

KUCHNIA AZJATYCKA

ODKRYJ SMAKI ORIENTU





MODA NA AZJATYCKĄ KUCHNIĘ

Kuchnia azjatycka to jeden z najsilniejszych kulinarnych trendów. Źródłem jej popularności są nasze coraz częstsze i coraz bardziej egzotyczne wakacyjne wyprawy, chęć uniknięcia nudy w kuchni i większa otwartość na nowe smaki. Wiele osób sięga po orientalne potrawy, traktując to również jako integralną część poznawania obcej kultury i zdobywania wiedzy o świecie. A im więcej doświadczeń i im dalsze podróże, tym wyższe oczekiwania. Azjatyckie dania świetnie współgrają też z popularnym ostatnio stylem “fit”. Chcemy, by jedzenie było zdrowe i niskokaloryczne, a dania kuchni chińskiej, koreańskiej, japońskiej, wietnamskiej czy tajskiej takie właśnie są. Swoje właściwości zawdzięczają wykorzystywanym składnikom i przyprawom oraz metodom przygotowania potraw – często używa się np. woka czy urządzeń do gotowania na parze.

Nic nie wskazuje na to, by kuchnia azjatycka miała być chwilową modą. Warto więc włączyć do menu - jeśli nie całe oryginalne dania, to przynajmniej ich elementy. W broszurze przygotowanej przez naszych szefów kuchni znajdziesz mnóstwo inspiracji. Są tu przepisy kuchni tajskiej, ale też europejskie dania wzbogacone o wschodnie elementy. **W przygotowaniu potraw z pewnością przydadzą się cztery nowe produkty Unilever Food Solutions przeznaczone dla wszystkich, którzy kochają smaki Tajlandii (szczegóły na stronie 4-5).**

Zapraszamy do lektury.

SPIS TREŚCI

WSTĘP, SPIS TREŚCI	3	Sznyceł wieprzowy z ziemniakami purée i duszoną kapustą z curry	30
KOLEKCJA AZJATYCKA KNORR - NOWE PRODUKTY Z KUCHNI TAJSKIEJ	4	Wolno pieczona wieprzowina w stylu koreańskim	32
PODSTAWY KUCHNI AZJATYCKIEJ	6	Zielone curry z wieprzowiną, ananasem i groszkiem cukrowym	34
PODSTAWOWE SKŁADNIKI DAŃ KUCHNI AZJATYCKIEJ	7	Pulpeciki mięsne w czerwonym sosie curry z bakłażanem	36
5 PODSTAWOWYCH ZASAD KUCHNI AZJATYCKIEJ	7	Boeuf Strogonow w orientalnej odsłonie z zielonym ogórkiem	38
Orientalny bulion z makaronem gryczanym i warzywami	8	Jagnięcina duszona z warzywami pakora	40
Pad Thai – orientalny makaron z krewetkami	10	Satay z polędwiczki wieprzowej z kremowym sosem orzechowym	42
Żółte curry z krewetkami i ananasem	12	Gua bao – bułka na parze z duszonymi polikami	44
Zielone curry z kurczakiem i bakłażanem	14	Kurki w kremowym sosie kokosowym	46
Czerwone curry z wołowiną	16	Ciecierzycza z pomidorami i żółtym curry	48
Krem drobiowy z żółtym curry i wodorostami	18	Chrupiące warzywa w tempurze	50
Pikantna zupa z owocami morza	20	Fasola w sosie pomidorowym z czerwonym curry	52
Glazurowana kaczka na smażonym makaronie z warzywami	22	Salatka z zielonej fasolki i grzybów shimeji	54
Królik w warzywnym ragout z mleczkiem kokosowym	24	Podstawowa chińska surówka z kapusty	56
Kurczak w chrupiącej panierce kokosowej z miętowym sosem	26	PROFESJONALNE PRODUKTY UŁATWIAJĄCE PRZYGOTOWANIE DAŃ KUCHNI AZJATYCKIEJ	58
Chow mein – smażony makaron z kurczakiem i krewetkami	28		

KOLEKCJA AZJATYCKA KNORR

- NOWE PRODUKTY Z KUCHNI TAJSKIEJ

ŻÓŁTA PASTA CURRY KNORR 0,85 KG

Autentyczna tajska receptura, przygotowana ze świeżych tajskich składników, takich jak trawa cytrynowa, galangal, kurkuma, czerwona papryka chili czy skórka z limonki kafir.

Swój kolor zawdzięcza kurkumie. Można dodawać ją do zup, sosów i marynat.

Dzięki formie miękkiej pasty z łatwością rozprowadza się w daniu.

IDEALNIE PASUJE DO:



20 g / 100 ml



42x

przy dozowaniu 20 g



MADE IN THAILAND

ZIELONA PASTA CURRY KNORR 0,85 KG

Autentyczna tajska receptura, ze świeżych tajskich składników, takich jak zielona papryka chili, imbir chiński, trawa cytrynowa, galangal, bazylija czy skórka z limonki kafir.

Dzięki formie miękkiej pasty z łatwością rozprowadza się w daniu.

IDEALNIE PASUJE DO:



20 g / 100 ml



42x

przy dozowaniu 20 g



MADE IN THAILAND

CZERWONA PASTA CURRY KNORR 0,85 KG

Autentyczna tajska receptura, przygotowana ze świeżych tajskich składników, takich jak trawa cytrynowa, czosnek, szalotka, galangal, czerwona papryka chili, skórka z limonki kafir, kolendra. Przygotowuje się ją z czerwonych papryczek chili.

Dzięki formie miękkiej pasty z łatwością rozprowadza się w daniu.

IDEALNIE PASUJE DO:



20 g / 100 ml



42x

przy dozowaniu 20 g



MADE IN THAILAND

MLECZKO KOKOSOWE W PROSZKU KNORR 1 KG

Przygotowane ze świeżego miąższu kokosa. Do przygotowania 1 kg mleczka kokosowego Knorr użyto średnio 20 świeżych kokosów, uprawianych w sposób zrównoważony.

Można je wykorzystywać nie tylko w słodkich daniach, ale także słonych czy ostrych. Nadaje się m.in. do zup, sosów, dań curry, potraw rybnych oraz ciast i deserów. Dzięki sypkiej formie, można łatwo uzyskać odpowiednią intensywność smaku.

MLEKO = 150 g + 850 ml

ŚMIETANA = 250 g + 750 ml



6,6 l mleczka kokosowego

z 1 kg opakowania

PODSTAWY KUCHNI AZJATYCKIEJ

WOK

Wok to kwintesencja kuchni azjatyckiej. Jest to dla szefa kuchni uniwersalne narzędzie, pozwalające mu smażyć, dusić, gotować na parze i smażyć na głębokim oleju. Istnieje wiele typów woków, ale w zasadzie najważniejsze są dwa ich rodzaje. Pierwszy to wok klasyczny, przeznaczony do specjalnej kuchenki gazowej lub indukcyjnej. Drugi to wok z płaskim dnem, przeznaczony do kuchenki tradycyjnej. Woki używane są przede wszystkim do smażenia w ruchu (stir-frying), co zachowuje soczystość głównych składników i pomaga w zachowaniu chrupkości warzyw.

PRZYGOTOWANIE W KUCHNI AZJATYCKIEJ

Do najważniejszych cech kuchni azjatyckiej należy szybkość gotowania. Dlatego stanowisko trzeba przygotować przed przystąpieniem do serwisu. Przygotowanie stanowiska pracy jest tak samo ważne, jak sam proces gotowania, a brak któregoś ze składników może bardzo utrudnić przyrządzanie potraw.

ZŁOTE ZASADY KUCHNI AZJATYCKIEJ:

- Prostota składników, bogactwo kolorów.
- Smaż szybko, w wysokiej temperaturze.

NARZĘDZIA TYPOWE DLA KUCHNI AZJATYCKIEJ

Podstawowe produkty używane w kuchni azjatyckiej są niedrogie i łatwo osiągalne. Używa się głównie składników takich jak wołowina, wieprzowina, drób, ryby, owoce morza oraz warzywa całoroczne i sezonowe. Dlatego dania te są tak atrakcyjne dla szefów kuchni i restauratorów. Pomocny w gotowaniu może być specjalistyczny sprzęt. Poniżej znajdziesz informacje o podstawowych narzędziach w kuchni azjatyckiej.

