



**TESLA**

*MultiCook*



# Hovězí vývar

## Hovädzí vývar

### Beef broth

### Rosół wołowy



4 porce/porcie/servings/porcje



12 hod

## Suroviny

400 g hovézích kostí  
200 g hovézího masa  
1 cibule  
2 stroužky česneku  
2 větší mrkve  
1 petržel  
150 g celeru  
2 bobkové listy  
5 kuliček celého pepře  
5 kuliček nového koření  
sůl  
petrželka  
1½ - 2 l vody

## Suroviny

400 g hovädzích kostí  
200 g hovädzieho mäsa  
1 cibuľa  
2 strúčiky cesnaku  
2 väčšie mrkvy  
1 petržlenová vňať  
150 g zeleru  
2 bobkové listy  
5 celých zrníek korenia  
5 gulôčok nového korenia  
soľ  
petržlenová vňať  
1½ - 2 l vody

## Postup

- Do hrnce vložte hovézí maso a kosti. Přidejte zeleninu a lehce orestujte. Osolte a přidejte nové koření, bobkový list a celý pepř.
- Zalijte vodou tak, aby bylo vše ponořené, a zapněte hrnec na první stupeň pomalého vaření.\*
- Doporučená doba tažení vývaru je 12 hodin, ale můžete ho táhnout i déle, o to výraznější bude mít chuť.
- Po dovaření vyndejte z vývaru velké kusy zeleniny, kosti a maso a přes sítko slijte do běžného hrnce.
- Uvařenou zeleninu nakrájejte do vývaru, nebo ji vyměňte za čerstvou, kterou povaříte do změknutí. Z kosti oberte maso a přidejte do vývaru.
- Zvlášť si uvařte nudle do polévky, které potom přidejte do vývaru společně s obraným masem z kosti. Ozdobte petrželkou.

\* Některé multifunkční hrnce mají pouze jeden stupeň pomalého vaření. Čas je tedy potřeba upravit dle zkušeností.

## Postup

- Do hrnca vložte hovädzie mäso a kosti. Pridajte zeleninu a orestujte. Osolte a pridajte nové korenie, bobkový list a celé korenie.
- Zalejte vodou tak, aby bolo všetko ponorené, a zapnite hrniec na prvý stupeň pomalého varenia.\*
- Odporúčaná doba ťahania vývaru je 12 hodín, ale môžete ho ťahať aj dlhšie, o to výraznejšia bude mať chuť.
- Po dovarení vyberte z vývaru veľké kusy zeleniny, kosti a mäso a cez sitko zlejte do bežného hrnca.
- Uvarenú zeleninu nakrájajte do vývaru alebo ju nahraďte čerstvou, ktorú uvarte do mäčka. Mäso zbavte kostí a pridajte do vývaru. Zvlášť si uvarte rezance do polievky, ktoré potom pridajte do vývaru spoločne s obraným mäsom z kosti. Ozdobte petržlenovou vňaťou.

\* Niektoré multifunkčné hrnce majú iba jeden stupeň pomalého varenia. Čas je tedy nutné upraviť dle zkušeností.

## CZ

## SK



## Ingredients

400 g beef bones  
200 g beef  
1 onion  
2 cloves of garlic  
2 larger carrots  
1 parsley  
150 g celery  
2 bay leaves  
5 whole peppercorns  
5 allspice balls  
salt  
parsley  
1½ - 2 l of water

## Surowce

400 g kości wołowych  
200 g wołowiny  
1 cebula  
2 ząbki czosnku  
2 większe marchewki  
1 pietruszka  
150 g selera  
2 liście laurowe  
5 całych ziaren pieprzu  
5 kulek ziela angielskiego  
sól  
pietruszka  
1½ - 2 l wody

## Directions

- Put the beef and bones in the pot. Add the vegetables and fry lightly. Add salt and allspice, bay leaf and whole peppercorns.
- Cover with water so that everything is dipped in the water, and turn Slow Cook mode on to the low level.\*
- The recommended broth cooking time is 12 hours, but you can cook it for longer, it will have a more strong taste.
- When the broth is done, remove large pieces of vegetables, bones and meat from the broth and strain through a sieve into a regular pot. Cut the cooked vegetables into the broth, or replace them with fresh ones that you boil until soft.
- Pick the meat off the bone and add to the stock.
- Cook the noodles for the soup separately, then add them to the stock with the meat from the bone. Garnish with parsley.

\* Some multi-function pots have only one stage of slow cooking. The time should therefore be adjusted according to experience.

