



DÝŇOVÝ KOMPOT

Dýni nakrájíme na kostky. Dáme na 24 hodin do roztoku (1 l octa a 3 l vody), musí být ponořené. Pak se scedí a vaří se v čisté vodě do zesklotvení. Pak se scedí, ochladí a do sklenic se dá lžička ananasové příchutě a plní se dýní. Zalije se nálevem (1 l vody a 1,75 kg cukru – svařit). Zavaříme na 85 °C asi 20 minut.

DÝŇOVÁ OMÁČKA NA TĚSTOVINY

1 červená cibule
3 stroužky česneku
1 dýně
1 dcl bílého vína
2 dcl zeleninového vývaru
sůl, pepř, smetana



Cibuli a česnek nakrájíme, zpěníme na oleji, přidáme dýni pokrájenou na kostky a chvíli restujeme. Přilijeme víno, vývar a dusíme do změknutí. Dochutíme solí a pepřem. Až je dýně měkká částečně rozmačkáme a přilijeme smetanu, provaříme. Hotovou směs smícháme se špagetami.

DÝŇOVÉ CUPCAKES

180 ml dýňového pyré
195 g mouky (namíchaná hladká s polohrubou)
1 lžička prášku do pečiva
1/2 lžičky jedlé sody
1 lžička mleté skořice
1/4 lžičky mletého zázvoru
1/4 lžičky mletého hřebíčku
1/4 lžičky soli
113 g změkklého másla
150 g cukru krupice
2 velká vejce
1 lžička vanilkového extraktu (nebo vanilka z lusku)

Dýňového pyré (hokaido, neloupat, jen omýt, rozkrojit, zbavit semínek a nakrájet na kostky 2x2cm. Péct v troubě na plechu s pečícím papírem na 190 °C, až je zcela měkká, zchladlou rozmixovat na pyré).

Do mísy prosejeme mouku, prášek do pečiva, sodu a koření. Máslo s cukrem vyšleháme do pěny, po jednom zapracujeme vejce, vanilkový extrakt a střídavě přidáváme moučnou směs a dýňové pyré a umícháme hladké těsto. Rozdělíme ho do připravených formiček a pečeme asi 20 minut na 180°C.



RECEPTY Z DÝNĚ

RECEPTY:

- KŘUPAVÉ PLACIČKY
- DÝŇOVÁ POMAZÁNKA
- DÝŇOVÉ MÜSLI TYČINKY
- DÝŇOVÉ MUFFINY NA SLANO
- DÝŇOVÁ POLÉVKA
- DÝŇOVÝ PÁJ
- DÝŇOVÝ KOMPOT
- DÝŇOVÁ OMÁČKA NA TĚSTOVINY
- DÝŇOVÉ CUPCAKES

KOMUNITNÍ ŠKOLA PŘEDÍN

KŘUPAVÉ PLACIČKY

400 ml nahrubo nastrouhané dýně
50 ml mléka
1 lžice hladké mouky nebo strouhanky
1 vejce
1 lžice solamylu
1 lžice nasekaných bylinek
sůl, pepř
nastrouhaný tvrdý sýr
olej na smažení



Vše řádně promícháme, osolíme, opeříme a tvoříme menší placičky, které smažíme na oleji.

DÝŇOVÁ POMAZÁNKA

1 malá cibule
1 lžice másla
200 g dýně
120 g másla
½ lžičky soli
½ lžičky oregana
1 lžička tymiánu
1 špetka papriky
80 g rajčatového protlaku



Na másle poduste na drobné nakrájenou cibuli. Dýni nakrájejte nahrubo a rozmixujte. Přidejte do hrnce s ostatními přísadami a povařte 10 minut. Kdo má rád jemnější pomazánku, může na závěr rozmixovat tyčovým mixérem na pyré.

DÝŇOVÉ MÜSLI TYČINKY

1 šálek dýňového pyré
1 šálek ovesných vloček
0,1 šálku medu
1 kávová lžička mleté skořice
špetka muškátového oříšku
100 g plátkových mandlí
0,2 šálku sušených meruněk
0,1 šálku tmavé čokolády



Všechny suroviny smícháme dohromady. Směs by měla být hustá, ale stále roztyratelná. Jakmile máte požadovanou hustotu, směs naneste na pečicí papír ve vrstvě cca 1cm a pečeme po dobu 35 minut na 180 °C. Necháme vychladnout a ostrým nožem nakrájíme.

DÝŇOVÉ MUFFINY NA SLANO

200 g dýně
170 g hladké mouky
100 g strouhaného sýru
100 g slaniny
150 ml bílého jogurtu
1 vejce, sušený česnek
3 lžice oleje
½ lžičky červené papriky
sůl, prášek do pečiva



Dýni nastrouháme nahrubo. Slaninu nakrájíme na kostičky a osmažíme na pánvi. V míse smícháme mouku se sýrem a paprikou. Přidáme sůl a 1/2 prášku do pečiva, vejce, olej, jogurt a vytvoříme těsto.

Nakonec do mísy přisypeme nastrouhanou dýni, slaninu a vše smícháme. Z jedné dávky upečeme 12 muffinů. Pečeme 30 minut na 170 °C.

DÝŇOVÁ POLÉVKA

1 kg dýně hokaido
2 cibule
mrkev
zeleninový vývar
olivový olej, sůl, pepř, zázvor
chilli, cukr



Zpěníme cibuli, ostatní suroviny orestujeme, přilijeme vývar a dusíme, pak rozmixujeme.

DÝŇOVÝ PÁJ

250 g hladké mouky
1 vejce
125 g másla
125 g cukru

Krém:

450 g dýně
200 g šlehačky
6 lžic medu
½ tvarohu
1 lžička skořice
3 vejce



Připravíme těsto, dáme do formy. Dýni uvaříme s trochou vody. Smetanu, tvaroh, skořici, vejce a med rozmixujeme. Pečeme 30 minut na 170 °C.