WOK

Tradycyjna, głęboka patelnia zrobiona ze stali węglowej. To niezastąpiona część kuchni chińskiej - używa się go do przygotowania zarówno zup, jak i gorących dań. Składniki smaży się w woku w bardzo wysokiej temperaturze przez kilka sekund, nieustannie mieszając.

CHOCHLA

Ma dwa główne zadania: używa się jej do odmierzania sosów, bulionów i przypraw oraz do sprawnego mieszania składników w woku.

TASAK

Jest to praktycznie jedyny nóż stosowany w kuchni azjatyckiej. Pozwala kucharzowi sprawnie i szybko kroić, a także rozdrabniać lub miażdżyć twardsze składniki (np. czosnek, trawę cytrynową, imbir). Z jego pomocą można też przenosić pokrojone składniki z deski do naczyń.

SZCZOTECZKA BAMBUSOWA DO CZYSZCZENIA WOKA

Umożliwia kucharzowi szybkie i bezpieczne oczyszczenie gorącego woka, nie uszkadzając jego powierzchni. Ponadto narzędzia bambusowe, w przeciwieństwie do wyrobów drewnianych, są o wiele bardziej trwałe, nie zmieniają barwy, nie wchłaniają zapachów i mają właściwości antybakteryjne.

PODSTAWOWE SKŁADNIKI DAŃ KUCHNI AZJATYCKIEJ

SOS

Sos nada daniu unikalny smak i aromat. W autentycznych daniach azjatyckich przypraw nie dodaje się oddzielnie – zazwyczaj zawarte są w sosie. Tradycyjne sosy gotowane od podstaw wymagają dużej ilości składników a ich przygotowanie jest czasochłonne. Warto więc sięgnąć po gotowe sosy dedykowane kuchni azjatyckiej.

OLEJ

Olej musi wytrzymać bardzo wysokie temperatury (min. 200°C), należy więc używać wyłącznie olejów stosownych do wysokich temperatur, takich jak olej słonecznikowy lub arachidowy.

SKROBIA

Charakterystyczne w kuchni azjatyckiej jest użycie skrobi do zagęszczania potraw lub marynowania mięsa. W przeciwieństwie do mąki, skrobia nie zbryla się i nie przypala. Możemy używać skrobi ziemniaczanej, kukurydzianej lub ryżowej.

BULION

Dzięki bulionowi potrawy uzyskują bogaty smak. Smażąc dania w woku, podlewamy je niewielką jego ilością, dlatego bulion musi być mocny i intensywny.

5 PODSTAWOWYCH ZASAD KUCHNI AZJATYCKIEJ

ZASADA 1

Odpowiednio wcześniej przygotuj i posiekaj wszystkie składniki. W kuchni azjatyckiej warzywa zazwyczaj kroi się w cienkie słupki o rozmiarze 5x2x1cm. Żółtą cebulę zwykle siekamy na drobne kawałki, a marchewkę i rzodkiew japońską kroimy w słupki.

ZASADA 2

Podczas gotowania mięsa i warzyw bardzo ważne jest, by robić wszystko w odpowiedniej kolejności i pilnować czasu – w tym tkwi sekret idealnego smaku.

ZASADA 3

Ponieważ do przygotowania dań w woku niezbędna jest bardzo wysoka temperatura, niesłuchanie ważne jest użycie sosu zawierającego wysokiej jakości cukier w dobrze wyważonych proporcjach. To zapobiega przypaleniu sosu i zepsuciu smaku potrawy.

ZASADA 4

Do obtaczania głównych składników potraw (kurczak, wołowina, wieprzowina, krewetki) i zagęszczania sosów, należy używać skrobi, najlepiej kukurydzianej lub ryżowej.

ZASADA 5

W przypadku dań typu „stir-fry” zwróć uwagę na ilość i jakość oleju. Wok wymaga do smażenia niewielkiej ilości oleju. Jeśli użyje się go za dużo, potrawy będą zbyt ciężkie i tłuste. Unikaj oleju nierafinowanego – ma bardzo intensywny smak i niski punkt dymienia.



WOK KLASYCZNY



KUCHENKA INDUKCYJNA
DO WOKA



SZCZOTECZKA
BAMBUSOWA



WOK Z PŁASKIM DNEM
DO KUCHENKI TRADYCYJNEJ



TASAK



CHOCHLA

Warto wiedzieć:

Dodając białka jaj oraz mielone mięso podczas gotowania, uzyskujemy klarowny i intensywny wywar. Ta metoda nawiązuje do tradycyjnego consommé. Jest to ciekawa alternatywa dla klasycznego rosółu.

ORIENTALNY BULION Z MAKARONEM GRYCZANYM I WARZYSWAMI

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

BULION:

2,000 l	Woda	0,500 kg	Wołowina mielona
0,040 kg	Rosół o smaku wołowym w paście Knorr	3 szt.	Białko jaja (ubite)
0,150 kg	Marchew (obrana)	0,250 kg	Lód (pokruszony)
0,080 kg	Seler (obrany)	do smaku	Anyż, imbir, kafir, sól
0,030 kg	Pietruszka korzeń (obrana)		

MAKARON:

0,200 kg	Makaron gryczany soba
----------	-----------------------

GARNISZ:

0,100 kg	Grzyby shiitake	0,100 kg	Pietruszka korzeń (wstążki)
0,150 kg	Szparagi zielone (wstążki)	0,100 kg	Biała rzodkiew (wstążki)
0,200 kg	Seler naciowy (wstążki)	do smaku	Esencja bulionu warzywnego Knorr Professional
0,150 kg	Marchew (wstążki)		

PODANIE:

0,030 kg	Cebula dymka
----------	--------------

WYKONANIE

BULION:

- W ciepłej wodzie wymieszaj rosół i zagotuj.
- Warzywa zetrzyj na tarce jarzynowej, wymieszaj z wołowiną, białkami jaj i lodem.
- Całość przełóż do wywaru, dodaj przyprawy i gotuj na małym ogniu ok. 1 godzinę.
- Przecedź przez gazę i dopraw do smaku.

MAKARON:

- Makaron gotuj w osolonej wrzącej wodzie przez 5-7 minut, odcedź i zahartuj zimną wodą.

GARNISZ:

- Grzyby pokrój w cienkie plasterki i razem z warzywami zblanszuj w wodzie przyprawionej Esencją bulionu warzywnego. Następnie zahartuj.

PODANIE:

- Do miseczki włóż makaron, warzywa i grzyby. Zalej gorącym orientalnym bulionem i udekoruj drobno pokrojoną dymką.

Rosół o smaku wołowym w paście Knorr 1 kg

Wyrazisty i aromatyczny wołowy smak, zbalansowany pod względem słoności. Forma miękkiej pasty zapewnia wygodne dozowanie. Ma wszechstronne zastosowanie: jako przyprawa do zup, gulaszy i sosów.



Warto wiedzieć:

Pad Thai to tradycyjne tajskie danie o słodko-pikantnym smaku, przyrządzane z makaronu smażonego z jajkiem, podawane ze świeżymi kielkami i limonką.

PAD THAI - ORIENTALNY MAKARON Z KREWETKAMI

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

0,150 l	Olej	0,700 kg	Makaron ryżowy
0,050 kg	Czosnek (plasterki)	0,150 kg	Orzeszki ziemne solone
4 szt.	Jaja	0,160 kg	Kielki fasoli
0,800 kg	Krewetki 16/20 (oczyszczone)	do smaku	Kolendra
0,200 kg	Tofu	1 szt.	Limonka
0,060 l	Sos rybny	do smaku	Płatki chili
0,200 l	Pikantny sos z chili i soją - Sambal Manis Knorr		

PODANIE:

do dekoracji Szczypiorek i orzeszki

WYKONANIE

- Na patelni rozgrzej olej. Podsmaż czosnek, a po chwili dodaj roztrzepane jaja. Smaż na dużym ogniu tak, by jaja się ścięły.
- Krewetki pokrój na pół, dodaj do podsmażonych składników, dopraw sosem rybnym i sosem Sambal Manis.
- W międzyczasie przygotuj makaron zgodnie z zaleceniami producenta i połącz z pozostałymi składnikami.
- Orzeszki posiekaj i zrumień na suchej patelni.
- Podsmażony makaron wzbogać orzeszkami, kielkami fasoli i grubo pokrojoną kolendrą.
- Dopraw do smaku sokiem z limonki i płatkami ostrej papryki.

PODANIE:

- Potrawę przełóż na talerz, udekoruj szczypiorkiem i zrumienionymi orzeszkami.