## Procedura

- Włóż wołowinę i kości do garnka. Dodaj warzywa i lekko podsmażyć. Dopraw solą i pieprzem, dodaj ziele angielskie, liść laurowy i całą paprykę.
- Przykryj wodą tak, aby wszystko było zanurzone i ustaw garnek na pierwszy etap powolnego gotowania.\*
- Zalecany czas gotowania bulionu to 12 godzin, ale można go gotować dłużej, wtedy smak będzie bardziej wyrazisty.
- Pokrój ugotowane warzywa do bulionu lub zastąp je świeżymi, które gotujesz do miękkości. Obrób mięso z kości i dodaj do bulionu.
- Osobno ugotować makaron do zupy, a następnie dodać go do wywaru wraz z odciętym mięsem z kości.

\* Niektóre garnki wielofunkcyjne mają tylko jeden etap powolnego gotowania. Czas gotowania należy więc dostosować do własnych potrzeb.

EN

PL

# Fazolová polévka se špenátem

## Fazuľová polievka so špenátom

## Bean soup with spinach

## Zupa fasolowa ze szpinakiem



4 porce/porcie/servings/porcje



3-8 hod

### Suroviny

1 lžíce olivového oleje  
1 ks paprikové klobásy  
3 stroužky česneku  
1 cibule  
3 mrkve  
2 stonky celeru  
2 konzervy bílých fazolí  
½ lžičky sušeného oregana  
2 bobkové listy  
8 hrnků kuřecího vývaru  
sůl  
pepř  
3 hrnky baby špenátu

### Suroviny

1 polievková lyžica olivového oleja  
1 kus paprikovej klobásy  
3 strúčiky cesnaku  
1 cibuľa  
3 mrkvy  
2 stonky zeleru  
2 plechovky bielej fazule  
½ lyžičky sušeného oregana  
2 bobkové listy  
8 šálok kuracieho vývaru  
soľ  
korenie  
3 šálky baby špenátu

### Postup

- Orestujte klobásku po dobu 3–4 minut.
- Přidejte do hrnce česnek, cibuli, mrkev, celer, fazole, oregano a bobkový list.
- Vmíchejte kuřecí vývar, 2 hrnky vody, osolte a opepřete.
- Hrnec zapněte na Pomalé vaření, zakryjte a vařte při nízké teplotě (low) 7–8 hodin nebo 3–4 hodiny při vysoké teplotě (high).\*
- Přidejte baby špenát a promíchejte. Špenát již nevařte, po přidání změkne.
- Můžete ihned podávat.

\* Některé multifunkční hrnce mají pouze jeden stupeň pomalého vaření. Čas je tedy potřeba upravit dle zkušeností.

### CZ

### Postup

- Klobásku smažte 3-4 minúty.
- Pridajte do hrnca klobásku, cesnak, cibuľu, mrkvu, zeler, fazuľu, oregano a a bobkový list.
- Primiešajte kurací vývar, 2 šálky vody, soľ a korenie.
- Hrnec zapnite na pomalé varenie, prikryte a varte na nízkej teplote 7-8 hodín alebo na vysokej teplote 3-4 hodiny.\*
- Pridajte baby špenát a premiešajte. Špenát už nevarite, po pridaní zmäkne.
- Môžete ihneď podávať.

\* Niektoré multifunkčné hrnce majú iba jeden stupeň pomalého varenia. Čas je tedy nutné upraviť dle zkušeností.

### SK



## Ingredients

1 tablespoon olive oil  
 1 piece of paprika sausage  
 3 cloves of garlic  
 1 onion  
 3 carrots  
 2 stalks of celery  
 2 cans of white beans  
 ½ teaspoon dried oregano  
 2 bay leaves  
 8 cups chicken broth  
 salt  
 pepper  
 3 cups baby spinach

## Surowce

1 łyżka oliwy z oliwek  
 1 kawałek kiełbasy paprykowej  
 3 ząbki czosnku  
 1 cebula  
 3 marchewki  
 2 łodygi selera naciowego  
 2 puszki białej fasoli  
 ½ łyżeczki suszonego oregano  
 2 liście laurowe  
 8 filiżanek wywaru z kurczaka  
 sól  
 pieprz  
 3 szklanki szpinaku baby

## Directions

EN

- Fry the sausage for 3-4 minutes.
- Place the sausage, garlic, onion, carrot, celery, beans, oregano and bay leaf in the pot.
- Stir in chicken broth, 2 cups water, salt and pepper.
- Turn the pot to Slow Cook, cover and cook on low level for 7-8 hours or high level for 3-4 hours.\*
- Add the baby spinach and stir. Do not cook the spinach any longer, it will soften when added.
- You can serve immediately.

