

KĀUPAVĀ%o BRAMBORĀ•KY

StĀ™eda, 06 prosinec 2017

Klasické smaĀ¾ené bramboráky jsou jídlo, které rozhodně patĀ™í do kategorie "Jednou za Ā•as". Já obecně moc nesmaĀ¾ám digestoĀ™, barák je vĀ¾dycky zamoĀ™ený. Tentokrát jsem je po dlouhé době vyzkoušela pĀ™ipravit jim pomocí instantní polenty, která do sebe vsákne pĀ™ebytečnou tekutinu a zajistí kĀ™upavost. To nejdůležitější; na pĀ™ipravě bramboráků je pak dbát na bezpečné smaĀ¾ení.

Základem je výběr správného tuku na smaĀ¾ení, který má vysoký kouĀ™ový bod - nepřepaluje se. Jakmile se z páne neodstředí, dochází ke vzniku nebezpečných látek pro lidské zdraví.

Budete potĀ™ebovat

Množství podle toho, pro kolik lidí budete bramboráky pĀ™ipravovat. Já jsem dělala z kila a půl brambor, na toto množství jsem dala 3 vejce. Celkem z toho byly 3 pánve bramboráků, poctem asi 16. Na hrubo nastrouhané brambory 3 vejce (na kilo a půl brambor jsem dala 3) Na jemno nakrájenou cibuli instantní polentu Tuk na smaĀ¾ení (kokosový olej, sádlo, Ā™epkový olej) Na dochucení - sůl, klasické koĀ™ení na bramboráky, Ā•esnek nebo koĀ™ení na zeleninu a sušený medvědí Ā•esnek, trochu kurkumy.

Postup

Brambory nastrouhejte na hrubo a smíchejte s vejci a koĀ™ením. Brambory postupně začnou pouštět vodu, celou směs zahustěte podle potřeby instantní polentou. Teď dělám to, že směs na bramboráky na pár místech projedu tyčovým mixérem. Vnikne trocha "kašičky", která na hrubo nastrouhané brambory spojí. SmaĀ¾te na vhodném oleji z obou stran do zlatova a odložte na papírové utěrky.

TIP

Pokud smaĀ¾it nechcete nebo nemáte, pĀ™ipravte si BRAMBORÁK V TROUBĀŠ. Musíte ale počítat s tím, že v jiný ... Bramboráky jsem podávala s koproým dipem. Buďte staří jednoduše smíchat trochu zakysané smetany s koprem (čerstvým nebo sušeným) a trochou citronové šťávy, nebo máte stejné způsobem použít syrový cottage ochucený trochou kvalitní majonézy nebo sojanézy. Zkrátka, co si máte dovolit ;-). Na talíři by pak dále neměly chybět čerstvá zelenina nebo čerstvé klíčky, pĀ™ípadně květená zelenina. Bramboráky nakonec vždy velmi podotají papírovými utěrkami, třeba i dvakrát. Nejsou pak mastné, zato báječně kĀ™upavé ... KAMILA