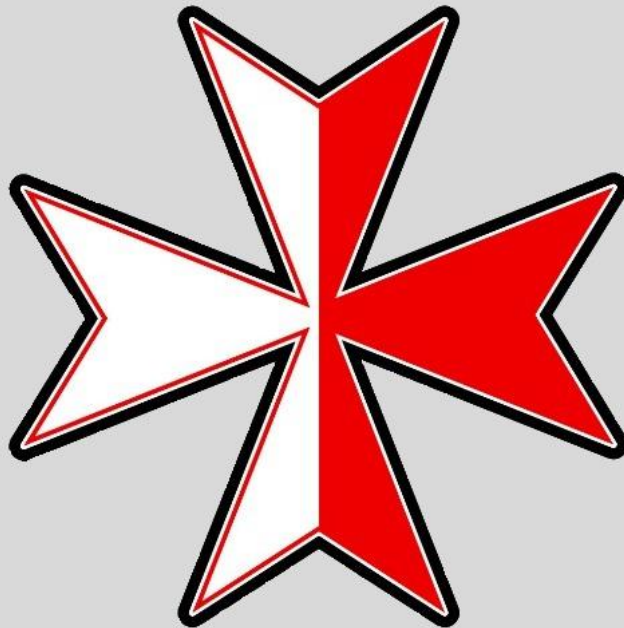


Książka Kucharska

Smaki Malty



Wersja Polska



Spis treści:

FTIRA.....	1
SPAGHETTI ALLA CARBONARA.....	2
ZUPA RYBNA.....	3
SPAGHETTI VONGOLE.....	4
SMAŻONY KRÓLIK.....	5
CIASTECZKA Z MIGDAŁEM MALTAŃSKIM I WIŚNIĄ GLACE.....	6
PASTIZZI Z SEREM RICOTTA.....	7
PALCE MIGDAŁOWE.....	8
MALTANSKI PUDDING.....	9
KURCZAK BURGER	10

FTIRA

Ftira:

- 350 ml ciepłej wody (~1/2 litra)
- 500g mąki ciężkiej (typ 550 lub cięższy)
- 2 łyżeczki drożdży instant
- 1 łyżeczka soli
- 2 łyżki stołowe oleju z oliwek lub słonecznika
- Trochę mąki z kaszy manny do pieczenia

Nadzienie:

- 4 świeże serki z mleka koziego
- 1 serek z papryką – starty
- 3 średnie jajka
- 1 łyżeczka soli
- 1 ziemniak
- olej słonecznikowy



Jak wykonać:

Umieść składniki w misce w kolejności takiej jak są powyżej wymienione, jeśli używasz wypiekacza do chleba lub miksera. Jeśli mieszasz ręcznie, najpierw wymieszaj wszystkie składniki suche, a następnie stopniowo wprowadzaj płyny:

1. Ugniataj przez 3 minuty, 2. Zostaw na 5 minut, 3. Ugniataj przez 6 minut.

Chleb jest już prawie gotowy: położyć na blasze/na naoliwioną blasze do pieczenia, obsypać mąką i pozostawić do wyrośnięcia na 60-90 minut. Rozgrzej piekarnik do 200°C. Piec w najniższym miejscu piekarnika przez około 45 minut. Jeśli wlejesz trochę wody do tacki ociekowej na samym dnie piekarnika, uzyskasz bardziej chrupiącą skórkę. Najważniejsze jest jednak wyjęcie chleba z formy i pozostawienie go do całkowitego ostygnięcia.

Ciasto na pizzę/ftira należy pozostawić w misce, przykryć folią spożywczą i pozostawić do wyrośnięcia przez 40 minut. (Jest to zwykle część funkcji wypiekacza chleba). Następnie wyjmij go z miski, uformuj w kulkę i umieść w naoliwionym, hermetycznym pojemniku (co najmniej 2,5 l). Dojrzewanie nadaje ciastu lekko kwaśny smak i jędrność. Ciasto należy przykryć i włożyć do lodówki (wymaga schłodzenia, a nie czasu do wyrastania). Schłodź ręce tak bardzo, jak możesz, a potem ruszaj!

