

INGREDIENCIE

4 PORCIÁCH

35 MIN

PRECHODNÝ

2 balenia Garden Gourmet Veggie
guličky

1 pomaranč

125 ml červeného vína

200 ml zeleninového vývaru

2 lyžice medu alebo cukru

225 g brusnic

1 lyžička zemiakového škrobu

olivový olej na smaženie

1 vetvička tymiánu na ozdobu

KULINÁRSKE TIPY

Chutné s:

Pyré zo sladkých zemiakov, s
lieskovými orieškami a petržlenom;
s restovaným divokým špenátom s
červenou cibuľou, s píniovými
orieškami a hrozienkami; so
smaženým ružičkovým kelom s
balzamikovým octom, so
semienkami granátového jablka a
píniovými orieškami.

Guličky s brusnicovou omáčkou miluje jednoducho každý! Je to jeden z najobľúbenejších pokrmov pre deti aj dospelých a hodí sa rovnako dobre k obyčajnej večeri a zároveň aj na sviatočný stôl. Brusnicová omáčka so sójovými Garden Gourmet vegetariánskymi guličkami je hotová asi za 35 minút a príprava je vhodná pre mierne pokročilých kuchárov. Sľubujeme však, že námaha sa vyplatí. Výborná chuť našich guličiek v spoločnej kombinácii s pomarančom, vínom, zeleninovým vývarom a brusnicami totiž spraví z vášho jedla neobyčajný kulinársky zážitok. Tak poďme na to!

PRÍPRAVA

1. KROK - PRIPRAVTE POMARANČ

Pomaranč dôkladne umyjeme (budeme totiž potrebovať jeho kôru, preto je lepšie siahnuť po BIO pomarančoch zbavených chemických postrekov) a pomocou škrabky na zeleninu ošúpeme kôru z jednej polovice. Kôru z druhej polovice nastrúhame na jemnom strúhadle. Takto ošúpaný pomaranč si odšťavíme.

2. KROK - UVARTE BRUSNICE

Červené víno, zeleninový vývar, pomarančový džús, nastrúhanú pomarančovú kôru, brusnice a med (alebo cukor) privedieme k varu. Varíme, kým brusnice nezmäknú.

3. KROK - DO OMÁČKY ROZOMELTE BRUSNICE

Pomocou tyčového mixéra zmes s brusnicami rozmixujeme, až vytvoríme jemnú brusnicovou omáčku.

4. KROK - VMIEŠAJTE ZEMIAKOVÝ ŠKROB DO BRUSNICOVEJ OMÁČKY

Aby sa brusnicová omáčka lepšie spojila, rozmiešame zemiakový škrob v troche vody. Ten nalejeme za stáleho miešania do vzniknutej brusnicovej omáčky a mierne povaríme na slabom ohni. Brusnicová omáčka by mala zhusnúť a získať požadovanú jemnú konzistenciu.

5. KROK - PRIPRAVTE POMARANČOVÝ SIRUP

Šupky kôry (z jednej polovice pomaranča) nakrájame na veľmi tenké prúžky a privedieme k varu spolu so 100 ml vody a lyžicou cukru. Varíme v cukrovom sirupe asi 5 minút, kým nie sú šupky mäkké, potom ich necháme vychladnúť.

6. KROK - UPEČTE VEGETARIÁNSKE GULIČKY, POLEJTE OMÁČKOU A PODÁVAJTE!

Vegetariánske guličky pripravíme smažením na panvici s trochou olivového oleja na miernom ohni asi 4 minúty a po 2 minútach ich otočíme. Keď sú hotové, preložíme ich do misky a prelejeme brusnicovou omáčkou. Nakoniec ozdobíme prúžkami pomarančovej kôry a čerstvým tymiánom. Výsledné jedlo vyzerá na tanieri skutočne fantasticky a chuť ešte lepšie. Prajeme dobrú chuť!

KULINÁRSKE TIPY

Guličky s brusnicovou omáčkou môžete doplniť aj o prílohu – vynikajúce budú s pyré zo sladkých zemiakov, s lieskovými orieškami a petržlenom; s restovaným divokým špenátom s červenou cibuľou, s píniovými orieškami a hrozienkami; so

smaženým ružičkovým kelom s balzamickým octom, so semienkami granátového jablka a píniovými orieškami.

**CHECK OUT MORE RECIPES AT
GARDENGOURMET.COM**

[Garden Gourmet Slovakia](#) > [Recepty](#) > [Vegetariánske guličky a brusnicová omáčka](#)