\* Some multi-function pots have only one stage of slow cooking. The time should therefore be adjusted according to experience.

## Procedura

PL

- Smażyć kiełbasę przez 3-4 minuty.
- Umieścić kiełbasę, czosnek, cebulę, marchewkę, seler, fasolę, oregano i liść laurowy w garnku.
- Dodaj bulion drobiowy, 2 szklanki wody, sól i pieprz.
- Przetwórz garnek na tryb Slow Cook, przykryj i gotuj na niskim poziomie przez 7-8 godzin lub na wysokim poziomie przez 3-4 godziny.\*
- Dodaj szpinak i wymieszaj. Nie gotuj szpinaku dłużej, zmięknie po dodaniu.
- Można podawać natychmiast.

\* Niektóre garnki wielofunkcyjne mają tylko jeden etap powolnego gotowania. Czas gotowania należy więc dostosować do własnych potrzeb.

# Dušené hovězí

## Hovädzie dusené mäso

## Beef stew

## Gulasz wołowy



4 porce/porcie/servings/porcje



3-8 hod

### Suroviny

1 lžice olivového oleje  
1 kg hovězího masa na kostičky  
sůl, pepř  
500 g brambor  
4 mrkve  
1 cibule  
3 stroužky česneku  
3 hrnky vývaru  
2 lžice rajského protlaku  
1 lžice worcestrové omáčky  
1 lžička tymiánu a rozmarýnu  
1 lžička uzené papriky a kmínu  
2 bobkové listy  
¼ hrnku hladké mouky  
2 lžice čerstvé petrželky

### Suroviny

1 lyžica olivového oleja  
1 kg hovädzieho mäsa nakrája-  
ného na kocky  
soľ, korenie  
500 g zemiakov  
4 mrkvy, 1 cibuľa  
3 strúčiky cesnaku  
3 šálky vývaru  
2 lyžice paradajkového pretlaku  
1 lyžica worcestrovej omáčky  
1 lyžička tymiánu a rozmarínu  
1 lyžička údenej papriky a rasce  
2 bobkové listy  
¼ šálky hladkej múky  
2 lyžice čerstvej petržlenovej  
vňate

### Postup

- Maso osolte a opeřete. Zahřejte olej v hrnci a orestujte nakrájené maso 2–3 minuty.
- Vložte maso, brambory, mrkev, cibuli a česnek do hrnce. Protlak zamíchejte s vývarem, přidejte koření. Směs vývaru a koření nalijte na maso a vařte při nízké teplotě (low) 7–8 hodin nebo při vysoké teplotě (high) 3–4 hodiny.\*
- Ke konci vaření smíchejte mouku s ½ hrnkem vývaru a za pomalého míchání vlijte do hrnce. Zakryjte a vařte při vysoké teplotě (high) ještě 30 minut.
- Podávejte zdobené čerstvou petrželkou.

\* Některé multifunkční hrnce mají pouze jeden stupeň pomalého vaření. Čas je tedy potřeba upravit dle zkušeností.

### CZ

### Postup

- Mäso osolte a okoreňte. Zahřejte olej v hrnci a orestujte nakrájané mäso 2–3 minúty.
- Vložte mäso, zemiaky, mrkvu, cibuľu a cesnak do hrnca. Pretlak zamiešajte s vývarom, pridajte korenie. Zmes vývaru a korenia nalejte na mäso a varte pri nízkej teplote (low) 7–8 hodín alebo pri vysokej teplote (high) 3–4 hodiny.\*
- Ku koncu varenia zmiešajte múku s ½ hrnčekom vývaru a za pomalého miešania vlejte do hrnca. Zakryte a varte pri vysokej teplote (high) ešte 30 minút.
- Podávajte zdobené čerstvou petržlenovou vňaťou.

\* Niektoré multifunkčné hrnce majú iba jeden stupeň pomalého varenia. Čas je tedy nutné upraviť dle zkušeností.

