkladně zakryjeme strouhankou. Takto připravené je vkládáme do rozpáleného oleje a smažíme do zlatova. Podáváme s brambory nebo bramborovou kaší a zeleninovou oblohou.

## **Cizrnový salát s vejci**



Následující recept je přímo naspán vitamíny a proteiny a můžete jej konzumovat jako zdravou přílohu například ke steaku či jen tak s kouskem tmavého pečiva jako výživnou večeři. Na dvě porce budeme potřebovat:

*200 g sterilované cizrny, 2 vařená vejce, 1 velké rajče, 1 menší červenou cibuli, hrst bazalky, 1 stroužek česneku, 1 lžíci olivového oleje, 1 lžíci vinného octa, ½ lžičky soli, špetku pepře*

Cizrnu slijeme a opláchneme pod tekoucí vodou. Vhodíme do větší misky. Přidáme na kousky pokrájená vejce, rajče a cibuli. Bazalku nasekáme nadrobno a rovněž přidáme. Do mísy také prolisujeme česnek a nakonec vše zakápneme olivovým olejem, vinným octem, dochutíme solí a pepřem. Důkladně promícháme a před podáváním můžeme nechat chvíli rozležet v lednici.