



ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 3
im. Króla Jana III Sobieskiego
w Stalowej Woli

37-464 Stalowa Wola , ul. Polna 15

Pao de Deus - Portugalskie bułeczki drożdżowe z kruszonką kokosową

Porcje: 24 bułeczki

SKŁADNIKI

Ciasto drożdżowe 700 g mąki pszennej 360 g mleka w temperaturze pokojowej 110 g cukru białego 30 g świeżych drożdży 1 jajo szczypta soli 100 g masła w temperaturze pokojowej 1 jajo do posmarowania bułeczek	Kruszonka 100 g wiórek kokosowych 100 g cukru białego 50 g masła w temperaturze pokojowej 1 jajo cukier puder do posypania bułeczek
--	---

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Do miski wlej ciepłe mleko (35°C), dodaj rozkruszone drożdże i cukier. Dobrze wymieszaj, aż drożdże się rozpuszczą.
2. Dodaj stopniowo, łyżka po łyżce, połowę mąki i wyrabiaj ciasto około 10 minut w robocie. Zostaw ciasto na 10-15 minut, tak aby drożdże mogły zacząć pracować.
3. Dodaj stopniowo resztę mąki, jajko, sól, a na sam koniec małe kawałki miękkiego masła.
4. Wyrabiaj ciasto, minimum 15-20 minut robotem kuchennym, a ręcznie około 30 minut, aż uzyskasz jednolitą, świecąca strukturę.
5. Przykryj ciasto folią i wstaw do lodówki na godzinę. Ciasto urośnie i będzie chłodne, co bardzo pomaga przy formowaniu bułeczek.
6. Ciasto podziel na 24 równych kawałków i z każdego kawałka formuj bułeczkę. Bułeczki układaj na blasze wyłożonej papierem do pieczenia. Odstaw do wyrośnięcia przykryte ściereczką na ok. 0,5 godziny. Bułeczki powinny w tym czasie podwoić swoją objętość.
7. Przygotuj kruszonkę kokosową. W misce wymieszaj wiórki kokosowe, cukier, miękkie masło i jajko.
8. W każdej bułce zrób dołek średnicy 3 cm. Wypełnij każdy dołek kruszonką.
9. Nastaw piekarnik na 180°C, termoobiegiem. Mlekiem smaruj bułki przy użyciu pędzelka. Piecz w środkowej części piekarnika około 10-12 minut aż bułeczki staną się brązowo-złociste. Ostaw do wystygnięcia. Przed podaniem posyp cukrem pudrem.



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego

Dofinansowane przez
Unię Europejską





ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 3
im. Króla Jana III Sobieskiego
w Stalowej Woli
37-464 Stalowa Wola , ul. Polna 15

CALDO VERDE

Zupa z jarmużem, ziemniakami i chorizo

Składniki / 4 porcje

- 1 łyżka masła
- 1/2 cebuli
- 1 ząbek czosnku
- 1 łyżka oliwy extra vergine
- 1 por
- 300 g ziemniaków
- 2,5 litra bulionu lub rosołu
- 100 g jarmużu
- 1 łyżka koncentratu pomidorowego
- 100 g kiełbaski chorizo
- 2 łyżki posiekanego koperku

Przygotowanie:

W garnku, na maśle, zeszklić pokrojoną w kosteczkę cebulę, pod koniec dodać posiekany czosnek. Dodać oliwę oraz pokrojonego pora (białe i jasno zielone części). Dusić przez około 3 minuty co chwilę mieszając aż por zmięknie.

Dodać obrane i pokrojone w kosteczkę ziemniaki, doprawić solą i podgrzewać przez około 3 minuty. Wlać gorący bulion i zagotować. Doprawić świeżo zmielonym pieprzem i solą w razie potrzeby. Gotować przez 15 minut aż ziemniaki będą prawie miękkie.

Dodać umyte i posiekane liście jarmużu (twarde łodyżki odrzucić) i gotować przez około 10 minut, pod koniec dodać koncentrat pomidorowy.

Na patelni podsmażyć pokrojone w kosteczkę chorizo (kiełbaski nie trzeba zwykle obierać ze skórki), smażyć przez około 2-3 minuty aż troszkę się wytopi.

Chorizo wraz z tłuszczem z patelni dodać do zupy i podgrzewać razem przez około minutę. Dodać koperki i wymieszać.