### SK



## Ingredients

1 tablespoon olive oil  
1 kg diced beef  
salt, pepper  
500 g potatoes  
4 carrots, 1 onion  
3 cloves of garlic  
3 cups of broth  
2 tablespoons tomato puree  
1 tablespoon worcestershire sauce  
1 tsp thyme and rosemary  
1 tsp smoked paprika and cumin  
2 bay leaves  
¼ cup plain flour  
2 tablespoons fresh parsley

## Surowce

1 łyżka oliwy z oliwek  
1 kg wołowiny  
sól, pieprz  
500 g ziemniaków  
4 marchewki, 1 cebula  
3 ząbki czosnku  
3 szklanki bulionu  
2 łyżki przecieru pomidorowego  
1 łyżka stołowa sosu worcestershire  
1 łyżeczka tymianku i rozmarynu  
1 łyżeczka wędzonej papryki i kminku  
2 liście laurowe  
¼ szklanki zwykłej mąki  
2 łyżki świeżej pietruszki

## Directions

- Salt and pepper the meat. Heat the oil in the pot and fry the chopped meat for 2-3 minutes.
- Put the meat, potatoes, carrots, onion and garlic in the pot. Stir the purée with the broth, add the spices. Pour the broth and spice mixture over the meat and cook on low level for 7-8 hours or on high level for 3-4 hours.\*
- Towards the end of cooking, mix the flour with ½ cup of broth and pour into the pot, stirring slowly. Cover and cook on high for another 30 minutes.
- Serve garnished with fresh parsley.

\* Some multi-function pots have only one stage of slow cooking. The time should therefore be adjusted according to experience.

## EN

## Procedura

- Posolić i popieprzyć mięso. Rozgrzać olej w garnku i smażyć pokrojone mięso przez 2-3 minuty.
- Przełóż mięso, ziemniaki, marchewkę, cebulę i czosnek do garnka. Wymieszać purée z bulionem, dodać przyprawy. Zalej mięso bulionem z przyprawami i gotuj na małym ogniu przez 7-8 godzin lub na dużym ogniu przez 3-4 godziny.\*
- Pod koniec gotowania wymieszaj mąkę z ½ szklanki bulionu i wlej do garnka, powoli mieszając. Przykryj i gotuj na dużym ogniu przez kolejne 30 minut.
- Podawać udekorowane świeżą pietruszką.

\* Niektóre garnki wielofunkcyjne mają tylko jeden etap powolnego gotowania. Czas gotowania należy więc dostosować do własnych potrzeb.

## PL

# Chilli con carne

Chilli con carne

Chilli con carne

Chilli con carne



4 porce/porcie/servings/porcje



4-8 hod

## Suroviny

500 g mletého hovézího masa  
2 plechovky fazolí  
2 plechovky nakrájených rajčat  
1 plechovka rajčatové omáčky  
2 střední cibule  
2 stroužky česneku  
2 lžičky chilli  
1 lžička soli  
1 lžička pepře

strouhaný sýr čedar  
jarní cibulka

## Suroviny

500 g mletého hovädzieho mäsa  
2 plechovky fazule  
2 plechovky nakrájaných paradajok  
1 plechovka paradajkovej omáčky  
2 stredná cibuľa  
2 strúčiky cesnaku  
2 lyžičky chilli  
1 lyžička soli  
1 lyžička korenia

strúhaný sýr čedar  
jarná cibuľka

## Postup

- V hrnci osmahněte hovézí maso dohněda. Přidejte k masu všechny ostatní ingredience.
- Vařte na nízké teplotě (low) po dobu 8–10 hodin nebo 4–5 hodin na vysoké teplotě (high).\*
- V průběhu vaření můžete dochutit přidáním chilli koření.
- Servírujte s nastrouhaným sýrem čedar a jarní cibulkou.

\* Některé multifunkční hrnce mají pouze jeden stupeň pomalého vaření. Čas je tedy potřeba upravit dle zkušeností.

## CZ

## Postup

- V hrnci opražte hovädzie mäso dohneda. Pridajte k mäsu všetky ostatné ingrediencie.
- Varte na nízkej teplote (low) po dobu 8–10 hodín alebo 4–5 hodín na vysokej teplote (high).\*
- V priebehu varenia môžete dochutiť pridaním čili korenia.
- Servírujte s nastrúhaným čedar syrom a jarnou cibuľkou.

\* Niektoré multifunkčné hrnce majú iba jeden stupeň pomalého varenia. Čas je tedy nutné upraviť dle zkušeností.