Pikantny sos z chili i soją - Sambal Manis Knorr 1l

Niezastąpiony w daniach typu „stir-fry”. Wystarczy dodać go do przesmażonych na woku warzyw i mięsa. Nadaje potrawom orientalny, słodko-pikantny smak z nutą warzyw.



Warto wiedzieć:

Krewetki doskonale komponują się ze słodkim smakiem, w tej recepturze pochodzącym z ananasa. Podobny efekt można uzyskać, wykorzystując mango lub łatwiej dostępne zielone jabłko.

**Żółta pasta curry Knorr 0,85 kg**

Umiarkowanie ostra. Swój kolor zawdzięcza kurkumie. Idealnie pasuje do dań z drobiu, krewetek i warzyw. Można dodawać ją do zup, sosów i marynat.



ŻÓŁTE CURRY Z KREWETKAMI I ANANASEM

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

1,000 kg	Krewetki (obrane)	0,200 kg	Żółta pasta curry Knorr
0,300 kg	Ananas (pokrojony)	0,030 l	Esencja bulionu rybnego Knorr Professional
0,500 kg	Groszek cukrowy	8 szt.	Liście kafiru
0,225 kg	Mleczko kokosowe w proszku Knorr	0,035 kg	Brązowy cukier
1,300 l	Woda	do smaku	Sól, sok z cytryny
0,060 l	Olej		

WYKONANIE

- Żółtą pastę curry podsmaż na rozgrzanym oleju, zalej wodą, dodaj mleczko kokosowe, liście kafiru i chwilę gotuj na wolnym ogniu.
- Dodaj krewetki, groszek w strączkach i kawałki ananasa.
- Gdy krewetki będą ugotowane, dopraw Esencją bulionu rybnego, cukrem, solą i sokiem z cytryny.

Warto wiedzieć:

Zielona pasta curry to najostrejszy wariant tej przyprawy. Dzięki przesmażeniu pasty na oleju, wydobędziesz z niej najwięcej smaku i aromatu.

**Zielona pasta curry Knorr 0,85 kg**

Bardzo ostra. Powstaje na bazie zielonych papryczek chili, które są ostrzejsze od czerwonych. Najczęściej dodaje się ją do dań drobiowych i warzywnych.



ZIELONE CURRY Z KURCZAKIEM I BAKŁAŻANEM

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

0,060 l	Olej	0,045 l	Sos rybny
0,150 kg	Zielona pasta curry Knorr	1 szt.	Limonka (sok)
1,300 l	Woda	8 szt.	Liście kafiru
0,225 kg	Mleczko kokosowe w proszku Knorr	1,400 kg	Filet z kurczaka (kostka)
0,060 kg	Cukier	0,800 kg	Bakłażan (kostka)

WYKONANIE

- Na oleju zasmaż pastę curry, zalej wodą, zagotuj i wsyp mleczko kokosowe.
- Sos dopraw cukrem, sosem rybnym i sokiem z limonki. Dodaj liście kafiru, filet z kurczaka oraz bakłażana.
- Gotuj do miękkości, aż osiągniesz pożądaną konsystencję.

Warto wiedzieć:

Do tego dania nie musisz używać najdroższych części wołowiny. Doskonale sprawdzi się np. wołowina zrazowa, wcześniej pokrojona i lekko obgotowana.

**Czerwona pasta curry Knorr 0,85 kg**

Średnio ostra. Przygotowuje się ją z czerwonych papryczek chili. Jest świetnym dodatkiem do ryb oraz potraw z czerwonego mięsa.



CZERWONE CURRY Z WOŁOWINĄ

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

0,060 l	Olej	0,030 l	Sos rybny
0,200 kg	Czerwona pasta curry Knorr	1,200 kg	Wołowina
1,300 l	Woda	0,200 kg	Groszek cukrowy
0,225 kg	Mleczko kokosowe w proszku Knorr	0,400 kg	Pomidory koktajlowe
0,060 kg	Cukier	0,060 l	Sok z limonki

PODANIE:

1,000 kg Ryż jaśminowy

WYKONANIE

- Na rozgrzanym oleju delikatnie zasmaż czerwoną pastę curry, wlej ciepłą wodę i dodaj mleczko kokosowe. Całość wymieszaj, zagotuj, dopraw cukrem i sosem rybnym.
- Następnie dodaj wołowinę pokrojoną w płatki i duś do miękkości.
- Pod koniec duszenia dodaj groszek, połówki pomidorów i sok z limonki.

PODANIE:

- Wołowinę podawaj z ryżem jaśminowym.

Warto wiedzieć:

Użycie curry idealnie podkreśli charakterystyczny dla kremu drobiowego żółty kolor, dodatkowo nadając mu orientalną, lekko pikantną nutę.

**Rosół z kury Knorr 0,9 kg/12,5 kg**

Doskonały smak i aromat drobiowy uzupełniony nutą cebuli, marchwi, natki pietruszki i nasion selera. Zbalansowany pod względem słoności, co pozwala doprawić potrawę bez ryzyka przesolenia.



KREM DROBIOWY Z ŻÓŁTYM CURRY I WODOROSTAMI

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

KREM DROBIOWY:

0,700 kg	Kurczak cały	0,060 kg	Żółta pasta curry Knorr
3,000 l	Woda	0,100 l	Rama Cremefine Profi 15%
0,140 kg	Marchew	1 szt.	Limonka
0,130 kg	Seler	do smaku	Sól, cukier
0,070 kg	Pietruszka	0,040 kg	Mąka
0,040 kg	Por	0,040 kg	Masło
0,030 kg	Rosół z kury Knorr		

PODANIE:

0,050 kg	Wodorosty wakame (suszone lub świeże)	0,300 kg	Mięso z kurczaka z wywaru
----------	---------------------------------------	----------	---------------------------

WYKONANIE

KREM DROBIOWY:

- Kurczaka zalej zimną wodą i gotuj razem z warzywami na wolnym ogniu około 1,5 godziny. W trakcie gotowania dopraw do smaku rosół z kury i pastą curry.
- Wyjmij mięso i pozostaw do wystudzenia.
- Pozostałe warzywa zmiksuj. Dodaj Ramę 15%, sok z limonki i przyprawy.
- Zupę przecedź przez drobne sito, zagęść zasmażką z mąki i masła do uzyskania konsystencji kremu.

PODANIE:

- Wystudzone mięso obierz, rozdzielając włókna, i wrzuć je do rozgrzanego głębokiego tłuszczu.
- Krem drobiowy z żółtym curry podawaj z wodorostami i chrupiącym kurczakiem.

Warto wiedzieć:

Jest to ciekawa fuzja kuchni orientalnej z francuską. Danie nawiązuje do Bouillabaisse - pochodzącej z Marsylii zupy rybnej, podawanej z pastą szafranową i pieczywem.

PIKANTNA ZUPA Z OWOCAMI MORZA

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

ZUPA:

2,100 l	Woda	0,240 kg	Groszek cukrowy
0,080 l	Esencja bulionu rybnego Knorr Professional	0,450 kg	Dorsz
0,060 kg	Czerwona pasta curry Knorr	0,600 kg	Mule
0,200 kg	Seler naciowy (kostka)	0,400 kg	Tomato Pronto Knorr
0,240 kg	Marchew (paski)	0,500 kg	Krewetki
		do konsystencji	Zasmażka jasna Knorr

PASTA SZAFRANOWA:

0,600 kg	Ziemniaki (obrane)	0,400 l	Olej
6 ząbków	Czosnek	5 szt.	Żółtka jaj
0,040 kg	Pasta szafranowa Knorr	do smaku	Sól
0,020 kg	Szczypiorek		

WYKONANIE

ZUPA:

- Zagotuj wodę z Esencją bulionu rybnego i połącz z pastą curry.
- Dodaj pokrojone warzywa, rybę i ponownie zagotuj. Na końcu dodaj mule, Tomato Pronto i krewetki, ostrożnie mieszając.
- Dodaj zasmażkę według uznania.

PASTA SZAFRANOWA:

- Ugotuj ziemniaki z czosnkiem i pastą szafranową. Gorące ziemniaki, czosnek i posiekany szczypiorek zmiksuj na gładkie purée.
- Do jeszcze gorących ziemniaków dodaj żółtka i, miksując, wlewaj delikatnie olej, tworząc gładką emulsję, przypominającą konsystencją majonez.
- Gotową pastę dopraw do smaku i wstaw do lodówki.

PODANIE:

- Zupę podawaj z pastą szafranową oraz chrupiącym pieczywem.

