

DÝŇOVÝ TATARÁČEK

Na 4 topinky:

300 g očištěné dýně

1 malá cibule

2 stroužky česneku

4 lžíce kečupu

2 lžičky plnotučné hořčice

1 lžička worchesterové omáčky, sůl, pepř

Dýni nakrájejte na kostky a poduste asi 10 minut do měkka se 100 ml vody. Přebytkou vodu slijte a dýni rozmixujte.

K dýňovému pyré přidejte nadrobno nakrájenou cibuli, česnek, kečup, hořčici a worchesterovou omáčku. Osolte a opeřete dle chuti. Natírejte na topinky.

Dobrou chuť přeje Anuška.

ŠÁTEČKY S BRYNZOU

kelímek pomazánkového másla

stejně velký kelímek hrubé mouky

120 g brynzou

60 g očištěné dýně

2 stroužky česneku

lžíce sekané petrželky

mléko či vejce na potřetí

slunečnicová semínka na ozdobu

Z pomazánkového másla a mouky vypracujte těsto a vyválejte do placky. Dýni nastrouhejte či nasekejte najemno, smíchejte s česnekem krájeným na plátky, brynzou a petrželkou. Z těsta vykrajujte kolečka o průměru 6 cm. Doprostřed dejte trochu náplně, přehněte a pevně stiskněte okraje. Šátečky kladte na plech s pečícím papírem, potřete mlékem nebo vejcem a posypte slunečnicovými semínky. Pečte v troubě předehřáté na 195°C, v horkovzdušné na 175°C asi 25 minut.

Dobrou chuť přeje Anuška.

MARTINOVA DÝŇOVÁ POLÉVKA

Suroviny: olivový olej, cibule, kořenová zelenina, případně pórek, brambory

dýně jedlých typů (nejlépe běžná obrovská či Hokkaido), případně cukety, ideální

v kombinaci (poměr cca 2:1 dýně: ostatní přísady)

sůl, česnek (není nezbytný), koření (provensálská směs, zázvor, pepř... dle vlastní chuti a

fantazie), petrželka, strouhaný sýr na posypání

Postup:

Na olivovém oleji osmahneme cibuli (lépe použít červenou), přidáme a lehce též osmahneme

kořenovou zeleninu, zaprášíme a zalijeme vodou. Přidáme nakrájené brambory a dýně,

případně cuketu, možné též pórek. Osolíme, okořeníme, přidáme česnek (cca 2/3 přísad) a

vaříme do měkka. Poté rozmixujeme (do hladka dle chuti), dochutíme zbytkem přísad, na

závěr pak čerstvou petrželkou. Podáváme s čerstvě opečenou bagetkou či toustem,

k dokonalosti sypeme strouhaným parmezánem či jiným sýrem dle chuti.

Dobrou chuť přeje Martin.

BÁBOVKA S DÝNÍ

2 hrnky polohrubé mouky

1 kypřicí prášek do pečiva

1 vanilkový cukr

1 hrnek cukru krupice
2 vejce
½ hrnku oleje
1 hrnek mléka
1 hrnek nastrouhané dýně najemno
1 velká lžice kakaa

Vše (kromě kakaa) smícháme ručním mixérem a 2/3 nalijeme do předem vymazané máslem nebo rostlinným tukem a vysypané hrubou moukou formy na bábovku. Do zbylé části zamícháme kakao a pak přilijeme do formy. Dáme péci do mírně vyhřáté trouby na 160 °C, pečeme cca 50 minut.

Dobrou chuť přeje Vlad'ka.

ZAPÉKANÁ DÝŇĚ S NIVOU

2 menší dýně
250g nivy
1 vejce
1 dcl mléka
¼ kostky másla
Sůl, pepř

Oloupanou dýni nakrájíme na asi 1cm silné plátky, nivu nastrouháme na hrubém struhadle. Do vymazané zapékací misky klademe pravidelně vrstvu dýně a nivy, tak aby poslední vrstvu tvořila niva. Každou vrstvu průběžně pokapeme rozpuštěným máslem. Vše zalijeme mlékem s rozšlehaným vejcem, osolíme, opepříme a zapečeme ve středně vyhřáté troubě asi 30 minut.

Dobrou chuť přeje Lída.

