PRZEPISY BBQ

Enders

PLANCHA

ZESTAW AKCESORIÓW DO PLANCHY

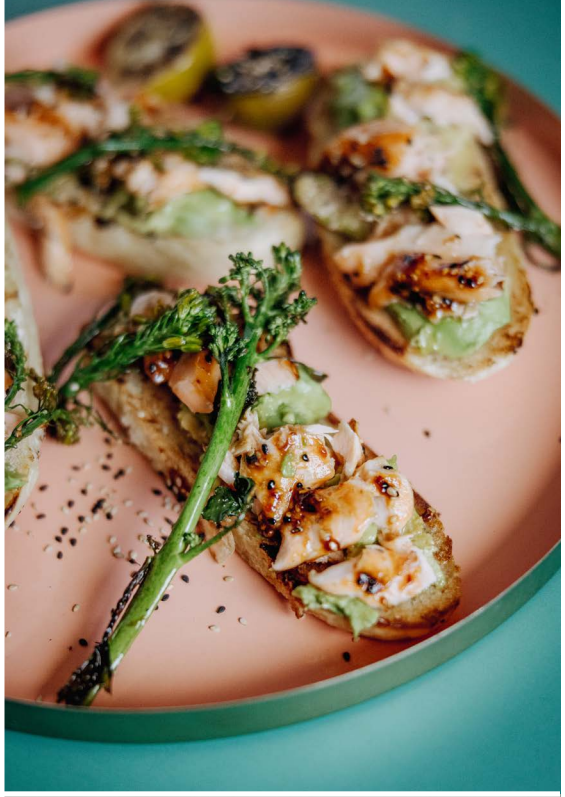
Odkryj zestaw akcesoriów do planchy i dowiedz się, jak prawidłowo z nich korzystać.

NAJWAŻNIEJSZE CECHY URZĄDZENIA PLANCHA

Niezależnie od tego, czy masz ochotę na meksykańskie tacos, aromatycznego kurczaka BBQ, wegetariańskie placki ziemniaczane, czy słodkie naleśniki, Plancha sprosta każdemu wyzwaniu.

PRZEPISY BBQ

PLANCHA



SPIS TREŚCI

Enders

06 **Sprzęt do planchy**

08 **Tacos z mieloną wołowiną,**
kolendrą, awokado, kwaśną śmietaną, chili, serem, dymką i limonką

10 **Filet wieprzowy z tłuczonymi ziemniakami**
z duszoną cebulą tymiankową

12 **Kurczak BBQ na chlebie naan**
z sałatką warzywną
w sosie ranczo

14 **Łosoś w marynacie hoisin**

16 **Ziemniaczane rösti z jajkiem sadzonym**
i sałatką z czerwonej kapusty i gorgonzoli

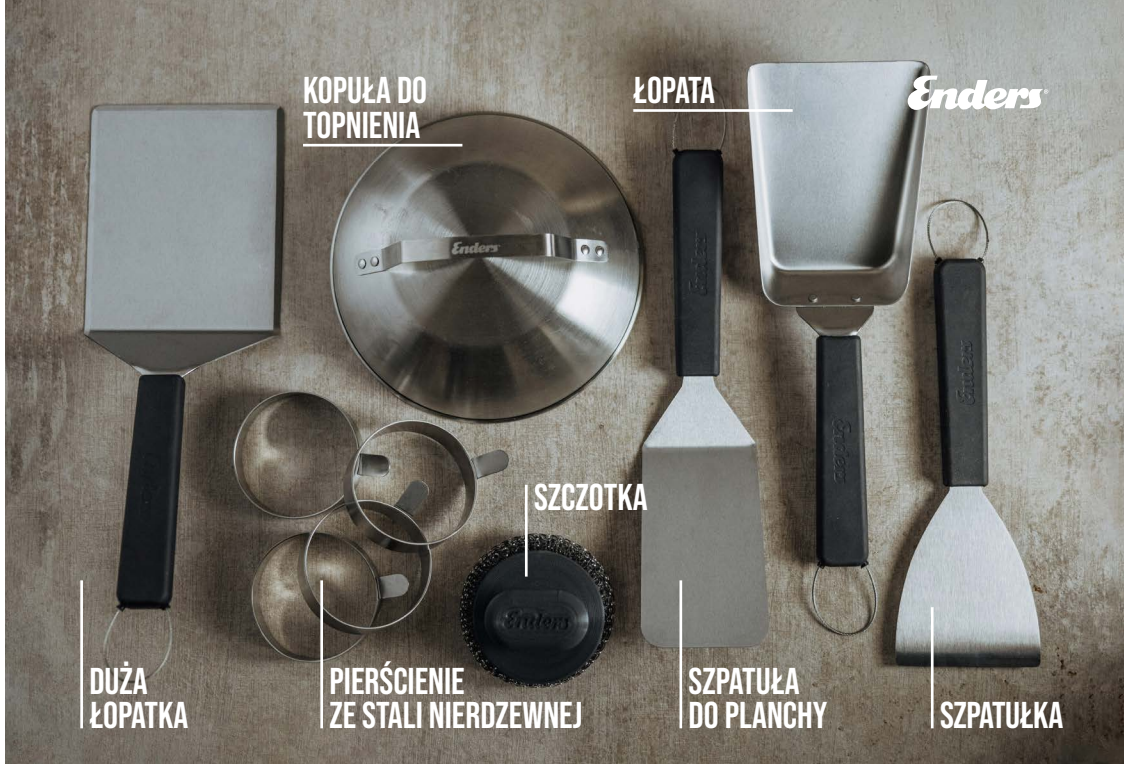
18 **Naleśniki**
z masłem, syropem klonowym
i truskawkami