SPAGHETTI ALLA CARBONARA

Składniki:

- 100g pancetta
- 50g sera pecorino
- 50g parmezanu
- 3 duże jajka
- 350g spaghetti
- 2 pulchne ząbki czosnku, obrane i pozostawione w całości
- 50g niesolonego masła
- sól morska i świeżo zmielony czarny pieprz



Sposób przygotowania:

Zagotuj duży rondel z wodą. Drobno posiekaj pancetty, po uprzednim usunięciu skórki sera. Zetrzeć na drobno ser pecorino oraz parmezan po czym wymieszaj. Jajka ubij w średniej misce i dopraw odrobiną świeżo startego czarnego pieprzu. Odłóż wszystko na bok. Do wrzącej wody dodaj 1 łyżeczkę soli, dodaj spaghetti i gdy woda znów się zagotuje gotuj na wolnym ogniu (garnek powinien być przykryty) przez 10 minut lub aż makaron będzie al dente. Zmiażdż ostrzem noża ząbki czosnku. Podczas gotowania spaghetti usmaż pancettę z czosnkiem. Wrzuć niesolone masło na dużą patelnię lub wok i jak tylko masło się rozpuści, wrzuć pancettę i czosnek. Gotuj na średnim ogniu przez około 5 minut, często mieszając, aż pancetta będzie złocista i chrupiąca. Czosnek nadał teraz swój smak, więc wyjmij go łyżką cedzakową i wyrzuć. Utrzymuj ciepło pod pancettą na niskim poziomie. Gdy makaron będzie gotowy, wyjmij go z wody widelcem lub szczypcami do makaronu i włóż na patelnię z pancettą. Nie martw się, jeśli na patelnię również spadnie trochę wody (bo tak ma się stać) i nie wyrzucaj jeszcze wody z makaronu. Wymieszaj większość sera z jajkami, zachowując małą garść do późniejszego posypania. Zdejmij patelnię ze spaghetti i pancettą z ognia. Teraz szybko wlej jajka i ser. Za pomocą szczypiec lub długiego widelca podnieś spaghetti, aby łatwo mieszało się z mieszanką jajeczną, która gęstnieje, ale się nie miesza, a wszystko jest pokryte. Dodaj więcej wody do gotowania makaronu, aby był soczysty (kilka łyżek stołowych powinno wystarczyć). Nie chcesz, żeby była mokra, tylko wilgotna. W razie potrzeby dopraw solą. Użyj widelca z długimi zębami, aby przekręcić makaron na talerz lub miskę. Podawaj od razu z odrobiną posypania pozostałym serem i tarką czarnego pieprzu. Jeśli danie trochę wyschnie przed podaniem, dodaj trochę gorącej wody z makaronem, a błyszcząca soczystość zostanie przywrócona.

ZUPA RYBNA

Składniki:

- 6 łyżeczek oliwy z oliwek
- 1 średnia cebula, pokrojona
- 3 duże ząbki czosnku, przeciśnięte przez praskę
- 2/3 kubka świeżej pietruszki, pokrojonej
- 1 ½ kubka świeżych pomidorów lub cała puszka pomidorów razem z sokiem
- 2 łyżeczki koncentratu pomidorowego
- Butelka soku z małży
- ½ kubka wytrawnego białego wina
- 1 ½ fileta z ryby typu halibut, dorsz itp.
- Szczypta oregano
- Szczypta tymianku
- 1/8 łyżeczki tabasco
- 1/8 łyżeczki świeżo mielonego pieprzu
- 1 łyżeczka soli

Przepis:

W dużym garnku z grubym dnem rozgrzej oliwę z oliwek na średnim ogniu. Dodaj cebulę i podsmaż