## SK





## Ingredients

500 g minced beef  
2 cans of beans  
2 cans diced tomatoes  
1 can of tomato sauce  
2 medium onions  
2 garlic cloves  
2 teaspoons chilli  
1 tsp salt  
1 teaspoon pepper

grated cheddar cheese  
spring onions

## Surowce

500 g mielonej wołowiny  
2 puszki fasoli  
2 puszki pomidorów pokrojonych w kostkę  
1 puszka sosu pomidorowego  
2 średnie cebule  
2 ząbki czosnku  
2 łyżeczki chili  
1 łyżeczka soli  
1 łyżeczka pieprzu

starty ser cheddar  
cebula dymka

## Directions

EN

- In the pot, fry the beef until brown. Add all ingredients into the pot and stir.
  - Cook on low level for 8-10 hours or on high level for 4-5 hours.\*
  - You can season during cooking by adding chili spices.
  - Serve with grated cheddar cheese and spring onions.
- \* Some multi-function pots have only one stage of slow cooking. The time should therefore be adjusted according to experience.

## Procedura

PL

- W garnku usmażyć wołowinę na brązowy kolor. Dodaj wszystkie pozostałe składniki do mięsa.
  - Gotować na małym ogniu przez 8-10 godzin lub na dużym ogniu przez 4-5 godzin.\*
  - Można doprawić podczas gotowania, dodając przyprawy chili.
  - Podawaj z tartym serem cheddar i dymką.
- \* Niektóre garnki wielofunkcyjne mają tylko jeden etap powolnego gotowania. Czas gotowania należy więc dostosować do własnych potrzeb.

# Pomalú pečené kuře

*Pomalý pečené kurča*

*Slow roasted chicken*

*Wolno pieczony kurczak*



4 porce/porcie/servings/porcje



8 hod

## Suroviny

1 kuře  
½ lžičky pepře  
1 lžička tymiánu  
1 stroužek česneku  
2 lžičky papriky  
2 lžičky soli  
1 cibule

## Postup

**CZ**

- Celé kuře opláchněte vodou a osušte. Smíchejte koření v misce a poté potřete po celém kuřeti.
- Cibuli nakrájejte na plátky, vložte na dno hrnce. Zalijte ½ hrnkem vody.
- Kuře se směsí koření položte na cibuli a vařte 8 hodin na nízkou teplotu (low).\*

\* Některé multifunkční hrnce mají pouze jeden stupeň pomalého vaření. Čas je tedy potřeba upravit dle zkušeností.

## Suroviny

1 kurča  
½ lyžičky korenia  
1 lyžička tymiánu  
1 strúčik cesnaku  
2 lyžičky papriky  
2 lyžičky soli  
1 cibuľa

## Postup

**SK**

- Celé kura opláchnite vodou a osušte. Zmiešajte korenie v miske a potom potrite po celom kurčaťu.
- Cibuľu nakrájajte na plátky, vložte na hrnca. Zalejte ½ hrnčekom vody.
- Kurča so zmesou korenia položte na cibuľu a varte 8 hodín na nízku teplotu (low).\*

\* Niektoré multifunkčné hrnce majú iba jeden stupeň pomalého varenia. Čas je tedy nutné upraviť dle zkušeností.



## Ingredients

1 chicken  
½ teaspoon pepper  
1 teaspoon thyme  
1 clove garlic  
2 teaspoons paprika  
2 teaspoons salt  
1 onion

## Surowce

1 kurczak  
½ łyżeczki pieprzu  
1 łyżeczka tymianku  
1 ząbek czosnku  
2 łyżeczki papryki  
2 łyżeczki soli  
1 cebula

## Directions

EN

- Rinse the whole chicken with water and pat dry. Mix the spices in a bowl and then rub all over the chicken.
- Slice the onion, place in the bottom of the pot. Cover with ½ cup of water.
- Place the chicken with the spice mixture on top of the onions and cook on low level for 8 hours.\*

\* Some multi-function pots have only one stage of slow cooking. The time should therefore be adjusted according to experience.

## Procedura

PL

- Oplucz całego kurczaka wodą i osusz. Wymieszać przyprawy w misce a następnie natrzyj nimi całego kurczaka.
- Cebulę pokroić w plastry i umieścić w rondlu. Wlać ½ szklanki wody.
- Umieść kurczaka z mieszanką przypraw na cebuli i gotuj na wolnym ogniu przez 8 godzin.\*

\* Niektóre garnki wielofunkcyjne mają tylko jeden etap powolnego gotowania. Czas gotowania należy więc dostosować do własnych potrzeb.