SPRZĘT DO PLANCHY

Odkryj nasz wszechstronny zestaw akcesoriów do planchy! Zestaw zawiera wszystko, czego potrzebujesz: od kopuły do topienia serów i obrotnicy ułatwiającej obracanie potraw, po pierścienie ze stali nierdzewnej do formowania idealnych porcji i praktyczną szczotkę do czyszczenia. Każdy element został starannie zaprojektowany i przemyślany. Uwolnij swoją kreatywność i stwórz własne, niepowtarzalne dania! Na kolejnych stronach przedstawimy inspirujące przepisy na dania z planchy, które zachwycą Ciebie, Twoją rodzinę i przyjaciół.

SZPATUŁA DO PLANCHY

uniwersalne narzędzie



KOPUŁA DO TOPNIENIA

rozpuszcza ser na potrawach i utrzymuje je ciepłe

SZCZOTKA

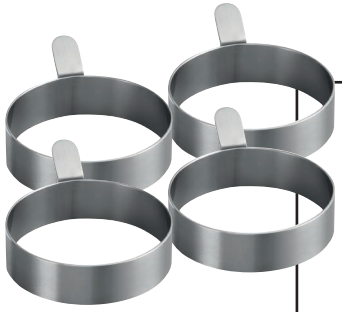
skutecznie usuwa zabrudzenia, nie niszcząc materiału

ŁOPATA

nadaje się do wszystkiego, co drobne

SZPATUŁKA

optymalna do dzielenia lub przesuwania jedzenia na planchy



PIERŚCIENIE ZE STALI NIERDZEWNEJ

do idealnych jajek sadzonych, naleśników i nie tylko

DUŻA ŁOPATKA

idealna do ryb, burritos i innych potraw

TACOS Z MIELONĄ WOŁOWINĄ

Enders

4 Porcje

Czas przygotowania: 6 minut
Czas gotowania: 15 minut

SKŁADNIKI

2	dymki
1	awokado
2	limonki
1	ząbek czosnku
1	cebula
	Olej roślinny do smażenia
500 g	mielonego mięsa (wołowego)
8	tacos
150 g	sera cheddar (startego)
2 łyżki	czerwonych jalapeños (marynowanych)
150 g	śmietany kwaśnej
1 pęczek	kolendry

PRZYGOTOWANIE

1

Cebulę dymkę umyj i pokrój w cienkie krążki. Przekrój awokado na pół, usuń pestkę i pokrój miąższ na plasterki. Przekrój limonki na pół.

Obierz i drobno posiekaj czosnek i cebulę.

Rozgrzej grill za pomocą planchy (dwie zewnętrzne płyty i najbardziej wewnętrzna płyta na średnim ustawieniu). Dodaj odrobinę oleju. Podsmaż mięso mielone. Dodaj czosnek i cebulę. Krótko podsmaż tacos na planchy. Następnie nałóż mięso i ser. Przykryj kopułą, aż ser się rozpuści.

4

Rozłóż na tacos awokado, papryczki jalapeno, kwaśną śmietanę i liście kolendry. Złóż razem i podawaj z połówką limonki.

FILET WIEPRZOWY Z TŁUCZONYMI ZIEMNIAKAMI

Enders

4 Porcje

Czas przygotowania: 25 minut
Czas gotowania: 15 minut

SKŁADNIKI

1 kg	ziemniaków (gatunek średnio twardy)
2	cebule
2	filety wieprzowe (po około 500 g każdy)
	Olej roślinny do smażenia
125 g	masła ziołowego
5-6 gałązek	tymianku
	Sól, pieprz

PRZYGOTOWANIE

1

Dokładnie umyj ziemniaki. Ugotuj we wrzącej osolonej wodzie ze skórką.