Esencja bulionu rybnego Knorr Professional 1 l

Niezastąpiona w przyprawianiu potraw, pomaga wydobyć pełny smak i aromat ryb. Płynny format ułatwia dozowanie, natychmiast rozprowadza się w potrawie i doskonale łączy z innymi składnikami. Bardzo szerokie zastosowanie w gorących i zimnych daniach: zupach, risotto, farszach, marynatkach, dipach.



Warto wiedzieć:

Użyta technika wolnego gotowania w tłuszczu powoduje, że mięso zachowuje wyjątkową soczystość, a glazura nadaje mu apetyczny połysk. Zamiast kaczki można użyć innego mięsa z kością, np. kurczaka, królika lub golonkę wieprzową.



Słodki sos sojowy - Ketjap Manis Knorr 1 l

Płynny sos z kolekcji azjatyckiej Knorr. Słodszy i odrobinę gęstszy od klasycznego sosu sojowego. Nadaje daniom ciemnozłoty kolor i głęboki smak. Świetnie sprawdza się jako baza do sosów ciepłych i zimnych oraz do marynowania mięs.



GLAZUROWANA KACZKA NA SMAŻONYM MAKARONIE Z WARZYSWAMI

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

GLAZURA:

0,200 l	Słodki sos sojowy - Ketjap Manis Knorr	0,100 l	Wino ryżowe – Mirin
0,100 l	Woda	0,040 kg	Cukier brązowy
		do smaku	Ocet jabłkowy

KACZKA:

2,500 kg	Udka kaczki	2,000 kg	Tłuszcz (z kaczki/ wieprzowy lub olej)
0,050 kg	Sól morską		

MAKARON:

1,000 kg	Makaron ryżowy	0,100 l	Olej
0,600 kg	Marchew	0,100 l	Słodko-pikantny sos chili - Sunshine Chili Knorr
0,200 kg	Seler naciowy		
0,400 kg	Papryka czerwona	0,500 kg	Szpinak świeży
0,300 kg	Cebula czerwona		

WYKONANIE

GLAZURA:

- Wszystkie składniki włóż do garnka i powoli redukuj, aż nie powstanie płyn o gęstości miodu.

KACZKA:

- Udka z kaczki dopraw solą i odłóż na min. 8 godzin.
- Następnie zdejmij nadmiar soli, przełóż na głęboką blachę typu GN 1/1 i zalej gorącym tłuszczem do przykrycia udek.
- Włóż do pieca konwekcyjnego i piecz do miękkości w temperaturze 95°C przez ok. 3,5 godziny.
- Gdy udka będą miękkie, wyjmij je i odsącz z tłuszczu.

MAKARON:

- Makaron ryżowy namaczaj w ciepłej wodzie przez ok. 10-20 minut (w zależności od zaleceń producenta). Wyjmij z wody i odstaw.
- Marchew, seler naciowy, czerwoną paprykę i cebulę pokrój na kawałki.
- Na rozgrzany wok lub większą patelnię dodaj olej, sos Sunshine Chili oraz pokrojone warzywa. Wszystko obsmaż.
- Następnie dodaj makaron i szpinak. Smaż jeszcze przez chwilę.

PODANIE:

- Gorące udka polej glazurą i ułóż na smażonym makaronie z warzywami.

Warto wiedzieć:

To danie, dzięki zastosowaniu mleczka kokosowego, jest lżejszą i ciekawszą alternatywą dla tradycyjnego królika duszonego w śmietanie.



Mleczko kokosowe w proszku Knorr 1 kg

Można je wykorzystywać nie tylko w słodkich daniach, ale także słonych czy ostrych. Nadaje się m.in. do zup, sosów, dań curry, potraw rybnych oraz ciast i deserów. Dzięki sypkiej formie i dowolności dozowania, można łatwo uzyskać pożądaną intensywność smaku.



KRÓLIK W WARZYWNYM RAGOUT Z MLECZKIEM KOKOSOWYM

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

KRÓLIK:

1,800 kg	Królik (cały)	0,700 l	Woda
do smaku	Sól	0,050 l	Esencja bulionu drobiowego Knorr Professional
2 ząbki	Czosnek	0,150 kg	Mleczko kokosowe w proszku Knorr
0,050 kg	Musztarda dijon		
do smażenia	Olej		

RAGOUT:

0,300 kg	Boczek wędzony (kostka)	0,100 kg	Por
0,400 kg	Marchew	do smaku	Musztarda z kulkami gorczycy
0,300 kg	Bakłażan	do smaku	Musztarda dijon
0,400 kg	Bataty	do smaku	Sól
0,300 kg	Pasternak	do	Zasmażka ciemna Knorr
0,200 kg	Koper włoski	zagęszczenia	

WYKONANIE

KRÓLIK:

- Królika pokrój razem z kośćmi na dowolne kawałki, przypraw solą, rozgniecionym czosnkiem i musztardą dijon. Pozostaw do zamarynowania na kilka godzin.
- Następnie mięso obsmaż na złoty kolor, zalej wodą, dodaj Esencję bulionu drobiowego i duś pod przykryciem ok. 30-40 minut. Po upływie tego czasu dodaj mleczko kokosowe.

RAGOUT:

- Na osobnej patelni podsmaż boczek oraz pozostałe warzywa pokrojone w dużą kostkę. Połącz z królikiem.
- Do powstałego gulaszu dodaj musztardę, sól i zagęść ciemną zasmażką
- Całość duś kilka minut tak, by warzywa się nie rozgotowały.

Warto wiedzieć:

Wygodnym sposobem na przygotowanie klusek drobiowych jest przekładanie musu z łyżki na łyżkę, dzięki czemu uzyskasz kształt łódeczki. Pamiętaj, aby łyżki moczyć w zimnej wodzie.

**Mleczko kokosowe w proszku Knorr 1 kg**

Można je wykorzystywać nie tylko w słodkich daniach, ale także słonych czy ostrych. Nadaje się m.in. do zup, sosów, dań curry, potraw rybnych oraz ciast i deserów. Dzięki sypkiej formie i dowolności dozowania, można łatwo uzyskać pożądaną intensywność smaku.



KURCZAK W CHRUPIĄCEJ PANIERCE KOKOSOWEJ Z MIĘTOWYM SOSEM

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

KURCZAK:

0,750 kg	Filet z kurczaka	0,045 kg	Mleczko kokosowe
0,375 ml	Rama Cremefine Fraiche 24%		w proszku Knorr
do smaku	Sól	0,025 kg	Kolendra świeża

PANIERKA:

0,130 kg	Panierka panko	6 szt.	Jaja
0,100 kg	Wiórki kokosowe	do smażenia	Olej

SAŁATKA:

0,600 kg	Ananas (obrane)	0,150 kg	Miks sałat
0,250 kg	Seler naciowy (obrane)	do smaku	Mięta
0,200 kg	Rzodkiewki		

SOS:

0,500 kg	Majonez Hellmann's Yofresh	1 szt.	Limonka
0,020 kg	Mięta (listki)		

WYKONANIE

KURCZAK:

- Piersi z kurczaka zmiel, a następnie zmiksuj z Ramą 24%, szczyptą soli i mleczkiem kokosowym. Składniki przełóż do miski, dodaj pokrojoną kolendrę i wymieszaj.
- Kurczaka wstaw do lodówki.

PANIERKA:

- Panko wymieszaj z wiórkami kokosowymi, jaja roztrzep.
- Z masy drobiowej uformuj kluski, opanieruj je w roztrzepanych jajach i panierce. Smaż w głębokim tłuszczu do uzyskania złotego koloru.

SAŁATKA:

- Ananasa pokrój w dużą kostkę i zgrilluj. Seler naciowy i rzodkiewki pokrój w dowolny sposób. Połącz z sałatami i miętą.

SOS:

- Majonez połącz z drobno pokrojonymi listkami mięty i sokiem z limonki. Całość wymieszaj.

PODANIE:

- Na talerzu ułóż dekoracyjnie sałatkę, ciepłego kurczaka i miętowy sos.

Warto wiedzieć:

Chow mein to typowy „stir-fry”, czyli danie smażone szybko w maksymalnie wysokiej temperaturze. Ta technika pozwala na zachowanie koloru i chrupkości warzyw.

**Rosół z kury Knorr 0,9 kg/12,5 kg**

Doskonały smak i aromat drobiowy uzupełniony nutą cebuli, marchwi, natki pietruszki i nasion selera. Zbalansowany pod względem słoności, co pozwala doprawić potrawę bez ryzyka przesolenia.



