

Teppanyaki +k

Osvěžující domácí jídla
Osviežujúce domáce jedlá.





Každý kdo jednou zažil zručnost japonského kuchaře, který používal Teppanyaki to bude chtít zažívat pravidelně.

I vy můžete mít vše potřebné k tomu, abyste zapůsobili na hosty u vás doma. Vše co potřebujete je kvalitní gril Teppanyaki a recepty Kikkoman.

Každý kto raz zažil zručnosť japonského kuchára, ktorý používal Teppanyaki to bude chcieť zažívať pravidelne.

Aj vy môžete mať všetko potrebné na to aby ste zapôsobili na hostí u vás doma. Všetko čo potrebujete je kvalitný gril Teppanyaki a recepty Kikkoman.



Omáčky do misek na Teppanyaki

pro 4–5 osob

Citrusovo/sójový nálev

150 g	ředkviček
30 g	cibule
3 pl	jablečného moštu
9 pl	přírodně vařené sójové omáčky Kikkoman
15 g	cukru
2 pl	citronové šťávy
10 g	jarní cibulky

Příprava

Očistíme ředkvičky a cibuli. Nakrájíme na malé kousky. Opláchneme a nakrájíme jarní cibulku.

Následně rozmixujeme ředkvičku a cibuli s jablečným moštem a sójovou omáčkou. Přidáme cukr a směs uvaříme. Omáčku necháme vychladnout a smícháme ji s citronovou šťávou a jarní cibulkou.

Arašídovo/sójový nálev

100 g	arašídového másla (bez cukru)
20 g	medu
1 pl	jablečného moštu
4½ pl	jablečné šťávy
4½ pl	kuřecího nebo zeleninového vývaru
2 pl	přírodně vařené sójové omáčky Kikkoman

Příprava

Arašídové máslo smícháme v misce spolu s medem. V další misce smícháme zbylé ingredience. Pomalu spojíme směsi z obou nádob. Nejdříve mícháme stěrkou na těsto a potom ručním mixérem.

Omáčky do misiek na Teppanyaki

pre 4–5 osôb

Citrusovo/sójový nálev

150 g	red'koviek
30 g	cibule
3 pl	jablčného muštu
9 pl	přírodně varenej sójovej omáčky Kikkoman
15 g	cukru
2 pl	citronovej šťávy
10 g	jarnej cibulky

Príprava

Očistíme red'kovky a cibuľu. Nakrájame na malé kúsky. Umyjeme a nakrájame jarnú cibuľku.

Následne zmixujeme red'kovku a cibuľu s jablčným muštom a sójovou omáčkou. Pridáme cukr a zmes uvaríme. Omáčku necháme vychladnúť a zmiešame ju s citrónovou šťavou a jarnou cibuľkou.

Arašídovo/sójový nálev

100 g	arašídového masla (bez cukru)
20 g	medu
1 pl	jablkového muštu
4½ pl	jablkovej šťávy
4½ pl	kuracieho alebo zeleninového vývaru
2 pl	přírodně varenej sójovej omáčky Kikkoman

Príprava

Arašídové maslo zmiešame v misce spolu s medom. V ďalšej miske zmiešame zvyšné ingredience. Pomaly spojíme zmes z obidvoch nádob. Najskôr miešame škrabkou na cesto a potom ručným mixérom.



Plátky hovězího masa ve stylu Yakiniiku

pro 5–6 osob

800 g plátky hovězího masa

Na chutnou omáčku budete potřebovat

3 pl strouhané cibule
2 čl strouhaného česneku
9 pl přírodně vařené omáčky Kikkoman
6 pl medu
3 čl sezamového oleje
3 čl jablečného moštu
štipka černého pepře
2 čl opečeného sezamu
1 pl nakrájeného póru
olej

Příprava chutné směsi

Uvaříme všechny ingredience kromě póru. Rozehřátou pánev sundáme z ohně a přidáme pórek.

Příprava

Na grilu Teppanyaki nastavíme teplotu na úroveň 4. Nakrájíme přibližně 1,5 cm tlusté plátky z hovězího masa tak, aby byly po úhlopříčce silné přibližně 5 - 6 mm. Rozpálíme olej na pánvi a opečeme mezi 300 g a 400 g masa (maximálně) rychle z obou stran. Teplotu ubereme na úroveň 2,5. Po dokončení otřeme přebytečný olej do papírové kuchyňské utěrky. Vylijeme polovinu směsi na maso a rychle promícháme. Pro lepší požitek a chuť zvolíme stejný postup i na druhou polovinu masa a omáčky.

Plátky hovädzieho mäsa v štýle Yakiniiku

pre 5–6 osôb

800 g plátky hovädzieho mäsa

Na chutnú omáčku budete potrebovať

3 pl strúhanej cibule
2 čl strúhaného cesnaku
9 pl prírodne varenej omáčky Kikkoman
6 pl medu
3 čl sezamového oleja
3 čl jablkového moštu
štipka čierneho korenia
2 čl opečeného sezamu
1 pl nakrájaného póru
olej

Příprava chutnej zmesi

Uvaríme všetky ingrediencie, okrem póru. Rozohriatu panvicu odložíme z ohňa a pridáme pór.