Cebulę obierz i pokrój w cienkie paski.

Pokrój polędwiczkę wieprzową na medaliony o grubości ok. 4 cm.

4

Rozgrzej planchę (dwie płyty zewnętrzne i płyta wewnętrzna na średnim ogniu). Dodaj odrobinę oleju. Obsmaż medaliony z obu stron. Umieść ziemniaki na planchy w tym samym czasie. Spłaszcz małą patelnią lub podobnym narzędziem i usmaż z obu stron. Podsmaż również cebulę, od czasu do czasu obracając. Dodaj masło ziołowe i tymianek. Dopraw wszystko solą i pieprzem i podawaj razem.

KURCZAK BBQ NA CHLEBIE NAAN

Enders

4 Porcje

Czas przygotowania: 35 minut
Czas gotowania: 25 minut

SKŁADNIKI

Chleb naan:

200 ml	mleka
Szczypta	soli
1 łyżeczka	cukru
½ kostki	drożdży
400 g	mąki
100 g	jogurtu

Sos ranch:

60 g	majonezu
50 g	maślanki
1	mała cebula
2 gałązki	koperku
½ pęczka	szczypiorku

Dodatkowo:

1	czerwona papryka
200 g	papryki do smażenia
1	cukinia
1	cebula
2	piersi z kurczaka
	Olej roślinny do smażenia
	Sól, pieprz
150 g	sosu BBQ
1 łyżka	sumaku
3-4 gałązki	pietruszki

1

PRZYGOTOWANIE

Aby przygotować chleb naan, podgrzej mleko do letniej temperatury. Dodaj sól, cukier i drożdże.

Wsyp mąkę i jogurt do dużej miski. Gdy drożdże rozpuszczą się w mleku, dodaj je do mąki. Wymieszaj wszystko razem, aby uzyskać gładkie, lepkie ciasto. Przykryj ściereczką i odstaw do wyrośnięcia na około 30 minut.

W misce wymieszaj majonez i maślankę, aby przygotować sos ranczo. Obierz cebulę, posiekaj bardzo drobno i dodaj do dressingu. Drobno posiekaj zioła i dodaj do dressingu. Dopraw do smaku solą i pieprzem. Odstaw na bok do czasu podania.

Oczyść warzywa i pokrój na kawałki wielkości orzecha włoskiego, z wyjątkiem pieczonej papryki. Obierz cebulę i pokrój w paski. Osusz kurczaka i pokrój w paski.

Rozgrzej grill za pomocą planchy (dwie zewnętrzne płyty i najbardziej wewnętrzna płyta na średnim ustawieniu). Dodaj odrobinę oleju. Najpierw uformuj małe placki z ciasta na chleb naan i usmaż z obu stron na planchy. Dopraw solą.

Teraz obsmaż mięso z cebulą z jednej strony. Dopraw solą i pieprzem.

Podsmaż warzywa z drugiej strony i dopraw.

Gdy mięso będzie ugotowane, dodaj sos BBQ i pozostaw do lekkiego skarmelizowania.

Dodaj usmażone warzywa do sosu.

10

Ułóż chlebki naan na talerzach, nałóż mięso, a następnie warzywa z sosem ranczo. Podawaj z sumakiem i posiekaną natką pietruszki.

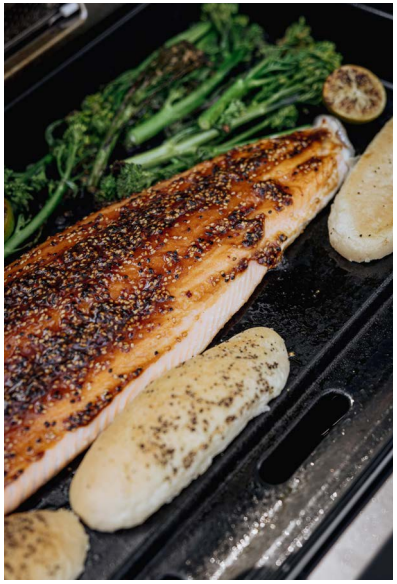
ŁOSOŚ W MARYNACIE HOISIN

4 Porcje

Czas przygotowania: 10 minut
Czas gotowania: 30 minut

SKŁADNIKI

2	ząbki czosnku
150 g	sosu hoisin
2 łyżki	miodu
2 łyżki	sezamu (biały i czarny)
1	limonka
400 g	dzikiego brokuła
1	przygotowany filet z łososia (ze skórą, bez ości)
	Olej roślinny do smażenia
	Sól, pieprz
	Chleb/Bagietka
	Awokado lub guacamole



1

5

PRZYGOTOWANIE

Obierz i drobno posiekaj czosnek. Następnie wymieszaj z sosem hoisin, miodem, sezamem i odrobiną soku z limonki, aby przygotować marynatę.