CHOW MEIN - SMAŻONY MAKARON Z KURCZAKIEM I KREWETKAMI

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

KURCZAK:

0,600 kg	Filet z kurczaka	0,005 kg	Czosnek
0,600 kg	Krewetki 16/20 (oczyszczone)	0,060 kg	Mąka ziemniaczana
2 szt.	Jaja	do smaku	Sól
0,030 l	Olej	do	
0,080 l	Słódki sos sojowy - Ketjap Manis Knorr	głębokiego smażenia	Olej
1 szt.	Chili świeże (drobna kostka)		

MAKARON:

0,600 kg	Makaron Mie
----------	-------------

SOS:

0,020 l	Olej	0,600 l	Woda
0,100 kg	Cebula (pokrojona w piórka)	0,010 kg	Rosół z kury Knorr
0,020 kg	Czosnek (pokrojony w plastry)	1 szt.	Chili czerwone (drobna kostka)
0,030 kg	Imbir (pokrojony w julienne)	0,025 kg	Mąka ziemniaczana

WARZYWA:

0,020 l	Olej	0,100 kg	Groszek cukrowy
0,020 l	Olej sezamowy	0,200 kg	Marchew (cienkie słupki zblanszowane)
0,350 kg	Brokuły (zblanszowane małe różyczki)	do smaku	Sól

PODANIE:

0,100 kg	Cebula dymka (pokrojona po skosie)	2 szt.	Chili czerwone
----------	------------------------------------	--------	----------------

WYKONANIE

KURCZAK:

- Kurczaka pokrój w paski, połącz z krewetkami, dodaj rozmącone jajko oraz pozostałe składniki i dokładnie wymieszaj.
- Usmaż na głębokim oleju.

MAKARON:

- Makaron ugotuj i zahartuj w zimnej wodzie.

SOS:

- Na oleju zeszklij cebulę z czosnkiem i imbirem, wlej wodę, dodaj pozostałe składniki i zagotuj.
- Sos zagęść zawiesiną z mąki ziemniaczanej.

WARZYWA:

- Na woku zasmaż warzywa, połącz z krewetkami, kurczakiem, makaronem i sosem.

PODANIE:

- Chow main podawaj posypane pokrojoną dymką i krążkami chili.

Warto wiedzieć:

Jeżeli chcesz żeby twój kotlet schabowy był wyjątkowo soczysty i miękki, po wyporcjowaniu zamarynuj go w mleku z ulubionymi przyprawami.



Delikat Przyprawa do mięs Knorr 0,6kg

Kompozycja 10 starannie dobranych ziół, przypraw i warzyw, nadających mięsu wyjątkowy smak i rumiany kolor. Świetnie nadaje się do bezpośredniego przyprawiania mięs i warzyw przed smażeniem i grillowaniem, jak również do marynowania. Optymalna wielkość składników sprawia, że przyprawa nie przypala się podczas obróbki termicznej.



SZNYCEL WIEPRZOWY Z ZIEMNIAKAMI PURÉE I DUSZONĄ KAPUSTĄ Z CURRY

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

SZNYCEL:

1,200 kg	Schab b/k	0,250 kg	Panierka panko
0,020 kg	Delikat Przyprawa do mięs Knorr	do smażenia	Olej
4 szt.	Jaja (roztrzone)		

KAPUSTA:

2,000 kg	Kapusta kiszona	0,150 l	Rama Cremefine Profi 15%
0,100 kg	Cukier brązowy	0,100 kg	Mleczko kokosowe w proszku Knorr
0,060 kg	Żółta pasta curry Knorr		

PURÉE:

0,300 kg	Purée ziemniaczane z mlekiem Knorr	1,500 l	Woda
----------	------------------------------------	---------	------

PODANIE:

do dekoracji Chips z wodorostów

WYKONANIE

SZNYCEL:

- Schab podziel na 20 kawałków, lekko rozbij i przypraw Delikatem.
- Panieruj w jajku i panko.
- Smaż na złoty kolor.

KAPUSTA:

- Kapustę gotuj przez 10-15 minut tak, aby pozostała chrupka.
- W międzyczasie cukier lekko skarmelizuj, dodaj pastę curry i Ramę 15%. Zagotuj i dodaj mleczko kokosowe.
- Odcedzoną kapustę połącz z przygotowanymi składnikami.

PURÉE:

- Purée wsyp do wody o temperaturze 85°C, wymieszaj rózgą i odstaw. Po minucie wymieszaj ponownie.

PODANIE:

- Sznyceł podawaj z chipsem z wodorostów i kapustą z curry.

Warto wiedzieć:

Dodanie brązowego cukru do marynowania przyspieszy zarumienienie mięsa. Jeżeli chcesz by twoja pieczeń była równomiernie doprawiona i jeszcze bardziej soczysta, możesz dodatkowo ostrzykać mięso roztworem z wody i soli.

**Słodki sos sojowy - Ketjap Manis Knorr 1 l**

Płynny sos z kolekcji azjatyckiej Knorr. Słodszy i odrobinę gęstszy od klasycznego sosu sojowego. Nadaje daniom ciemnozłoty kolor i głęboki smak. Świetnie sprawdza się jako baza do sosów ciepłych i zimnych oraz do marynowania mięs.



WOLNO PIECZONA WIEPRZOWINA W STYLU KOREAŃSKIM

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

MIĘSO:

0,020 kg	Delikat Przyprawa do mięs Knorr	0,030 kg	Cukier brązowy (gruby)
0,020 kg	Sól morską (gruba)	2,500 kg	Łopatką wieprzową b/k

DODATKI DO PIECZENIA MIĘSA:

0,060 kg	Imbir (posiekany)	0,001 kg	Chili (płatki)
0,150 kg	Cebula (duże kawałki)	0,020 l	Olej
5 ząbków (0,030 kg)	Czosnek z łupiną (posiekany)		

SOS:

0,070 kg	Sos pieczeniowy Knorr	0,030 kg	Cukier brązowy
0,700 l	Woda	0,020 l	Słodki sos sojowy - Ketjap Manis Knorr
0,070 kg	Orzechy ziemne	0,010 l	Olej sezamowy
0,030 l	Ocet z czerwonego wina		

PODANIE:

0,600 kg	Ryż jaśminowy	do dekoracji	Kolendra
----------	---------------	--------------	----------

WYKONANIE

MIĘSO:

- Delikat, sól i cukier wymieszaj i obsyp nimi mięso.
- Odstaw do lodówki na 12-24 godziny.

DODATKI DO PIECZENIA MIĘSA:

- Wszystkie składniki wymieszaj.
- Na blasze G/N ułóż mięso, obsyp dodatkami, przykryj folią aluminiową i piecz w temperaturze 140°C do miękkości.

SOS:

- Sos pieczeniowy wymieszaj w gorącej wodzie i zagotuj.
- Dodaj 40 g zmiksowanych orzeszków ziemnych i pozostałe składniki. Redukuj przez kilkanaście minut.
- Miękkie mięso przełóż na nową blachę G/N (wyłożoną pergaminem) i polej częścią sosu. Wstaw do pieca nagrzanego do 230°C i piecz przez 10 minut do uzyskania ciemnozłotego koloru.
- Do pozostałej ilości sosu dodaj resztę orzeszków.

PODANIE:

- Mięso pokrój w plastry. Podawaj z sosem, orzeszkami, ryżem jaśminowym, dowolnymi warzywami i kolendrą.

Warto wiedzieć:

Sos rybny w kuchni orientalnej jest zamiennikiem soli. Przyrządzany jest ze sfermentowanych ryb, soli oraz wody. Idealnie komponuje się z mięsem, warzywami i owocami morza.

**Zielona pasta curry Knorr 0,85 kg**

Bardzo ostra. Powstaje na bazie zielonych papryczek chili, które są ostrzejsze od czerwonych. Najczęściej dodaje się ją do dań drobiowych i warzywnych.