DÝŇOVÉ MUFFINY

300 g dýně Hokkaido (zbavená semínek, nastrouhaná na jemno)
200 g polohrubé mouky
80 g špaldové celozrnné mouky
100 g třtinového cukru + 50g na posypku
2 vejce rozšlehaná
4 lžice kefiru
2 dl slunečnicového oleje
1 kypřicí prášek do perníku
1 lžice skořice
kůra z poloviny pomeranče, omytého teplou vodou
6 lžic ovesných vloček
máslo a kokos na vymazání formy

Dobrou chuť přeje Míša.

VEGANSKÝ DÝŇOVÝ S JABLKY

Těsto:
250 g špaldové hladké mouky
175 g tuku
1 lžice medu
1 lžice vlažné vody
1 lžička prášku do pečiva
Špetka soli
Náplň:

½ dýně Hokkaido
6 jablek
brusinky
200 ml sojové smetany
4 lžíce medu
skořice, hřebíček
šťáva z ½ citronu
hrst mletých ořechů

Těsto vypracujeme na vále a dáme na ½ hodiny do lednice odpočinout. Dýni i jablka rozvaříme s kořením a rozmixujeme na hustou kaši + přidáme brusinky, med, citronovou šťávu + sojovou smetanu – promícháme. Do vymazané koláčové formy vyložíme těsto a propícháme vidličkou, posypeme oříšky a rozetřeme náplň. Pečeme na 180°C 40 minut.
Dobrou chuť přeje AGAMA.

KOLÁČ JABLEČNO-DÝŇOVÝ

400 g jemně nastrouhané dýně
400 g jemně strouhaných jablek
300 g cukru
2 vejce
2 dcl oleje
500 g polohrubé mouky
2 lžičky jedlé sody
rozinky, oříšky, skořice nebo kakao

Dýni, jablka, cukr, olej, vejce, rozinky, ořechy smícháme dohromady, přidáme mouku s jedlou sodou a skořicí, nebo kakaem. Vše důkladně promícháme a nalijeme na plech s vyšším okrajem, který jsme důkladně namazali tukem a vysypali hrubou moukou. Pečeme ve středně vyhřáté troubě asi 35 minut. Po upečení můžeme polít čokoládou, nebo jinou oblíbenou polevou.

Dobrou chuť přeje Eva.

DÝŇOVÉ NOKY

500 g dýně Hokkaido
500 g bramborového těsta (sypká směs)
sůl, pepř, čerstvě nastrouhaný muškátový oříšek
1 vejce, případně 1 – lžíc škrobové moučky
400 g koktejlových rajčat
50 g másla
100 g nastrouhaného parmezánu

Lžící z dýně vydlabeme semínka a vlákna a ostrým nožem ji nakrájíme na tenké plátky. Ty položíme na plech vyložený pečicím papírem a necháme v troubě 20 – 25 minut péct. Dýni pak rozmixujeme na kaši a smícháme s bramborovým těstem, solí, pepřem, muškátovým oříškem, moukou a vejcem. Všechno dobře prohněteme. Můžeme vmíchat také 1-2 lžíce škrobové moučky.

Z těsta navlhčenýma rukama vypracujeme kuličky asi 2 cm velké a v ruce je stlačíme vidličkou. Noky dáme na druhý, lehce pomoučený plech. Ve velkém hrnci přivedeme k varu osolenou vodu. Noky v ní postupně uvaříme a necháme na mírném plameni 4 minuty odstát. Rajčata rozpůlíme. Šalvěj omyjeme a osušíme. V pánvi si rozpustíme máslo, přidáme šalvěj a rajčata Noky vyndáme z vody, necháme okapat. Namočíme je v másle, osolíme a opeříme. Podáváme bohatě posypané parmezánem.

Dobrou chuť přeje Lída.

DIP

200 g očištěné dýně Hokkaido

200 l mléka

4 lžíce zakysané smetany

2 lžíce kari koření

1 lžička soli

Dýni nakrájíme na kostky a dáme vařit do mléka. Až se mléko vyvaří a dýně je měkká, rozmixujeme vše dohladka.

Do vychladlé směsi vmícháme smetanu a koření. Můžeme přidat nasekané čerstvé lístky koriandru. Hodí se k pečeným bramborám, syrové zelenině i k masu.

Dobrou chuť přeje Pavla.