Umyj i oczyść dzikie brokuły, odetnij zdrewniałe końce.

Rozgrzej grill za pomocą planchy (dwie zewnętrzne płyty i najbardziej wewnętrzna płyta na średnim ustawieniu).

Osusz łososia. Nałóż odrobinę oleju na płytę. Umieść łososia skórą do dołu na planchy. Smaż przez ok. 7 minut, w zależności od grubości łososia. Umieść dzikie brokuły na planchy i obracaj od czasu do czasu. Gdy ryba przestanie być surowa z zewnątrz, posmaruj ją marynatą. Następnie wyłącz palniki grilla, zamknij pokrywę i grilluj pośrednio przez 5-10 minut. Dopraw solą i pieprzem.

Podawaj łososia z dzikimi brokułami.

Wskazówka: opiecz kromki chleba na planchy. Posmaruj kromki guacamole lub po prostu dojrzałym awokado. Na wierzchu ułóż kawałki łososia, dodaj dzikie brokuły i podawaj jako przekąskę.

ZIEMNIACZANE RÖSTI Z JAJKIEM SADZONYM

Enders

4 Porcje

Czas przygotowania: 40 minut
Czas gotowania: 15 minut

SKŁADNIKI

800 g	ziemniaków (gatunek średnio twardy)
	Sól, pieprz
600 g	czerwonej kapusty
1	cebula
	Olej roślinny do smażenia
2 łyżki	miodu
100 g	sera pleśniowego (np. Saint Agur)
4	jajka
	Szałwia według uznania
	Garść kiełków buraka

1

PRZYGOTOWANIE

Ugotuj ziemniaki w łupinach w osolonej wodzie, aż będą prawie ugotowane.

Pokrój czerwoną kapustę w bardzo cienkie paski. Dodaj 1 łyżeczkę soli i dobrze ugniataj rękami. Przykryj i odstaw na bok.

Obierz i drobno posiekaj cebulę.

Odcedź ziemniaki, pozostaw do ostygnięcia, a następnie obierz. Zetrzyj na tarce o grubych oczkach. Wymieszaj z cebulą i dopraw solą i pieprzem.

Rozgrzej grill za pomocą planchy (dwie zewnętrzne płyty i najbardziej wewnętrzna płyta na średnim ogniu). Dodaj odrobinę oleju na patelnię grillową, a następnie uformuj 4 rösti z mieszanki ziemniaków i smaż przez 5-6 minut z obu stron na złoty kolor. Odciśnij czerwoną kapustę i usmaż na planchy. Dopraw solą, pieprzem i miodem.

Rozłóż czerwoną kapustę na rösti (w razie potrzeby zmniejsz ogień). Następnie z grubsza pokrusz ser palcami i ułóż na wierzchu czerwonej kapusty. Przykryj kopułą do topienia, aby ser ładnie się roztopił. Usmaż jajka w pierścieniach ze stali nierdzewnej, aby uzyskać jajka sadzone.

7

Jeśli chcesz, usmaż kilka liści szałwii na głębokim tłuszczu i podawaj z rösti, czerwoną kapustą i jajkami sadzonymi. Podawaj z kiełkami buraka.

NALEŚNIKI

Enders

4 Porcje

Czas przygotowania: 10 minut
Czas gotowania: 15 minut

SKŁADNIKI
Naleśniki:

250 g	mąki
2 łyżki	cukru
2 łyżeczki	proszku do pieczenia
	Szczypta soli
2	jajka
200 ml	mleka
	Olej roślinny do smażenia

Dodatkowo:
Masło
Syrop klonowy
Truskawki
Mięta do dekoracji

1

2

PRZYGOTOWANIE

W misce wymieszaj mąkę, cukier, proszek do pieczenia i sól. Umieść jajka i mleko w innej misce i wymieszaj je trzepaczką. Następnie wymieszaj mleko z jajkami z mąką do uzyskania gładkiej konsystencji.

Rozgrzej grill za pomocą planchy (dwie zewnętrzne płyty i najbardziej wewnętrzna płyta na średnim ogniu). Dodaj odrobinę oleju do patelni, a następnie smaż ciasto w małych porcjach. Podawaj naleśniki z masłem, syropem klonowym, truskawkami i miętą.

Impressum

Zastrzegamy błędy drukarskie i składniowe.
Copyright © Enders

Enders Colsman AG
Brauck 1 . 58791 Werdohl

info@enders-germany.com
www.enders-germany.com