ZIELONE CURRY Z WIEPRZOWINĄ, ANANASEM I GROSZKIEM CUKROWYM

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

0,060 l	Olej	6 szt.	Liście kafiru
0,150 kg	Zielona pasta curry Knorr	0,700 l	Rama Cremefine Profi 31%
0,030 kg	Czosnek	0,130 kg	Mleczko kokosowe w proszku Knorr
0,100 kg	Sos rybny	0,080 kg	Cukier brązowy
3 szt.	Trawa cytrynowa	0,300 l	Woda
1,500 kg	Półdewiczki wieprzowe	0,400 kg	Groszek cukrowy (obrany)
0,600 kg	Ananas (kostka)	0,050 l	Esencja bulionu rybnego Knorr Professional

PODANIE:

do dekoracji	Papryczka chili zielona (plasterki)	0,600 kg	Ryż jaśminowy
--------------	-------------------------------------	----------	---------------

WYKONANIE

- Na oleju podsmaż zieloną pastę curry i plasterki czosnku. Podlej wodą, dodaj Ramę 31%, mleczko kokosowe i gotuj.
- Następnie dodaj sos rybny, posiekaną trawę cytrynową, liście kafiru i cukier.
- Całość połącz z pokrojonym mięsem, ananasem i groszkiem cukrowym.
- Dopraw Esencją bulionu rybnego.

PODANIE:

- Zielone curry z wieprzowiną, ananasem i groszkiem cukrowym podawaj z krążkami zielonego chili i ryżem jaśminowym.

Warto wiedzieć:

W Tajlandii oryginalnie używa się w tym daniu bakłażana groszkowego, trudno dostępnego w Polsce. Dlatego też w przepisie został wykorzystany klasyczny bakłażan. W tym daniu świetnie sprawdzi się również cukinia lub dynia.

**Czerwona pasta curry Knorr 0,85 kg**

Średnio ostra. Przygotowuje się ją z czerwonych papryczek chili. Jest świetnym dodatkiem do ryb oraz potraw z czerwonego mięsa.



PULPECIKI MIĘSNE W CZERWONYM SOSIE CURRY Z BAKŁAŻANEM

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

PULPECIKI:

2,500 kg	Mięso mielone	2 szt.	Jaja
0,100 kg	Musztarda Hellmann's	do smaku	Pieprz czarny mielony Knorr
0,020 kg	Imbir (starty)	do smaku	Sól

SOS:

0,060 l	Olej	0,020 l	Sok z limonki
0,600 kg	Bakłażan (oczyszczony)	0,035 kg	Brązowy cukier
0,225 kg	Mleczko kokosowe w proszku Knorr	0,100 kg	Cebula dymka
1,300 l	Woda	do smaku	Papryczka chili
0,200 kg	Czerwona pasta curry Knorr	do smaku	Sól

PODANIE:

0,600 kg	Ryż jaśminowy
----------	---------------

WYKONANIE

PULPECIKI:

- Mięso mielone wymieszaj ze wszystkimi składnikami, dopraw solą i zagnieć pulpeciki.
- Pulpeciki obsmaż na tłuszczu lub we frytkownicy w temperaturze 170°C.

SOS:

- Czerwoną pastę curry podsmaż na rozgrzanym tłuszczu, zalej wodą, dodaj mleczko kokosowe i gotuj na wolnym ogniu.
- Następnie dodaj cukier, sok z limonki i dopraw do smaku.
- Gdy sos będzie gotowy dodaj bakłażana i pulpeciki. Gotuj przez chwilę.
- Na koniec posyp posiekaną cebulą dymką i pokrojoną papryczką chili.

PODANIE:

- Podawaj z ryżem jaśminowym.

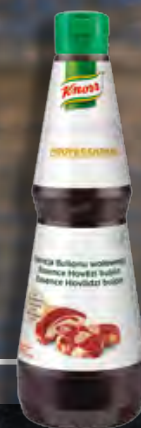
Warto wiedzieć:

Jeżeli chcesz żeby wołowina miała wyrazisty smak i była miękka, zamiast soli użyj cukru i sosu rybnego. Cukier ułatwi karmelizację a sos rybny doprawi wołowinę (klasyczna sól pozbawiłaby ją wody).



Esencja bulionu wołowego Knorr Professional 1 l

Niezastąpiona w przyprawianiu potraw, pomaga wydobyć pełny smak i aromat mięsa wołowego. Płynny format ułatwia dozowanie, natychmiast rozprowadza się w potrawie i doskonale łączy z innymi składnikami. Bardzo szerokie zastosowanie w gorących i zimnych daniach: zupach, sosach, gulaszach, farszach, marynatkach, dipach, tatarze wołowym.



BOEUF STROGONOW W ORIENTALNEJ ODSŁONIE Z ZIELONYM OGÓRKIEM

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

BOEUF STROGONOW:

1,000 kg	Wołowina (paski)	0,900 l	Rama Cremefine Profi 15%
do smaku	Pieprz czarny, cukier brązowy, sos rybny	0,045 l	Esencja bulionu wołowego Knorr Professional
0,060 l	Olej	0,080 kg	Cebula dymka (paski 3 cm)
0,300 kg	Cebula (piórka)	0,360 kg	Ogórek zielony (kostka)
0,300 kg	Grzyby shiitake (paski)		

PODANIE:

0,700 kg	Makaron ryżowy
----------	----------------

WYKONANIE

BOEUF STROGONOW:

- Wołowinę dopraw do smaku pieprzem, cukrem i sosem rybnym. Odstaw na minimum godzinę.
- Na patelni rozgrzej olej, dodaj wołowinę i smaż ją na złoty kolor do miękkości. Następnie dodaj przesmażoną cebulę i grzyby shiitake.
- Wlej Ramę 15% oraz Esencję bulionu wołowego i duś. Pod koniec dodaj dymkę i ogórek zielony.

PODANIE:

- Podawaj z makaronem ryżowym.

Warto wiedzieć:

Jeżeli chcesz by danie było bardziej aromatyczne, wszystkie sypkie przyprawy możesz wcześniej podgrzać na suchej patelni.



Żółta pasta curry Knorr 0,85 kg

Umiarkowanie ostra. Swój kolor zawdzięcza kurkumie. Idealnie pasuje do dań z drobiu, krewetek i warzyw. Można dodawać ją do zup, sosów i marynat.



JAGNIĘCINA DUSZONA Z WARZYWAMI PAKORA

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

MIĘSO:

2,000 kg Udziec jagnięcy

SOS:

0,020 l	Olej	4 szt.	Liście kafiru
0,060 kg	Żółta pasta curry Knorr	1 szt.	Trawa cytrynowa
0,500 l	Rama Cremefine Fraiche 24%	0,020 kg	Cukier brązowy
0,100 l	Woda	0,300 kg	Tomato Pronto Knorr

PAKORA:

0,005 kg	Kolendra (nasiona)	0,030 kg	Szpinak świeży (posiekany)
0,002 kg	Koper (nasiona)	0,060 kg	Cebula dymka (kawałki wielkości 4 cm)
0,250 kg	Mąka z ciecierzycy	0,300 kg	Ziemniaki (starte na tarce jarzynowej)
do smaku	Sól	0,020 kg	Kolendra (posiekana)
0,150 kg	Papryka zielona (cienkie słupki)	0,040 l	Esencja bulionu warzywnego Knorr Professional
0,100 kg	Cebula (piórka)	0,040 l	Zimna woda
0,150 kg	Marchew (starta na grubej tarce jarzynowej)		

do głębokiego smażenia Olej

WYKONANIE

MIĘSO:

- Udziec natrzyj marynatą* i piecz w temperaturze 140°C przez 90 minut.

SOS:

- Na oleju zasmaż żółtą pastę curry, dodaj Ramę 24%, wodę, liście kafiru, rozgniecioną trawę cytrynową i cukier brązowy. Gotuj na małym ogniu kilkanaście minut.
- Wyjmij liście kafiru i trawę cytrynową i dodaj Tomato Pronto. Gotuj przez 5 minut.
- Sos dopraw do smaku solą.

PAKORA:

- Kolendrę i koper utrzyj w moździerzu, przełóż do miski, dodaj mąkę, sól i wymieszaj.
- Dodaj pozostałe składniki i ponownie wymieszaj.
- Z powstałej masy uformuj kulki i smaż na głębokim gorącym oleju.

PODANIE:

- Plastry pieczonej jagnięciny podawaj na sosie z dodatkiem usmażonej pakory.

* Sposób na przygotowanie orientalnej marynaty do mięsa oraz wiele innych profesjonalnych przepisów znajdziesz na stronie www.ufs.com

Warto wiedzieć:

Satay to jedno z najpopularniejszych azjatyckich dań typu „street food”. Można go również przygotować z ryby, wołowiny lub drobiu. Jeżeli chcesz, zamiast masła orzechowego możesz użyć orzeszków ziemnych.