# Barbecue žebra

## Barbecue rebrá

## Barbecue ribs

## Barbecue žebra



4 porce/porcie/servings/porcje



4-8 hod

### Suroviny

1½ kg žeber  
sůl a mletý černý pepř podle  
chuti  
olej  
500 ml barbeque omáčky

### Postup

**CZ**

- Žebra osolte a opeřete.
- Hrnec vymažte olejem. Vložte do něj žebra a potřete je barbecue omáčkou. Podlijte trochou vody.
- Příkladně vařte 4 hodiny při vysoké teplotě (high) nebo 8 hodin při nízké teplotě (low).\*
- Před podáváním žebra vyjměte z hrnce a znovu je potřete barbecue omáčkou.

\* Některé multifunkční hrnce mají pouze jeden stupeň pomalého vaření. Čas je tedy potřeba upravit dle zkušeností.

### Suroviny

1½ kg rebier  
soľ a mleté čierne korenie  
podľa chuti  
olej  
500 ml barbeque omáčky

### Postup

**SK**

- Rebrá osolte a okoreňte.
- Hrnec vymažte olejom. Vložte doň rebrá a potrite ich barbecue omáčkou. Podlejte trochou vody.
- Příkladně varte 4 hodiny na vysokej teplote (high) alebo 8 hodín na nízkej teplote (low).
- Pred podávaním pečené rebrá vyberte z hrnca a znovu ich potrite barbecue omáčkou.

\* Niektoré multifunkčné hrnce majú iba jeden stupeň pomalého varenia. Čas je tedy nutné upraviť dle zkušeností.



## Ingredients

1½ kg ribs  
salt and ground black pepper  
to taste  
oil  
500 ml barbecue sauce

## Surowce

1½ kg żeberka  
sól i mielony czarny pieprz do  
smaku  
olej  
500 ml sosu barbeque

## Directions

EN

- Salt and pepper the ribs.
- Grease the pot with oil. Place the ribs in it and brush them with the barbecue sauce. Cover with a little water.
- Cook covered for 4 hours on high level or 8 hours on low level.
- Before serving, remove the ribs from the pot and brush them again with the barbecue sauce.

\* Some multi-function pots have only one stage of slow cooking. The time should therefore be adjusted according to experience.

## Procedura

PL

- Posolić i popieprzyć żeberka.
- Nasmarować garnek olejem. Umieść w nim żeberka i posmaruj je sosem barbeque. Przykryć niewielką ilością wody.
- Gotować pod przykryciem przez 4 godziny na dużym ogniu lub 8 godzin na małym ogniu.
- Przed podaniem wyjąć żeberka z garnka i ponownie posmarować je sosem barbeque.

\* Niektóre garnki wielofunkcyjne mają tylko jeden etap powolnego gotowania. Czas gotowania należy więc dostosować do własnych potrzeb.

# Steak Sous vide

## Steak Sous vide

## Steak Sous vide

## Stek sous vide



4 porce/porcie/servings/porcje



1 hod 50 min

### Suroviny

4 ks hovézích steaků  
6 stroužků česneku  
2 větvičky rozmarýnu  
6 větviček tymiánu  
800 g brambor  
12 stonků chřestu  
sůl, pepř  
1 menší cibule  
máslo

### Suroviny

4 ks hovädzích steakov  
6 strúčikov cesnaku  
2 vetvičky rozmarínu  
6 vetvičiek tymiánu  
800 g zemiakov  
12 stoniek špargle  
soľ, korenie  
1 menšia cibuľa  
maslo

### Postup

- Předehřejte hrnec s vodou přibližně na 52 °C. Maso osolte a opepřete a přeneste jej do plastového uzavíratelného sáčku spolu s česnekem, rozmarýnem, tymiánem a vymáčkněte vzduch.
- Do dalšího sáčku vložte brambory, chřest, cibuli, máslo, sůl, pepř a vymáčkněte vzduch.
- Sáček se zeleninou vložte do hrnce a vařte 45 minut. Poté přidejte i sáček s masem a vařte další hodinu.
- Steak vytáhněte ze sáčku a rychle opečte na pánvičce nebo grilu do požadované teploty a zbarvení.
- Podávejte se zeleninou.

### CZ

### Postup

- Predhrejte hrniec s vodou približne na 52 °C. Mäso osolte a okoreňte a prenesťte ho do plastového uzatvárateľného vrečka spolu s cesnakom, rozmarínom, tymiánom a vytlačte vzduch.
- Do ďalšieho vrečka vložte zemiaky, špargľu, cibuľu, maslo, soľ, korenie a vytlačte vzduch.
- Vrečko so zeleninou vložte do hrnca a varte 45 minút. Potom pridajte aj vrečko s mäsom a varte ďalšiu hodinu.
- Steak vyťahnite z vrečka a rýchlo opečte na panvičke alebo grile do požadovanej teploty a sfarbenia.
- Podávajte so zeleninou.