4 minuty. Dodaj czosnek i smaż jeszcze minutę. Dodaj pietruszkę i mieszaj 2 minuty. Dodaj pomidor i koncentrat pomidorowy i delikatnie gotuj jeszcze przez około 10 minut. Dodaj sok z małży, wytrawne białe wino i rybę. Doprowadź do wrzenia i gotuj na wolnym ogniu, aż ryba będzie ugotowana i łatwo się rozdrobni, około 3 do 5 minut. Dodaj przyprawy — sól, pieprz, oregano, tymianek i tabasco. Dodaj więcej soli i pieprzu do smaku. Wspaniale podawane z chrupiącym pieczywem do naczynia w zupie rybnej.



SPAGHETTI VONGOLE

Składniki:

- 1 kg małych małży
- ½ pęczka świeżej natki pietruszki (15g)
- 4 ząbki czosnku
- 10 pomidorków koktajlowych
- 250 ml białego wina
- 400 g suszonego spaghetti
- Oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia
- 1-2 suszone czerwone papryczki chilli



Sposób przygotowania:

Zagotuj wodę w garnku. W tym czasie posortuj oczyszczone małże, a jeśli są takie, które nie są szczelnie zamknięte, mocno je stuknij. Jeśli się nie zamykają, wyrzuć je. Postaw duży rondel z pokrywką na dużym ogniu i pozwól mu się nagrzać. Pokrój drobno łodygi pietruszki, następnie odłóż je na bok i grubo posiekaj liście. Obierz i posiekaj czosnek, pokrój pomidory na ćwiartki i przygotuj wino. Dodaj makaron do wrzącej wody z dużą szczyptą soli i gotuj zgodnie z instrukcją na opakowaniu, aż będzie al dente. Około 5 minut przed przygotowaniem makaronu przygotuj się do gotowania. Na rozgrzaną patelnię wlej 4 duże porcje oliwy z oliwek z pierwszego tłoczenia i dodaj czosnek, łodygi pietruszki oraz sporą szczyptę soli i pieprzu. Wsyp suszone chilli i dodaj pokrojone pomidory. Cały czas mieszaj, a gdy czosnek zacznie nabierać koloru, wrzucić małże i wlej wino. Będzie się rozpryskiwać i parować, więc dobrze wstrząśnij i nałóż pokrywkę na patelnię. Po około 3 lub 4 minutach małże zaczną się otwierać, więc pomieszaj patelnię, aż wszystkie się otworzą. Zdejmij patelnię z ognia. Pozbądź się małży, które się nie otworzyły. Do tej pory twój makaron powinien być prawie idealny. Odcedź i dodaj na patelnię małże wraz z natką pietruszki i dodatkową porcją oliwy z oliwek z pierwszego tłoczenia. Mieszaj przez kolejną minutę lub dwie, aby piękne soki z małży wchłonęły się do makaronu.

SMAŻONY KRÓLIK

Składniki:

- królik pokrojony w kawałki
- 375ml czerwonego wina
- 3 główki czosnku, obranego i posiekanego
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 2-3 liście laurowe
- sól i pieprz

Sposób przygotowania:

Zalej królika winem i zostaw na noc. Na dużej patelni podsmaż

czosnek na oliwie z oliwek. Nie brązuj ich. Usuń goździki i odłóż je na talerz. Wyjmij królika z wina, ale nie wylewaj wina, ponieważ będzie ono używane do gotowania. Poszczególne kawałki królika przyrumień ze wszystkich stron. Przełóż kawałki do dużej zapiekanki. Dodać wino używane do marynowania królika, liście laurowe, czosnek i przyprawy. Przykryj i gotuj powoli, aż królik zmięknie przez około 1 godzinę.