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego

Dofinansowane przez
Unię Europejską





ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 3 im. Króla Jana III Sobieskiego w Stalowej Woli

37-464 Stalowa Wola , ul. Polna 15

Zapiekanka z kurczakiem i chorizo

Składniki/ 4 porcje

cebula - 1 szt.
pieprz czarny - 1 szczypta
pomidor czerwony - 1 szt.
kurczak filety z piersi - 4 szt.
masło - 2 łyżki
oliwa z oliwek - 1 łyżka
oliwki zielone - 8 szt.
sól - 1 szczypta
ziemniak - 4 szt.
chorizo - 200 g

Przygotowanie

Piekarnik nagrzej do 180 stopni.

Naczynie do zapiekania wysmaruj odrobiną tłuszczu.

Przygotowanie

Ziemniaki obierz i ugotuj w osolonej wodzie. Odcedź i odstaw do ostygnięcia. Przystudzone ziemniaki pokrój w plasterki i wyłóż nimi dno naczynia do zapiekania. Pomidora sparz, obierz ze skórki. Wyjmij pestki, a miąższ pokrój w kostkę. Cebulę posiekaj. Na patelni rozgrzej masło i dodaj warzywa. Podsmażaj przez 5 minut, od czasu do czasu mieszając.

Chorizo pokrój na cienkie plasterki. Piersi kurczaka umyj i osusz. Każdą z piersi przekrój na ćwiartki. Pokrojoną kiełbasę oraz mięso dodaj do warzyw i podsmażaj przez mniej więcej 10 minut, odwracając od czasu do czasu, aż kurczak będzie gotowy.

Wyjmij kurczaka, pokrój go na plasterki i rozłóż na ziemniakach. Na wierzch wyłóż resztę sosu z patelni.

Oliwki pokrój na plasterki i ułóż na wierzchu zapiekanki. Przypraw solą i pieprzem do smaku. Całość skrop oliwą z oliwek.

Zapiekaj przez mniej więcej 20 minut w temperaturze 180 stopni.





ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 3
im. Króla Jana III Sobieskiego
w Stalowej Woli
37-464 Stalowa Wola , ul. Polna 15

Pastéis de nata – składniki na 24 sztuki:

2 płaty ciasta francuskiego na maśle (2 opakowania po ok. 300 g ciasta)

3 łyżki mąki pszennej

1 i 1/4 szklanki mleka

1 szklanka i 2 łyżki cukru

1 laska cynamonu

2/3 szklanki wody

1 łyżeczka ekstraktu z wanilii

6 dużych żółtek

Uwaga: 1 szklanka ma pojemność 250 ml, 1 łyżka ma pojemność 15 ml (jak zawsze na Moich Wypiekach).

Przygotowanie:

W miseczce wymieszać różgą kuchenną 1/4 szklanki mleka z 3 łyżkami przesianej mąki pszennej i wanilią, odłożyć.

W garnuszku zagotować wodę z laską cynamonu i cukrem – doprowadzić do wrzenia i zdjąć z palnika.

Następnie w drugim garnuszku zagotować mleko. Wrzącym mlekiem zalać rozprowadzoną mąkę i wymieszać różgą kuchenną. Z syropu cukrowego wyjąć cynamon i cały syrop przelać do mleka z mąką, wymieszać.

Żółtka roztrzepać różgą kuchenną. Dodać do wody i mleka, wymieszać. Przelać do garnuszka i doprowadzić do wrzenia, mieszając, natychmiast zdjąć z palnika (by mieszanka się nie zwarzyła). Odstawić – mieszanka będzie bardzo rzadka, tak ma być.

Przygotować formę do muffinów – o standardowej wielkości gniazd. Z rozwałkowanego ciasta francuskiego wycinać kółka o średnicy nieco większej niż średnica gniazd, tak by ciasto po wyłożeniu zajęło dno i boki foremek. Do gniazdek z ciasta przelewać mieszankę, nalewając ją do 3/4 wysokości boków ciasta (nie więcej; podczas pieczenia budyń unosi się do góry i gotuje – jeśli nalejecie za dużo, wyleje się ponad foremkę).

Pastéis de nata piec w temperaturze 290°C (tak, tak, naprawdę!) przez około 8-9 minut. Mój piekarnik grzeje maksymalnie do 270°C więc piekłam w takiej temperaturze, z termoobiegiem, dodatkowo 1 minutę dłużej. Wyjąć z piekarnika, przełożyć na kratkę (uwaga, są bardzo gorące!).

Pastéis de nata można podawać oprószone cynamonem. Smacznego :-).