### SK



## Ingredients

4 beef steaks  
6 cloves of garlic  
2 sprigs of rosemary  
6 sprigs of thyme  
800 g potatoes  
12 asparagus stalks  
salt, pepper  
1 small onion  
butter

## Surowce

4 steki wołowe  
6 ząbków czosnku  
2 gałązki rozmarynu  
6 gałązek tymianku  
800 g ziemniaków  
12 łodyg szparagów  
sól, pieprz  
1 mała cebula  
masło

## Directions

EN

- Preheat a pot of water to 52 °C. Season the meat with salt and pepper and transfer it to a plastic resealable bag with the garlic, rosemary, thyme and squeeze out the air.
- Place the potatoes, asparagus, onion, butter, salt, pepper and squeeze out the air into another bag.
- Place the bag of vegetables in the pot and cook for 45 minutes. Then add the bag of meat and cook for another hour.
- Remove the steak from the bag and quickly sear on a griddle or grill until desired temperature and color.
- Serve with vegetables.

## Procedura

PL

- Podgrzej garnek z wodą do temperatury 52 °C. Dopraw mięso solą i pieprzem i przełóż do plastikowej zamykanej torebki razem z czosnkiem, rozmarynem, tymiankiem i wyciśnij powietrze.
- Umieść ziemniaki, szparagi, cebulę, masło, sól, pieprz i wyciśnij powietrze do innej torby.
- Umieść worek z warzywami w garnku i gotuj przez 45 minut. Następnie dodaj worek z mięsem i gotuj przez kolejną godzinę.
- Wyjąć stek z torebki i szybko obsmażyć na patelni lub grillu do uzyskania pożądanej temperatury i koloru.
- Podawać z warzywami.

# Mrkvičky Sous vide

## Mrkvičky Sous vide

## Carrots Sous vide

## Marchewka sous vide



4 porce/porcie/servings/porcje



25 min

### Suroviny

mladá mrkvička nebo baby  
olivový olej  
sůl podle chuti  
máslo

### Postup

**CZ**

- Předehřejte vodu v hrnci přibližně na 85 °C. Vložte mrkvičky do sáčku, smíchejte se dvěma lžicemi oleje a špetkou soli. Uzavřete sáček a vložte do předehřáté vodní lázně na 25 minut.
- Podávejte okamžitě s kouskem másla.

### Suroviny

mladá mrkvička alebo baby  
olivový olej  
soľ podľa chuti  
maslo

### Postup

**SK**

- Predhrejte vodu v hrnci približne na 85 °C. Vložte mrkvičky do vrecka, zmiešajte s dvoma lyžicami oleja a štipkou soli. Uzavrite vrecko a vložte dopreduhriate vodné kúpele na 25 minút.
- Podávajte okamžite s kúskom masla.





## *Ingredients*

young carrot or baby  
olive oil  
salt to taste  
butter

## *Surowce*

młoda marchewka lub młoda  
marchewka  
oliwa z oliwek  
sól do smaku  
masło

## *Directions*

**EN**

- Preheat the water in the pot to 85 °C. Put the carrots in a bag, mix with two tablespoons of oil and a pinch of salt. Seal the bag and place in the preheated water bath for 25 minutes.
- Serve immediately with a knob of butter.

## *Procedura*

**PL**

- Podgrzej wodę w garnku do 85 °C. Włóż marchewki do woreczka, wymieszaj z dwiema łyżkami oleju i szczyptą soli. Zamknij torebkę i umieść w podgrzanej kąpielii wodnej na 25 minut.
- Podawać natychmiast z gałką masła.

