

Vejce natvrdo v salátech

Když jsem se podíval do svých tabulkových přehledů, zjistil jsem, že v minulém roce jsem zanedbal „Vajíčkovou kuchařku“. Důvodem nebylo, že by mi docházely recepty, těch mám ještě spoustu. Prostě jsem na vajíčka trochu pozapomněl. Tentokrát se zastavím opět u vajíček natvrdo a ukážu pár možností, jak je využít v salátech. Ty se hodí jako příloha k hlavním chodům, případně, uděláte-li salátu větší množství, můžete je servírovat jako samostatný pokrm. Větší hladovci si k tomu mohou vzít toust. Pořadí receptů se snažím upravit od jednodušších k složitějším. Vejce jsou vždy míněná uvařená na tvrdo a oloupaná, to nebudu u jednotlivých salátů opakovat, stejně jako samozřejmost, že použitou zeleninu či ovoce omyjeme a očistíme. Důležité je i saláty promíchávat opatrně, aby se vejce nerozpadla. Pokazilo by to estetický dojem. Ani toto nebudu v předpisech opakovat. A samozřejmě, do zálivek salátů je nejlepší olivový olej „extra virgin“, který v receptech zkracuji na „olivový olej“. Ocet je nejvhodnější vinný, bílý.

Salát z vajec s majonézou

Suroviny:

6 – 8 vajec, 100g majonézy, lžička sekané zelené petržele, ½ citrónu, sůl, pepř

Postup:

Vejce nakrájíme na plátky. Majonézu ochutíme solí, pepřem, zelenou petrželkou a citrónovou šťávou, případně trochu naředíme zakysanou smetanou. Směsí přelijeme nakrájená vejce a zamícháme.

Salát z vajec a rýže s majonézou

Suroviny:

4 vejce, 150 g rýže, 100 g majonézy, ½ citrónu, 1 červená paprika, 1 zelená paprika, 1 lžička hořčice, sůl, pepř, špetka cukru

Postup:

Majonézu ochutíme kořením, cukrem a citrónem, popřípadě ji trochu naředíme. Rýži uvaříme a necháme na sítu proschnout, aby každé zrnko bylo zvlášť¹. Vychladlou rýži přidáme do majonézy, přidáme na proužky nakrájené papriky a na větší kostky nakrájená vejce.

Salát z vajec a sýra

Suroviny:

4 vejce, 50 g majonézy, 100 g tvrdého sýra (ementál, čedar, gouda apod.), 1 lžička pažitky, trocha citrónové šťávy, sůl, pepř

Postup:

Vejce a sýr nakrájíme na kostičky a spojíme s majonézou, kterou osolíme, opepříme, okyselíme citrónovou šťávou a ozdobíme pažitkou. Pokud nám připadá sýr příliš tvrdý, můžeme jej nastrouhat nahruho.

Salát z vajec a zeleniny

Suroviny:

4 vejce, 100g majonézy, ½ vařeného celeru, 1 jablko, 1 lžíce strouhaného křenu, ½ citrónu, petrželka, sůl

Postup:

Vajíčka nakrájíme na kostky a smícháme s majonézou, do které přidáme na kostky nakrájený celer a jablko. Majonézu dochutíme strouhaným křenem a zelenou petrželkou. Podle chuti přikyselíme.

Salát z vajec se šunkou a houbami

Suroviny:

4 vejce, 100 g majonézy, 100 g šunky, 100 g hříbků v octě², 1 lžička hořčice, sůl, pepř

Postup:

1 Samozřejmě můžeme použít i rýži, kterou jsme uvařili jako přílohu a nějaká nám zbyla. Tím ušetříme čas

2 Místo hříbků jsou stejně vhodné i ryzce nebo lišky

Majonézu osolíme, opeříme, přidáme hořčici a smícháme s nasekanou šunkou a nakrájenými naloženými houbami. Nakonec opatrně vmícháme vajíčka nakrájená na plátky.

