

Zadělávaná mrkev

700 g očištěné mrkve
500 ml zeleninového vývaru
Sůl
Pepeř
Muškátový květ
120 g másla
Čerstvý křen
Čerstvý sýr
Čerstvé bylinky
Vejce, mouka, strouhanka na obalení
Olej na smažení

Do většího pekáčku rozložíme celou, očištěnou mrkev společně s 2/3 másla. Vložíme do předem vyhřáté trouby na 170 °C. Máslo se nám během chvíle rozpustí, mrkev pustí trochu vody. Ve chvíli, kdy nám začne máslo v pekáčku prskat, přilijeme zeleninový vývar, aby mrkev byla minimálně z poloviny ponořena. Pečeme zhruba 30 minut do změknutí mrkve, ale dáваме pozor, aby mrkev nebyla příliš upečená.

Po upečení výsledný vývar přelejeme do kastrůlku, přidáme jednu z upečených mrkví a omáčku zredukujeme. Společně s máslem pak rozmixujeme to hladké řidší omáčky.

Zbylou mrkev natrháme vidličkou na menší kousky, přidáme muškátový oříšek, nastrouhaný čerstvý sýr a křen. Opatrně propracujeme, aby se nám směs spojila, ale abychom z ní neudělali kaši.

Tvarujeme menší krokety, které dvakrát obalíme v klasickém trojobalu. Strouhanku můžeme vylepšit posekanými čerstvými bylinkami.

Smažíme v horkém oleji.

Podáváme s máslovou omáčkou

Fermentovaná mrkev

2,2 kg mrkve
1,3 l převařené vody
26 g soli bez jodu
1 zavařovací lahve 1,7 l

Připravíme si solný roztok. Vodu přivedeme k varu, přidáme sůl / nejlépe himalájskou sůl /, na 1 l vody 20 g soli a rozmícháme do úplného rozpuštění. Roztok necháme pozvolna vychladnout.

Mrkev důkladně očištíme a vypereme ve studené vodě, abychom měli jistotu, že bude čistá. Jedině v dokonale čisté zelenině máme záruku, že fermentační proces poběží tak jak má. Mrkev můžeme nakrájet na kostičky, kolečka na poloviny či čtvrtiny. Šroubovací sklenici před použitím ještě jednou vypláchneme horkou vodou, necháme zchladnout a pak do ní napěchujeme pokrájené mrkve. Čím více budou kolečka či hranolky natěsnané u sebe, tím větší máme jistotu, že zůstanou stále pod hladinou. Obsah sklenice zalijeme roztokem zhruba 1 cm pod okraj, zakryjeme víčkem, ale neutahujeme. Mrkev nám začne po pár dnech pracovat a část roztoku může vytéct.

Sklenici uložíme na tmavé místo, ideálně při teplotě 17 - 21 °C. Při vyšší teplotě by se mohl fermentační proces narušit a objevit se bakterie hniloby.

Po 14 dnech až mrkev přestane intenzivně bublat nebo pění a bude mít nakyslou chuť, můžete celý proces zastavit tak, že sklenici vložíte do lednice.

Pokud chcete mít mrkev kyselější, štiplavější nechte fermentovat i několik týdnů nebo měsíců.

Smažená nať

Nať z jednoho svazku mrkve

1 vejce

Perlivá voda

Sůl

Hladká mouka

Prach ze sušených slupek

Čerstvou mrkvovou nať opláchneme pod tekoucí vodou a necháme okapat.

Z vody, vejce, soli, mouky a zeleninového prachu si připravíme těstíčko, do kterého namočíme nať a smažíme v rozpáleném oleji. Necháme oschnout na papírové utěrce, popřípadě osolíme.