# Skořicová jablka Sous Vide

## Skořicové jablká Sous Vide

## Cinnamon apples Sous Vide

## Jablka z cynamonem w środku Sous vide



4 porce/porcie/servings/porcje



2 hod

### Suroviny

4 ks jablek  
citronová šťáva z 1 ks citrону  
3 lžíce másla  
2 ks datlí  
2 lžíce hnědého cukru  
1 lžíci skořice  
2 lžíce rozinek  
½ lžičky muškátového oříšku  
špetka soli  
1 lžíce vanilkového cukru  
šlehačka  
podle chuti vanilková zmrzlina

### Suroviny

4 ks jablák  
citronová šťava z 1 ks citróna  
3 lyžice masla  
2 ks datlí  
2 lyžice hnedého cukru  
1 lyžicu škoric  
2 lyžice hrozienok  
½ lyžičky muškátového orieška  
štipka soli  
1 lyžica vanilkového cukru  
šľahačka  
podľa chuti vanilková zmrzlina

### Postup

- Jablka omyjte, oloupejte a vyřežte jádra tak, aby základna jablka zůstala bez poškození. Pokapejte je citronovou šťávou.
- Do malé misky dejte máslo, datle, rozinky, hnědý cukr, sůl, skořici, muškátový oříšek a vanilkový cukr. Všechno pečlivě rozdrťte a vymíchejte na pastu.
- Vzniklou hmotou naplňte střed jablek.
- Jablka vložte do sous vide sáčku a uzavřete.
- Vodní lázeň zahřejte přibližně na 84 °C, vložte sáček a vařte 2 hodiny.
- Jakmile jsou jablka uvařená, vyjměte je ze sáčku a položte na servisovací talíře. Nahoru přidejte šlehačku nebo zmrzlinu. Můžete posypat ořechy a ozdobit mátou. Okamžitě podávejte.

### CZ

### Postup

- Jablká umyte, olúpte a vyrežte jadrá tak, aby základňa jablka zostala bez poškodenia. Pokvapkajte ich citrónovou šťavou.
- Do malej misky dajte maslo, datle, hrozienka, hnedý cukor, soľ, škoricu, muškátový oriešok a vanilkový cukor. Všetko starostlivo rozdrvte a vymiešajte na pastu.
- Vzniknutou hmotou naplňte stred jablák.
- Jablká vložte do sous vide sáčku a uzavrite.
- Vodný kúpeľ zahrejte približne na 84 °C, vložte sáčok a varte 2 hodiny.
- Akonáhle sú jablká uvarené, vyberte ich z vrečka a položte na servisovacie taniere. Hore pridajte šľahačku alebo zmrzlinu. Môžete posypať orechy a ozdobiť mäťou. Okamžite podávajte.

### SK



## Ingredients

4 apples  
lemon juice from 1 lemon  
3 tablespoons butter  
2 pcs dates  
2 tablespoons brown sugar  
1 tablespoon cinnamon  
2 tablespoons raisins  
½ teaspoon nutmeg  
pinch of salt  
1 tablespoon vanilla sugar  
whipped cream  
vanilla ice cream to taste

## Surowce

4 jabłka  
sok z 1 cytryny  
3 łyżki masła  
2 sztuki daktyli  
2 łyżki brązowego cukru  
1 łyżka cynamonu  
2 łyżki rodzynek  
½ łyżeczki gałki muszkatołowej  
szczypta soli  
1 łyżka cukru waniliowego  
bita śmietana  
lody waniliowe do smaku

## Directions

- Wash, peel and core the apples so that the base of the apple remains intact. Drizzle them with lemon juice.
- Place the butter, dates, raisins, brown sugar, salt, cinnamon, nutmeg and vanilla sugar in a small bowl. Grind everything carefully and stir to a paste.
- Fill the centre of the apples with the paste.
- Place the apples in a sous vide bag and seal.
- Heat the water bath to 84 °C, insert the bag and cook for 2 hours.
- Once the apples are cooked, remove them from the bag and place them on serving plates. Top with whipped cream or ice cream. You can sprinkle with nuts and garnish with mint. Serve immediately.

EN

## Procedura

- Umyj, obierz i usuń gniazda nasienne z jabłek, tak aby podstawa jabłka pozostała nienaruszona. Skropić je sokiem z cytryny.
- Umieść masło, daktyle, rodzyunki, brązowy cukier, sól, cynamon, gałkę muszkatołową i cukier waniliowy w małej misce. Wszystko dokładnie rozgnieć i ubij na pastę.
- Wypełnij środek jabłek powstałą masą.
- Umieść jabłka w torebce do sous vide i zamkni.
- Podgrzej łaźnię wodną do 84 °C, włóż torebkę i gotuj przez 2 godziny.
- Gdy jabłka będą już ugotowane, wyjąć je z torebki i umieścić na talerzach do serwowania. na talerzach do serwowania. Udekorować bitą śmietaną lub lodami. Można posypać orzechami i udekorować miętą. Podawać natychmiast.

PL



*Více receptů najdete  
v naší online kuchařce:  
[www.varteslaskou.cz](http://www.varteslaskou.cz)*

