



Recepty ze surovin – kapr a cibule trochu jinak

Třeboňský kapr nemusí skončit jen na vánočním stole a Všestarská cibule nemusí být pouze základem guláše nebo omáčky. Tradiční suroviny nabízejí v kuchyni mnohem více možností, než jak je běžně používáme. Nabízíme dva recepty, které vznikly během kuchařské show Petra Stupky na Agrosalonu Země Živitelka 2026 a spojuje je jednoduchá myšlenka - vzít dobře známé suroviny a využít je trochu jinak, než jsme v našich domácnostech zvyklí.

Recept – Třeboňský pečenáč

Kousky kapřího filetu se nejprve naloží do marinády z Českého piva, česneku, Českého kmínu, sladké papriky a bramborového škrobu. Po upečení se kapr naloží do výrazného sladkokyselého láku s Všestarskou cibulí, chilli omáčkou, pepřem a kmínem.

Ingredience:

Na kapra

- Filety z Třeboňského kapra 600 g
- České pivo světlý ležák 100 ml
- Bramborový škrob 25 g
- Česnek čerstvý 20 g
- Český kmín čerstvě mletý 3 g
- Paprika sladká 3 g
- Sůl 15 g

Postup

Marinádu připravte důkladným promícháním piva, prolisovaného česneku, škrobu a koření se solí. Do této směsi vložte menší kousky (hranolky) nakrájené z filetu kapra, krátce vše promíchejte a nechte v chladu přibližně jednu hodinu stát. Troubu si předehřejte na 180 stupňů. Na plech s pečicím papírem pak rozložte naloženou rybu tak, aby se kousky

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však názory a stanoviska autorů a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie nebo orgánu poskytujícího podporu. Evropská unie ani orgán poskytující podporu za ně nenesou odpovědnost.

www.slunicka kvality.cz



KAMPAŇ FINANCOVANÁ
S PODPOROU
EVROPSKÉ UNIE

EVROPSKÁ UNIE PODPORUJE KAMPAŇ
ZAMĚŘENÉ NA PROPAGACI ZEMĚDĚLSKÝCH
PRODUKTŮ VYSOKÉ JAKOSTI





vzájemně nedotýkaly. Následně vše pečte přibližně 5 minut. Poté troubu vypněte a kapra nechte další tři minuty v mírnějším teple dojít.

Na lák

- Ocet lihový 250 ml
- Sladká chilli omáčka 100 ml
- Všestarská cibule 250 g
- Sůl 20 g
- Drcený pepř a drcený kmín
- Voda 150 ml

Cibuli nakrájejte na drobné kousky a krátce ji povařte ve vodě s ostatními surovinami. Ne horký, ale ještě teplý lák nalijte na ochladlé kapří pečenáče. Vše pečlivě zakryjte a nechte ve sklenici či kameninové misce nejméně do druhého dne v chladu.

Recept – Všestarský cibulový salát

Hlavní roli v něm hraje Všestarská cibule, kterou doplňuje nakládaná červená řepa, cibulová nať, med a jablečný ocet. Výsledkem je svěží salát s výraznou chutí, který se hodí jako příloha k masu i jako zajímavý doplněk k dalším pokrmům.

Ingredience:

- Všestarská cibule 300 g
- Nakládaná červená řepa bez nálevu 150 g
- Cibulová nať 80 g
- Olej řepkový (za studena lisovaný) 110 ml
- Sůl 15 g

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však názory a stanovisky autorů a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie nebo orgánu poskytujícího podporu. Evropská unie ani orgán poskytující podporu za ně nenesou odpovědnost.

www.slunicka kvality.cz



KAMPAŇ FINANCOVANÁ
S PODPOROU
EVROPSKÉ UNIE

EVROPSKÁ UNIE PODPORUJE KAMPAŇ
ZAMĚŘENÉ NA PROPAGACI ZEMĚDĚLSKÝCH
PRODUKTŮ VYSOKÉ JAKOSTI





- Jablečný ocet 20 ml
- Med 40 g

Postup

Cibuli nakrájejte na jemná půlkolečka nebo měsíčky, osolte a zalijte olejem.

Po dobu deseti minut ji důkladně promíchávejte až změkne a pustí do oleje šťávu. Poté vše dochuťte medem, octem a drobně posekanou rozmixovanou červenou řepou.

Dobrou chuť!

Fotografie k receptům bude použita buď ilustrační z letáčku nebo pořízena při kuchařské show na veletrhu.

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však názory a stanovisky autorů a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie nebo orgánu poskytujícího podporu. Evropská unie ani orgán poskytující podporu za ně nenesou odpovědnost.

www.slunickaquality.cz



KAMPAŇ FINANCOVANÁ
S PODPOROU
EVROPSKÉ UNIE

EVROPSKÁ UNIE PODPORUJE KAMPAŇ
ZAMĚŘENÉ NA PROPAGACI ZEMĚDĚLSKÝCH
PRODUKTŮ VYSOKÉ JAKOSTI