Salát z vajec se zeleninou a rybou

Suroviny:

4 vejce, 1 malá konzerva tuňáka v oleji³, 2 rajčata, 2 zelené papriky, 1 cibulka, ½ citrónu

Postup:

Ryby nakrájíme na kousky. Do oleje přidáme jemně nasekanou cibulku, na kostičky nakrájená oloupaná rajčata a papriky a nakonec na kostky nakrájená vejce. Zakápneme citrónem a podle chuti dosolíme.

Vajíčkový salát s rajčaty

Suroviny:

3 vejce, 6 rajčat, tatarská omáčka, jarní cibulka, sůl, pepř

Postup:

Vejce nakrájíme na osminky, rajčata na podobně velké dílky. Osolíme, opeříme a přidáme tatarskou omáčku – jen tolik, aby vajíčka a rajčata obalila. Podáváme vychlazené a posypané najemno nakrájenou cibulkou.

Slovinský vajíčkový salát

Suroviny:

4 vejce, 2 lžíce strouhaného křenu, 1 lžíce octa, sůl

Postup:

Vejce nakrájíme na plátky a rozložíme do mísy. Osolíme, posypeme křenem, zakapeme octem a trochou vody a necháme v chladu 2 hodiny odležet. Žloutky se v marinádě rozpustí a bílky rozleží.

Salát s červenou řepou a křenem

Suroviny:

4 vejce, sterilovaná červená řepa, ledový nebo hlávkový salát, olivový olej, strouhaný křen, bylinková majonéza

Postup:

Z řepy slijeme nálev a necháme okapat. Na talířky rozložíme listy salátu, na ně dáme řepu a navrch rozložíme pokrájená vajíčka. Zakapeme olejem, posypeme nastrouhaným křenem a ozdobíme majonézou.

Bylinková majonéza se dá koupit dost vzácně. Proto patrně neuškodí, když připojím recept – není to nic složitého. Může se vám zalíbit a třeba ji použijete i v jiných salátech místo majonézy obyčejné.

Bylinková majonéza

Suroviny:

150 g majonézy, 6 stroužků česneku, sůl, pepř (bílý mletý), 1 lžička cukru, citronová šťáva, worcester, petrželová nať, libeček, tymián, pažitka

Postup:

Do majonézy vmícháme utřený (nebo prolisovaný) česnek, sůl, citronovou šťávu a cukr. Dochutíme bílým pepřem a několika kapkami worcesteru. Nakonec vmícháme na jemno nasekané bylinky.

Salát s koprem

Suroviny:

4 vejce, 1 hlávkový salát, 2 rajčata, 250 ml zakysané smetany, kopr, sůl

Postup:

3 Můžete zkusit i jinou rybu

Do zakysané smetany vmícháme jemně nasekaná vejce a kopr. Osolíme podle chuti. Listy salátu natrháme do misek, přelijeme smetanovou směsí a obložíme nakrájenými rajčaty.

Salát ze zavináče

Suroviny:

2 vejce, 1 zavináč, 1 malá cibulka (nebo šalotka), 3 lžíce majonézy nebo jogurtu, pepř, sůl

Postup:

Ze zavináče stáhneme kůži a maso nakrájíme na tenké proužky. Vejce nastrouháme na hrubo a cibulku nakrájíme na jemno. Spojíme majonézou nebo jogurtem a osolíme a opeříme podle chuti. Do salátu můžeme přidat i nasekanou zeleninu ze zavináče a přidat lžici sterilovaného hrášku.

Pěna z uzené makrely

Suroviny:

4 vejce, 2 jarní cibulky, 1 uzená makrela, 125 g másla, 4 lžíce majonézy, 1 lžíce plnotučné hořčice, citron, mletý pepř

Postup:

Z makrely stáhneme kůži a vytaháme kosti. Maso utřeme se změkklým máslem do pěny. Ochutíme hořčicí, citronovou šťávou a pepřem. Opatrně vmícháme nakrájenou cibulku a na hrubo nastrouhaná vejce. Podáváme s čerstvým pečivem ozdobené pokrájenou natí jarní cibulky.