SATAY Z POŁĘDWICZKI WIEPRZOWEJ Z KREMOWYM SOSEM ORZECHOWYM

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

SOS:

0,400 l	Rama Cremefine Profi 31%	0,010 l	Sos rybny
0,160 l	Woda	0,010 kg	Cukier brązowy
0,080 kg	Mleczko kokosowe w proszku Knorr	1 szt.	Limonka
		0,010 kg	Starty imbir
0,250 kg	Masło orzechowe		
0,150 l	Pikantny sos z chili i soją - Sambal Manis Knorr		

POŁĘDWICZKA:

1,500 kg	Połędwiczka wieprzowa oczyszczona	0,025 kg	Marynata do wieprzowiny Knorr Professional
30 szt.	Drewniane patyczki		

PODANIE:

0,600 kg	Ryż jaśminowy
----------	---------------

WYKONANIE

SOS:

- Składniki sosu wymieszaj i zagotuj. Połowę sosu wystudź i zachowaj do marynowania.
- Drugą połowę zachowaj ciepłą, do podania.

POŁĘDWICZKA:

- Połędwiczki pokrój na 30 pasków (wzdłuż włókien) i dopraw marynatą.
- Mięso nadziej na patyki, zanurz w zimnym sosie i pozostaw na min. godzinę do zamarynowania.
- Tak przygotowane satay grilluj lub piecz w temperaturze 230°C przez kilka minut.

PODANIE:

- Satay podawaj z dodatkiem gorącego sosu i ryżu jaśminowego.

Mleczko kokosowe w proszku Knorr 1 kg

Można je wykorzystywać nie tylko w słodkich daniach, ale także słonych czy ostrych. Nadaje się m.in. do zup, sosów, dań curry, potraw rybnych oraz ciast i deserów. Dzięki sypkiej formie i dowolności dozowania, można łatwo uzyskać pożądaną intensywność smaku.



Warto wiedzieć:

Bułeczki gua bao możesz kupić gotowe (np. mrożone). Idealnie również sprawdzi się w przepisie staropolska pyza drożdżowa.

**Pikantny sos z chili i pomidorami - Pang Gang Knorr 1L**

Płynny sos z kolekcji azjatyckiej Knorr. Jego główne zastosowanie to marynowanie mięs przed pieczeniem lub grillowaniem. Nadaje daniom pikantności z nutą pomidorów.



GUA BAO – BUŁKA NA PARZE Z DUSZONYMI POLIKAMI

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI (PO 2 SZTUKI NA PORCJĘ)

MIĘSO:

1,500 kg Poliki wołowe oczyszczone

MARYNATA:

0,007 kg	Sól morską (grubą)	0,015 kg	Cukier brązowy
0,075 l	Słodki sos sojowy - Ketjap Manis Knorr	0,030 kg	Czosnek (posiekany)

PRZYGOTOWANIE POLIKÓW:

0,030 l	Olej	0,200 l	Pikantny sos z chili i pomidorami - Pang Gang Knorr
0,750 l	Gorąca woda	0,030 kg	Imbir świeży (julienne)

PODANIE:

20 szt.	Gua bao*	0,050 kg	Seler naciowy
0,100 kg	Papryka zielona (oczyszczona)	0,050 kg	Cebula dymka (posiekana)
0,150 kg	Ogórek zielony (półksiężycy bez pestek)	0,040 kg	Orzeszki ziemne
		0,010 kg	Kolendra świeża

WYKONANIE

MIĘSO:

- Składniki marynaty wymieszaj, dodaj poliki wołowe i odstaw do lodówki na min. 4 godziny.

PRZYGOTOWANIE POLIKÓW:

- Poliki wyjmij z marynaty i obsmaż na oleju. Przełóż do garnka, razem z marynatą. Wlej gorącą wodę i przykryj. Duś na wolnym ogniu do momentu, aż poliki będą bardzo miękkie. Następnie wystudź je w sosie.
- Poliki - w minimalnej ilości sosu - delikatnie podgrzej i poszarp widelcem lub palcami na drobne włókna.
- Przed podaniem rozgrzej woka, wlej sos Pang Gang, dodaj imbir i mięso, wymieszaj.

PODANIE:

- Do gotowych bułek gua bao* nałóż doprawione gorące mięso i zimne dodatki: paprykę, ogórek, seler, cebulę, orzeszki i kolendrę.

* Sposób na przygotowanie bułek gua bao oraz wiele innych profesjonalnych przepisów znajdziesz na stronie www.ufs.com.

Warto wiedzieć:

Tak przyrządzone kurki znakomicie będą pasować do chudych ryb lub drobiu. Podając je w cieście francuskim, stworzymy ciekawą przystawkę.

**Mleczko kokosowe w proszku Knorr 1 kg**

Można je wykorzystywać nie tylko w słodkich daniach, ale także słonych czy ostrych. Nadaje się m.in. do zup, sosów, dań curry, potraw rybnych oraz ciast i deserów. Dzięki sypkiej formie i dowolności dozowania, można łatwo uzyskać pożądaną intensywność smaku.



KURKI W KREMOWYM SOSIE KOKOSOWYM

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

KURKI:

1,600 kg	Kurki oczyszczone	0,150 kg	Mleczko kokosowe w proszku Knorr
0,120 kg	Szalotka	0,040 kg	Primerba grzybowa Knorr Professional
0,070 kg	Maśło	do smaku	Sól
0,150 l	Wino białe		
0,800 l	Woda		

PODANIE:

0,020 kg	Szczypiorek
----------	-------------

WYKONANIE

KURKI:

- Kurki włóż do wrzącej wody, gotuj przez kilka minut, odcedź.
- Szalotkę pokrój w drobną kostkę, zasmaż na maśle, następnie dodaj kurki, po chwili wino i zredukuj o 50%.
- Zalej całość ciepłą wodą, dodaj mleczko kokosowe i duś przez chwilę.
- Dopraw do smaku Primerbą grzybową i solą.

PODANIE:

- Przed podaniem danie posyp pokrojonym szczypiorkiem.

Warto wiedzieć:

Jeżeli chcesz idealnie ugotować warzywa strączkowe, takie jak ciecierzycę, namocz je dzień wcześniej i gotuj w minimalnej ilości wody, przykryte czystą ściereczką lub gazą. Dzięki temu warzywa nie będą się ruszać i unikniesz ryzyka ich uszkodzenia.



Żółta pasta curry Knorr 0,85 kg

Umiarkowanie ostra. Swój kolor zawdzięcza kurkumie. Idealnie pasuje do dań z drobiu, krewetek i warzyw. Można dodawać ją do zup, sosów i marynat.



CIECIERZYCA Z POMIDORAMI I ŻÓŁTYM CURRY

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

CIECIERZYCA:

0,500 kg	Ciecierzycę	0,050 kg	Żółta pasta curry Knorr
do smażenia	Olej sezamowy	0,600 kg	Polparicca di Pomodoro (pomidory w kostce) Knorr
0,300 kg	Cebula (kostka)	do smaku	Pieprz czarny, sól
0,250 kg	Seler naciowy (kostka)		

PODANIE:

0,060 kg	Cebula dymka (zielone części)
----------	-------------------------------

WYKONANIE

CIECIERZYCA:

- Ciecierzycę namocz dzień wcześniej w letniej, przegotowanej wodzie i ugotuj z dodatkiem soli.
- Na oleju podsmaż cebulę, seler naciowy, a po chwili dodaj żółtą pastę curry i zasmażaj. Połącz z ugotowaną ciecierzycą i pomidorami.
- Dopraw do smaku solą i pieprzem.
- Ciecierzycę z pomidorami i curry duś przez chwilę na małym ogniu.

PODANIE:

- Podawaj z drobno pokrojoną dymką.

Warto wiedzieć:

Jeżeli chcesz, żeby twoja tempura była bardzo chrupiąca, musisz pamiętać o wcześniejszym mocnym schłodzeniu ciasta. Zalecane jest nawet, aby w cieście pływały kostki lodu.



Esencja bulionu warzywnego Knorr Professional 1L

Niezastąpiona w przyprawianiu potraw, wydobywa pełnię smaku i aromatu warzyw. Płynny format ułatwia dozowanie, natychmiast rozprowadza się w potrawie i doskonale łączy z innymi składnikami. Bardzo szerokie zastosowanie, zarówno w daniach ciepłych jak i zimnych: zupach, sosach, daniach jednogarnkowych, risotto, farszach, warzywach z patelni, dipach, auszpiku.