CIASTECZKA Z MIGDAŁEM MALTAŃSKIM I WIŚNIĄ GLACE

Składniki:

- 400g mielonych migdałów
- 350g cukru
- skórka z 2 limonek, starta
- Kilka kropel wanilii
- 2 – 3 Białka, ubite
- 200 g wiśni glace

Sposób przygotowania:

Połącz zmielone migdały, cukier, skórkę z limonki i wanilię i dobrze wymieszaj. Dodaj dwa białka i wymieszaj,



aż dobrze połączą się z pozostałymi składnikami. Jeśli masa jest zbyt sztywna, dodaj pozostałe białko jaja dla uzyskania bardziej miękkiej konsystencji (mieszanka nie powinna być zbyt miękka). Przełóż mieszankę migdałów do worka do szprycowania z gwiazdzistą dyszą i uformuj w małe ciastka na wyłożonej blasze do pieczenia. Pozostaw wystarczająco dużo miejsca między każdym ciastkiem, aby uniknąć przyklejania się, ponieważ masa może rozlać się podczas pieczenia. Pokrój wiśnie na pół lub ćwiartki i umieść na środku każdego ciastka. Przed pieczeniem pozwól ciastka ustawić się na blasze do pieczenia. Piec w piekarniku nagrzanym do 170 C na złoty kolor. Ciastka powinny być chrupiące na zewnątrz z miękkim środkiem. Nie przepiekaj.

PASTIZZI Z SEREM RICOTTA

Składniki:

- 2 opakowania gotowego ciasta francuskiego
- 400g sera ricotta
- 1 łyżeczka soli oraz pieprzu
- 4 jajka
- *oliwa z oliwek do posmarowania blaszki

Sposób przygotowania:

Jajka ubić i wymieszać z serem ricotta, doprawić solą i pieprzem. Ciasto francuskie rozmrozić, rozłożyć, wysuszyć, rozwałkować. Pokrój na 10 cm trójkąty.

Na środek każdego z trójkątów ułożyć 1 łyżkę masy serowej ricotta, zagiąć i przykleić brzegi ciasta, aby uformować knedle. Wierzch ciasta pokroić nożem,

wyłożyć ciastka na oleju i piec przez 25 minut w temperaturze 200 stopni Celsjusza. Gotowe pastizzi podawane na ciepło, będą chrupiące i bardzo smaczne.



PALCE MIGDAŁOWE

Składniki:

- 200 g cukru pudru,
- 280 g masła,
- skórka z cytryny,
- kilka kropel wanilii,
- 2 jajka,
- 500 g mąki,
- 50 g zmielonych migdałów,
- ½ łyżeczki proszku do pieczenia,
- Szczypta soli,

Nadzienie:

- 260 g mielonych migdałów,
- 210 g cukru pudru,
- skórka z cytryny,
- drobno starta,
- kilka kropel wanilii,
- 1 duże białko jaja, jedno ubite jajko z cukrem do wykończenia,



Sposób przygotowania:

Aby uzyskać słodkie ciasto, dobrze wymieszaj cukier puder, masło, skórkę z cytryny i wanilię, a następnie stopniowo dodawaj jajka po jednym. Wymieszaj przesianą mąkę, zmielone migdały, proszek do pieczenia i sól i dodaj do mieszanki cukru pudru i masła, wyrabiając ciasto. Przykryć folią spożywczą i pozostawić na około dwie godziny. Do nadzienia wymieszaj zmielone migdały, cukier puder, startą skórkę z cytryny i wanilię. Następnie dodaj lekko ubite białko jaja, aby zmienić tę mieszankę w miękką, ale niezbyt miękką pastę. Ciasto rozwałkować na dwa długie, cylindryczne paski. Naciśnij środek, aby utworzyć głęboki rowek, w którym powinno teraz iść nadzienie. Zamknij rowek, skutecznie zamykając nadzienie wewnątrz tuby ciasta. Ciasto z nadzieniem migdałowym rozwałkować na kształt kielbasy, a następnie spłaszczyć wierzch małym wałkiem lub bokiem noża. Następnie rurkę pokrój na długości 2,5 cm, posmaruj roztrzepanym jajkiem i posyp cukrem. Ułożyć na papierze do pieczenia na blasze do pieczenia, pozostawiając odstęp 2 cm między jednym a drugim i pozostawić około 2 cm od siebie, a następnie piec w piekarniku nagrzanym do 180 C na złoty kolor.