Salát s vejci

Suroviny:

6 vajec, 2 masitá rajčata, 30 g kaparů, 2 jarní cibulky

Zálivka:

1 lžíce octa, 2 lžičky dijonské hořčice, 100 ml smetany ke šlehání, cukr, lístky bazalky, sůl, pepř

Postup:

Vejce rozkrájíme na osminky. Rajčata omyjeme a nakrájíme na kostičky. Kapary necháme okapat. Mladou cibulku opláchneme a nakrájíme na tenká kolečka. Vše naskládáme do mísy. Smícháme suroviny na zálivku, zalijeme a posypeme lístky bazalky.

Bramborový salát s roketou a vejci

Suroviny:

800 g salátových brambor (typ A), 100 g roket, 125 ml kuřecího bujonu, 6 lžic slunečnicového oleje, 4 lžíce octa, 4 vejce, svazek ředkviček, sůl, bílý pepř, cukr

Postup:

Brambory uvaříme a ještě teplé oloupeme a nakrájíme na plátky. Ve směsi horkého bujonu, oleje a octa rozmělníme 75 g roketu na kaši a zálivku dochuťte kořením. Ještě teplé plátky brambor smíchejte se zálivkou a necháme asi hodinu odležet. Ředkvičky nakrájíme na nudličky, vejce rozdělíme na šestiny a ty ještě rozpůlíme. Ředkvičky, vejce a zbytek roketu vmícháme do salátu a podáváme.

Bramborový salát s cizrnou a vejci

Suroviny:

600g brambor (typ A), 400g konzerva cizrny (propláchnutá, okapaná), hrst velkých zelených oliv, 1-2 sušená rajčata nakládána v oleji (okapaná a nakrájená na proužky), hrst hladkolisté petrželky, 4 vejce, 2 nasekané jarní cibulky. Na zálivku: 5 lžic olivového oleje, 1 lžíce octa, 1 stroužek česneku (prolisovaný), sůl, pepř

Postup:

Brambory uvaříme v osolené vodě, oloupeme a nakrájíme nebo lehce podrúme. Třetinu cizrny zlehka rozmačkáme a smícháme s teplými brambory a zbývající cizrnou. Přidáme olivy, rajčata,

petrželku a zálivku. Dochutíme solí a pepřem. Posypeme na drobno nakrájenou jarní cibulkou⁴. Podáváme ještě teplé.

Čočkový salát s citronovou zálivku

Suroviny:

2 hrnky uvařené čočky, 2 vejce, 2 malé cibule, 1 lžíce olivového oleje, petrželová nat', 2 lžíce citronové šťávy, sůl, pepř, listy čínské zelí.

Postup:

Ve větší míse smícháme čočku s na drobno posekanou cibulkou, olivovým olejem, posekanou petrželkou a citronovou šťávou. Podáváme teplé na zelných listech.

Pikantní bramborový salát

Suroviny:

750 g salátových brambor (typ A), 1 velká cibule, sůl, pepř, cukr, 1 malá salátová okurka, 2 rajčata, 1 svazek petrželky, 250 ml horkého masového bujónu, 1 lžíce ostré hořčice, 4 lžíce octa, 6 lžic olivového oleje, 2 vejce

Postup:

Brambory uvaříme ve slupce a vychladlé oloupeme a nakrájíme na plátky, přidáme na drobno nakrájenou cibuli. Vše osolíme. Okurku nakrájíme na kolečka, rajčata na drobno, petrželku nasekáme na jemno a vše zamícháme do brambor. Bujon rozmícháme s hořčicí, octem, cukrem, trochou soli, pepřem a olejem. Zálivku nalijeme na salát a zamícháme. Ozdobíme na osminky nakrájenými vejci.