Příprava

Na grile Teppanyaki nastavíme teplotu na úroveň 4. Nakrájame približne 1,5 cm hrubé z hovädzieho mäsa tak, aby boli po uhlopriečke hrubé približne 5–6 mm. Rozpálime olej na panvici a opečieme medzi 300 g a 400 g mäsa (maximálne) rýchlo z oboch strán. Teplotu uberieme na úroveň 2,5. Po dokončení utrieme prebytočný olej do papierovej kuchynskej utierky. Vylejeme polovicu zmesi na maso a rýchlo premiešame. Pre lepší pôžitok a chuť zvolíme rovnaký postup aj na druhú polovicu mäsa a omáčky.



Zeleninové Teppanyaki

pro 4–5 osob

100 g	zelených fazolek, zeleného chřestu nebo sladkého hrášku
70 g	červené nebo zelené papriky
70 g	cukety
15 g	másla
1 pl	přírodně vařené omáčky Kikkoman
1 pl	bílého vína olej

Příprava

Omyjeme zeleninu a nakrájíme ji na pásy. Smícháme sójovou omáčku a bílé víno. Na grilu Teppanyaki nastavíme teplotu na úroveň 4. Rozpálíme olej a osmahneme zeleninu, dokud nebude na 80 % uvařená, potom ubereme teplotu na úroveň 2,5. Přidáme máslo, sójovou omáčku nebo bílé víno a rychle promícháme.

Zeleninové Teppanyaki

pre 4–5 osôb

100 g	zelenej fazuľky, zelenej špargle alebo sladkého hrášku
70 g	červenej alebo zelenej papriky
70 g	cukety
15 g	masla
1 pl	přírodně varenej omáčky Kikkoman
1 pl	bieleho vína olej

Příprava

Umyjeme zeleninu a nakrájame ju na pásy. Zmiešame sójovú omáčku a biele víno. Na grile Teppanyaki nastavíme teplotu na úroveň 4. Rozpálime olej a opražíme zeleninu až kým nebude na 80% uvarená. Potom uberieme teplotu na úroveň 2.5. Pridáme maslo, sójovú omáčku alebo biele víno a rýchlo premiešame.



Pražená rýže

pro 4–6 osob

400 g	uvařené rýže (např. Basmati)
4	vejce
100 g	cibule, nakrájené na malé kostky
60 g	červené papriky nakrájené na malé kostky
½ čl	jemně nakrájeného zázvoru
⅓	jarní cibulky, nakrájené na kroužky

Na chutnou směs budeme potřebovat

2 pl	vývaru (kuřecí nebo zeleninový)
4 pl	přírodně vařené omáčky Kikkoman
1 čl	cukru
	pár kapek sezamového oleje
	olej

Příprava

Pro vytvoření chutné směsi smícháme všechny ingredience do jedné misky.

V první fázi pracujeme jen s polovinou směsi. Později zvolíme stejný postup s druhou polovinou.

Na grilu Teppanyaki nastavíme teplotu na úroveň 4. Rozpálíme olej a z vajec uděláme míchaná vajíčka, která po dokončení odložíme na samostatný talíř. Do poloviny pánve následně přidáme zeleninu, na druhou polovinu dáme rýži. Postupně vmícháme rýži na celý povrch pánve a pravidelně ji mícháme, aby byla správně upražená. Zeleninu dochutíme solí a pepřem. Do této směsi přidáme hotová míchaná vajíčka a dochutíme.

Pražená ryža

pre 4–6 osôb

400 g	uvarenej ryže (napr. Basmati)
4	vajcia
100 g	cibule, nakrájanej na malé kocky
60 g	červenej papriky nakrájanej na malé kocky
½ čl	jemne nakrájaného zázvoru
⅓	jarenej cibulky, nakrájanej na krúžky

Na chutnú zmes budeme potrebovať

2 pl	vývaru (kurací alebo zeleninový)
4 pl	přírodně varenej omáčky Kikkoman
1 čl	cukru
	pár kvapiek sezamového oleja
	olej

Příprava

Na vytvorenie chutnej zmesi zmiešame všetky ingredience do jednej misky.

V prvej fáze pracujeme len s polovicou zmesi. Neskôr zvolíme rovnaký postup s druhou polovicou.

Na grile Teppanyaki nastavíme teplotu na úroveň 4. Rozpálíme olej a z vajec urobíme praženicu, ktorú po dokončení odložíme na samostatný tanier. Do polovice panvice následne pridáme zeleninu, na druhú polovicu dáme ryžu. Postupne vmiešame ryžu na celý povrch panvice a pravidelne ju miešame, aby bola správne upražená. Zeleninu dochutíme soľou a korením. Do tejto zmesi pridáme hotovú praženicu a dochutíme.

Tradiční potěšení.

Omáčka Kikkoman je připravována po celá staletí stejně – bez přidávání konzervantů.

Tradičné potešenie.

Omáčka Kikkoman je pripravovaná po celé stáročia rovnako – bez pridávania konzervantov.



The Master's recommendation.

Kikkoman recommends the Solis tabletop grill «Teppanyaki@Home» for the technically and stylistically correct preparation of fine Teppanyaki dishes – and this classic amongst soy sauces certainly knows when food tastes good.

Doporučení šéfkuchaře.

Kikkoman doporučuje stolní gril Solis «Teppanyaki @ Home» pro technicky a stylisticky správně připravené jemné pokrmy Teppanyaki. Tato klasika mezi sójovými omáčkami jistě ví, kdy jídlo dobře chutná.



Kikkoman Trading Europe GmbH
Theodorstrasse 293
DE-40472 Düsseldorf
Germany
www.kikkoman.eu

Solis of Switzerland AG
Solis House, Europastrasse 11
CH-8152 Glattbrugg / ZH
Switzerland
www.solis.com