MALTAŃSKI PUDDING

Składniki:

- 1 czerstwy maltański bochenek chleba
- 1l mleka
- 140g cukru
- 4 łyżki kakao w proszku
- 4 jajka
- 3 łyżki dżemu
- skórka i sok z pomarańczy
- skórka z 2 cytryn
- 35g rodzynek kilka kropel wanilii
- 150g roztopionego masła
- ¼ łyżeczki mieszanki przypraw korzennych
- ¼ łyżeczki cynamonu
- 50g posiekanej czekolady
- 40ml rumu
- 50g mieszanej kandyzowanej skórki
- 100g wiśni lukrecyjnych
- 200g migdałów
- 100g orzechów laskowych



Sposób wykonania:

Pokrój chleb w kostkę i włóż do miski. Zalej mlekiem i odstaw na około 2 godziny. Przenieś chleb do durszlaka i dobrze odcedź. Delikatnie ściśnij mieszankę chleba rękami, aby usunąć nadmiar mleka. Używając miksera, dobrze wymieszaj chleb, cukier i kakao w proszku. Wbij jajka i na koniec dodaj wszystkie pozostałe składniki do masy. Wlej mieszaninę do blachy do pieczenia wyłożonej papierem do pieczenia. Piec w piekarniku nagrzanym do 180°C przez około 1 godzinę. Pudding można podawać na ciepło lub na zimno. Smacznego!

KURCZAK BURGER

Składniki:

Burgery:

- 1 podwójna pierś z kurczaka
- sól
- pieprz
- ostra papryka
- 1 jajko
- mąka pszenna do panierowania
- olej do smażenia

Dodatki:

- 4 większe bułki do hamburgerów
- kilka liści sałaty strzępiastej lub lodowej
- 2 pomidory
- czerwona cebula
- 8 plastrów żółtego sera
- 8 łyżeczek ketchupu
- 8 łyżeczek sosu czosnkowego



Burgery: Pierś z kurczaka myję i osuszam.

Podwójną pierś rozkrawam na dwie pojedyncze piersi, każdą z nich przekrawam w poprzek na pół, tak aby łącznie powstały 4 kawałki mięsa. Kurczaka oprószam dokładnie solą, ostrą papryką i pieprzem. Do głębokiego talerza wybijam jajko, doprawiam solą i ostrą papryką i roztrzepuję. Każdy kawałek piersi obtaczam w mące, po czym zanurzam w roztrzepanym jajku, a na koniec panieruję w mące. Kładę na rozgrzany tłuszcz i smażę na głębokim oleju na niewielkim ogniu z obydwu stron na złoty kolor. Po usmażeniu osączam na papierowych ręcznikach.

Ułożenie: Pomidora myję i kroję w plastry. Cebulę obieram i kroję w półkółki. Sałatę myję, osuszam i rwę na mniejsze kawałki. Jedną połówkę bułki smaruję 2 łyżeczkami sosu czosnkowego, przykrywam sałatą, kładę plaster sera, świeżo usmażony (lub podgrzany) burger z kurczaka, plaster sera, 3 plastry pomidora, półkółki cebuli i przykrywam drugą połówką bułki posmarowaną 2 łyżeczkami ketchupu. Lekko dociskam. Gotowe burgery wkładam na 1 - 2 minuty do mikrofalówki aż całość się podgrzeje, a ser roztopi. Burgery można podawać w całości lub przekrojone na pół.