Vajíčkově - okurkový salát

Suroviny:

8 vajec, 1 svazek ředkviček, 200 g salátových okurek, pár lístků čerstvé majoránky⁵, sůl

Omáčka:

2 lžíce pražených solených lískových ořechů, 2 lžíce vinného octa, 1 lžíce citronové šťávy, 1 lžička hořčice, 6 lžic olivového oleje, sůl, pepř

Postup:

Ředkvičky (nejhezčí odložíme na ozdobu) nakrájíme na drobné kostičky. Okurku nakrájíme podobně. Do omáčky posekáme solené oříšky. Vinný ocet a citronovou šťávu smícháme s hořčicí. Podle chuti osolíme a okořeníme pepřem. Po kapkách zapracujeme olej a nakonec přidáme oříšky. Přidáme k nakrájeným ředkvičkám a okurce, lehce promícháme a uděláme ze směsi kopyčku uprostřed mělké servírovací mísy. Na vrcholek položíme odloženou ředkvičku. Vejce přepůlíme a naskládáme je kolem salátu. Ozdobíme lístky majoránky nebo jiných zelených bylinek.

Vajíčkový salát s jarní zeleninou a masovými knedlíčky

Suroviny:

200 g libového mletého vepřového masa, 4 vejce, svazek jarní cibulky, svazek ředkviček

Zálivka:

2 lžíce majonézy, 1 bílý jogurt (150 g), worcestrová omáčka, na jemno nasekaná pažitka, sůl, cukr, pepř

Postup:

Z mletého masa uhněteme malé kuličky vhodíme do osolené vody a vaříme asi 7 minut. Vyjmeme, necháme okapat a vychladnout. Vejce nakrájíme na kolečka. Jarní cibulku nakrájíme na tenká kolečka.

Na zálivku smícháme majonézu a jogurt. Dochutíme solí, pepřem, cukrem a worcestrem. Zálivkou polijeme vejce a zeleninu a zlehka promícháme. Přidáme masové knedlíčky a posypeme jemně nasekanou petrželkou

⁴ Hodí se i pažitka

⁵ Nebo jiných zelených bylinek

A nakonec tři recepty ze světové kuchyně.

Salát Gübbrora⁶ (Skandinávie)

Patří k nejoblíbenějším salátům ve Skandinávii. Příprava je vcelku jednoduchá a moc práce nám nedá. Obvykle se podává s klasickým knäckebrotem.

Suroviny:

6 vajec, 1 menší červená cibule, 2 lžice nasekané pažitky, 1 lžice kopru, 6 – 8 ančoviček, sůl, pepř

Dresink:

2 žloutky, 3 – 4 lžice oleje z ančoviček, 1 lžička citronové šťávy, sůl, pepř

Postup:

Cibuli nakrájíme na jemno, vajíčka na malé kousky a nakrájíme i ančovičky. Přidáme pažitku, kopr, sůl a pepř – promícháme.

Žloutky prošleháme s olejem z ančoviček, šťávou z citronu a dochutíme solí a pepřem. Vmícháme do salátu.

(Místo ančoviček je možné použít i tresku.)



Salát Niçoise s pečenými keříčkovými rajčaty (Francie)

Jak název napovídá, salát pochází z francouzského města Nice a vznikl patrně někdy ke konci 19. století. O původním složení receptu se kulinářští odborníci přou. Údajně to bylo zpočátku jídlo pro chudé a obsahovalo pouze rajčata, ančovičky a olivový olej. Později přibyly další suroviny, které úrodná jižní Francie nabízela. V některých verzích se do salátu dávaly i artyčoky. Nevím, jestli by následující recept uspěl v Nice, kde vznikla organizace udělující restauracím certifikát, který stvrzuje, že se v nich salát niçoise připravuje správně, ale věřím, že vám bude chutnat.

Suroviny:

10 vařených a přepůlených nových brambor, 225 g zelených fazolek (lze použít i mražené), 75 g vypeckovaných oliv Kalamata, 2 lžice olivového oleje, 5 vajec, 1 přepůlený citrón, 4 ks tuňákového steaku (asi 175 g každý) nebo tuňák z konzervy, 4 na čtvrtky nakrájené hlávky salátu little gem, 12 filetů ančoviček v olivovém oleji, hrst čerstvé bazalky, mořská sůl a černý pepř na dochucení

Francouzský dresink:

3 lžice bílého vinného octa, 4 lžice extra panenského olivového oleje, 1 vrchovatá lžice dijonské hořčice, 1 drcený stroužek česneku

Postup:

Troubu předehřejeme na 200°C. Do hrnce dáme nové brambory a začneme je vařit (asi na 15 minut). Uvařené zchladíme studenou vodou a rozpůlíme. Fazolky povaříme v páře asi 4 minuty. Keříčková rajčata i se stonky zakápneme olivovým olejem a pečeme 12 – 15 minut. Vejce natvrdo oloupáme a rozpůlíme. Keříčková rajčata, fazolky a olivy dáme na talíř a zakapeme je šťávou z půlky citrónu. Grilovací pánev rozehřejeme na střední teplotu a dáme na ni osolené, opepřené a olivovým olejem potřené steaky z tuňáka. Péct stačí 3 – 4 minuty z každé strany.

⁶ V některých kuchařkách se píše gubbröra

Do velké mísy rozprostřeme listy salátu, zasypeme je přepůlenými brambory a ančovičkami, přidáme přepůlená vejce, fazolky, pečená rajčata a olivy. Tuňákové steaky můžeme ponechat vcelku nebo naporcovat a dát na salát. Posypeme lístky bazalky. Dresinkem salát přelijeme až těsně před podáváním.

Francouzský dresink: Ve vinném octě necháme rozpustit pořádnou špetku mořské soli, přidáme olivový olej, dijonskou hořčici a česnek. Důkladně promícháme.

Variantou je příprava salátu s použitím grilu. Na něm opečeme řezné plochy brambor, půlky citronu na dresink a tuňáka.



Salát Cobb (USA)

Salát si vymyslel v roce 1937 majitel Hollywoodské restaurace „Brown Derby“ Bob Cobb, když k ránu se svým přítelem dostali hlad a zkontroloval, co zbylo v ledničce. Sidu Graumanovi salát zachutnal tak, že si jej ještě týž den odpoledne objednal znovu. Salát tak započal vítězný tažení po Hollywoodu, Americe a nakonec po celém světě.

Suroviny:

2 velké kuřecí prsní řízky, 1 lžíce olivového oleje, 1 lžička koření rás el hánút⁷, 200 g uzené prorostlé slaniny nakrájené na drobno, 4 vejce, 1 krabička řeřichy, 180 g třešňových rajčat, 2 zralá avokáda (oloupaná a bez pecky), 5 jarních cibulek, 1 očištěný velký římský salát, sůl, pepř

Dresink:

50 g měkkého sýra s modrou plísní, 2 lžíce zakysané smetany, ½ lžičky dijonské hořčice, 2 lžíce olivového oleje, 1 lžíce citronové šťávy, hrst kopru

Postup:

Troubu předehřejeme na 200°C. Kuřecí maso pokapeme olejem, vetřeme do něho koření rás el hánút, sůl a pepř, upravíme je do mělkého pekáče a pečeme 15 minut. Přidáme slaninu a pečeme ještě 10 minut, dokud není maso propečené a slanina křupavá.

Suroviny na přípravu dresinku rozmixujeme nebo smícháme v misce. Rostlinky řeřichy ostříháme kousek nad substrátem.

Maso, vejce, rajčátka, avokáda, jarní cibulky a salát nakrájíme na kousky, promícháme, přidáme křupavou slaninu a řeřichu. Podáváme na velkém talíři s krémovým dresinkem k pokapání.

Kdo se nechce s kuřetem péct, může obrát kuře grilované a slaninu opéct na pánvi.

Receptů na saláty s vajíčky je samozřejmě ještě daleko víc. Někdy se do salátu dávají i vajíčka uvařená nahniličko, to nechám na vašem uvážení. A na spoustě dalších salátů jsou plátky vajíček používány na ozdobu.

čfk



⁷ Směs koření původem ze severní Afriky. V běžných obchodech asi nesežnete, ale na internetu je celkem snadno k dostání. Překvapivě třeba v Megaknihách. [Ras El Hanout 40 g - - Megaknihy.cz](http://RasElHanout40g--Megaknihy.cz)