CHRUPIĄCE WARZYWA W TEMPURZE

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

SOS CHILI Z POMARAŃCZĄ:

0,450 l	Słodko-pikantny sos chili - Sunshine Chili Knorr	0,015 l	Sos rybny
0,045 l	Sok z pomarańczy	0,010 kg	Kolendra

SŁODKI SOS SOJOWY Z CHILI:

0,450 l	Słodki sos sojowy - Ketjap Manis Knorr	0,010 kg	Sezam (prażony)
0,020 kg	Chili		

TEMPURA:

0,300 kg	Panierka tempura (sucha)	do	Olej
0,300 l	Zimna woda	głębokiego smażenia	

WARZYWA:

0,400 kg	Brokuły	0,200 kg	Rzodkiewka
0,200 kg	Marchew	0,060 l	Esencja bulionu warzywnego Knorr Professional
0,200 kg	Pietruszka	0,040 kg	Mąka pszenna
0,200 kg	Seler naciowy		
0,200 kg	Cebula dymka		

WYKONANIE

SOS CHILI Z POMARAŃCZĄ:

- Składniki sosu połącz i wymieszaj z posiekaną kolendrą.

SŁODKI SOS SOJOWY Z CHILI:

- Chili pokrój w drobną kosteczkę, dodaj do sosu Ketjap Manis. Całość wymieszaj i połącz z uprażonym sezamem.

TEMPURA:

- Tempurę połącz z zimną wodą.

WARZYWA:

- Warzywa podziel na małe kawałki, według uznania. Dopraw Esencją bulionu warzywnego i oprósz mąką.
- Zanurz w tempurze i usmaż na mocno rozgrzanym głębokim tłuszczu.

PODANIE:

- Chrupiące warzywa podawaj z sosami w miseczkach.

Warto wiedzieć:

Okra to warzywo znane w kuchni azjatyckiej. Smakiem przypomina bakłażana i fasolkę szparagową. Po ugotowaniu nadaje potrawom kleistości i jest elementem dekoracyjnym.



Czerwona pasta curry Knorr 0,85 kg

Średnio ostra. Przygotowuje się ją z czerwonych papryczek chili. Jest świetnym dodatkiem do ryb oraz potraw z czerwonego mięsa.



FASOLA W SOSIE POMIDOROWYM Z CZERWONYM CURRY

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

0,400 kg	Fasola Jaś	0,400 kg	Kielbasa (plasterki)
do smaku	Sól	0,080 kg	Pietruszka (plasterki)
do	Olej	0,150 kg	Okra (plasterki)
smażenia		0,150 kg	Marchew (plasterki)
0,100 kg	Czerwona pasta curry Knorr	0,030 kg	Rosół jarzynowy Knorr
0,120 kg	Szalotka (krążki)	0,800 kg	Tomato Pronto Knorr
0,100 kg	Por (krążki)		
0,250 kg	Boczek wędzony (kostka)		

WYKONANIE

- Fasolę namocz dzień wcześniej w letniej przegotowanej wodzie i ugotuj z dodatkiem soli.
- Na oleju zasmaż czerwoną pastę curry, szalotkę i por.
- Na oddzielnej patelni podsmaż boczek, kielbasę i pozostałe warzywa.
- Podsmażone składniki połącz z fasolą, dodaj Tomato Pronto, dopraw do smaku rosół jarzynowy. W razie konieczności podlej wodą.
- Całość duś do konsystencji gulaszu. W razie konieczności zagęść.

Warto wiedzieć:

Jeżeli chcesz, żeby fasolka miała intensywnie zielony, świeży kolor, nie zapomnij do wody dodać cukru podczas gotowania. Szybkie schłodzenie w wodzie z lodem przerwie proces gotowania i utrwali kolor.

**Słodko-pikantny sos chili - Sunshine Chili Knorr 1 l**

Doskonały przede wszystkim jako dip, serwowany prosto z butelki lub z dodatkiem własnych składników (np. soku z pomarańczy i kolendry). Można nim także posmarować upieczone skrzydełka kurczaka, żeberka lub karkówkę, aby uzyskać słodko-pikantną glazurę.



SAŁATKA Z ZIELONEJ FASOLKI I GRZYBÓW SHIMEJI

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

CEBULA MARYNOWANA:

0,500 kg	Cebula	0,020 l	Sos rybny
0,050 kg	Cukier	0,020 l	Ocet ryżowy

SAŁATKA:

2,000 kg	Fasolka zielona	0,150 l	Olej
0,300 kg	Grzyby shimeji	0,080 l	Ocet ryżowy
0,300 l	Słodko-pikantny sos chili - Sunshine Chili Knorr	do smaku	Sos rybny

PODANIE:

0,100 kg	Orzechy nerkowca prażone
----------	--------------------------

WYKONANIE

CEBULA MARYNOWANA:

- Cebulę pokrój w cząstki, połącz ze składnikami marynaty i odstaw do lodówki na min. 2 godziny.

SAŁATKA:

- Fasolkę i grzyby zblanszuj, połącz z pozostałymi składnikami i marynowaną cebulą. Dopraw do smaku.

PODANIE:

- Sałatkę podawaj na talerzu posypaną prażonymi orzechami.

Warto wiedzieć:

Jeżeli chcesz, żeby twoja kapusta miała smak słodko-kwaśny, to pamiętaj, aby najpierw dodać cukier, a dopiero potem ocet. W ten sposób łatwiej uzyskasz zbalansowany smak. Aby przygotować wariant pikantniejszy, można dodać drobno pokrojoną papryczkę chili.



Pikantny sos z chili i soją - Sambal Manis Knorr 1 l

Niezastąpiony w daniach typu „stir-fry”. Wystarczy dodać go do przesmażonych na woku warzyw i mięsa. Nadaje potrawom orientalny, słodko-pikantny smak z nutą warzyw.



PODSTAWOWA CHIŃSKA SURÓWKA Z KAPUSTY

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI

3,000 kg	Biała kapusta	do smaku	Sól
0,150 l	Ocet ryżowy	do smaku	Cukier
0,300 kg	Pikantny sos z chili i soją - Sambal Manis Knorr	0,200 l	Olej

WYKONANIE

- Kapustę pokrój w paski.
- Dodaj sól, cukier, ocet, sos Sambal Manis oraz olej i lekko wymieszaj.
- Surówkę odstaw na 10 minut, wymieszaj jeszcze raz i podawaj.

PROFESJONALNE PRODUKTY UŁATWIAJĄCE PRZYGOTOWANIE DAŃ KUCHNI AZJATYCKIEJ

KOLEKCJA AZJATYCKA KNORR



Pikantny sos z chili
i soją - Sambal Manis
1 l



Słodki sos sojowy
- Ketjap Manis
1 l



Pikantny sos z chili
i pomidorami - Pang Gang
1 l



Słodko-pikantny sos
chili - Sunshine Chili
1 l



Żółta pasta curry
850 g



Czerwona pasta curry
850 g



Zielona pasta curry
850 g



Mleczko kokosowe
w proszku 1 kg



Marynata do drobiu
0,7 kg



Marynata do ryb
i owoców morza 0,7 kg



Marynata do wieprzowiny
0,75 kg



Marynata do wołowiny
0,75 kg



Delikat przyprawa
do drobiu 0,6 kg



Delikat przyprawa
do grilla 0,5 kg



Delikat przyprawa
do mięs 0,6 kg



Delikat przyprawa
do gyrosa 0,5 kg



Delikat przyprawa
do ryb 0,6 kg

DELIKATY - MIESZANKI PRZYPRAW KNORR

ROSOŁY I BULIONY KNORR ORAZ ESENCJE BULIONÓW KNORR PROFESSIONAL



Rosół z kury
w paście 1 kg



Rosół z kury
0,9 kg



Rosół z kury
12,5 kg



Rosół z kury
w kostkach 0,7 kg



Rosół o smaku wołowym
w paście 1 kg



Rosół wołowy
0,9 kg



Rosół wołowy
12,5 kg



Rosół jarzynowy
1 kg



Rosół jarzynowy
15 kg



Bulion grzybowy
1 kg



Rosół o smaku
wędzonki 1 kg



Fond z owoców
morza w paście 1 kg



Esencja bulionu
drobiowego 1 l



Esencja bulionu
wołowego 1 l



Esencja bulionu
warzywnego 1 l



Esencja bulionu
rybnego 1 l

TŁUSZCZE RAMA



Culinesse Profi
0,9 l



Combi Profi
3,7 l

