

Společné pečení s Hankou a Katkou





**Spolu si
upečeme
krásný den**

**10 kg
mouky**

**Děkujeme vám, že jste si
pořídili troubu MORA. Věříme,
že vás odměna v podobě 10 kg
pšeničné celozrnné mouky
Babiččina volba potěšila.**

www.mora.cz



MORA

PLNÁ ŽIVOTA



Spolu nám to šlape

Zdravé tělo začíná v kuchyni. Proto si pro vás naše ambasadorky Hanka Kynychová a Kateřina Neumannová připravily několik oblíbených receptů. Vaření si navíc můžete zpříjemnit i s naším originálním cvičením MORAgym. Cviky jsou inspirovány jógou a jednoduchým posilováním, proto než se stihnou uvařit těstoviny, zvládnete si ve svém království tělo protáhnout i zpevnit. Do chutného vaření a MORAgymu zapojte klidně i své děti. „Víme, že není snadné skloubit aktivní životní styl, spokojenou výchovu dětí i čas na odpočinek,“ shodují se obě aktivní maminky a naše ambasadorky. Proto pro vás kromě těchto chutných a zdravých receptů připravují i různé tipy a triky, aby vám to spolu doma šlapalo. Sledujte web www.mora.cz, náš Facebook, Instagram, a nic vám neuteče.

(NE)KYNUTÝ KOLÁČ S TVAROHEM A ŠVESTKAMI

INGREDIENCE:

NA TĚSTO:

- 250 g mouky Babiččina volba na kynuté těsto
- 150 ml mléka
- 20 g čerstvého droždí
- 50 g krupicového cukru
- 1 lžička skořice
- 50 ml slunečnicového oleje
- kůra z 1 chemicky neošetřeného citrónu

NA DROBENKU:

- 50 g polohrubé mouky Babiččina volba
- 30 g změkklého másla
- 15 g cukru
- 1 lžička skořice

NA NÁPLŇ:

- 250 g tučného tvarohu ve vaničce
- 1 vejce
- 1 vanilkový cukr
- 350 g čerstvých švestek

POSTUP:

1. Do mléka rozdrolte droždí, přidejte cukr a mouku. Nemíchejte a nechte vše odstát asi 10 minut.
2. Přidejte všechny zbylé ingredience a vypracujte pružné těsto. To ihned po vypracování vyválejte na tenkou placku a přeneste na plech vyložený pečicím papírem.
3. Smíchejte tvaroh s vejcem a vanilkovým cukrem, švestky vypeckujte a nakrájejte na čtvrtiny.
4. Připravte si drobenku – do mísy vložte všechny ingredience a konečky prstů je spojte v drobenku.
5. Těsto potřete tvarohovou směsí, pokladte švestkami a rovnoměrně zasypte drobenkou.
6. Pečte při 180 °C dozlatova, asi 40 minut.

MORA RADÍ

TVAROHOVOU NÁPLŇ
SNADNO A RYCHLE
PŘIPRAVÍTE S RUČNÍM
ŠLEHAČEM MORA



„Zdravý
kompromis.“



BANÁNOVÝ CHLEBÍČEK

INGREDIENCE:

- 285 g hladké mouky dortové Babiččina volba
- 1 vrchovatá čajová lžička jedlé sody
- ½ čajové lžičky soli
- 110 g másla
- 225 g třtinového cukru
- 2 vajíčka
- 4 přezrálé banány
- 85 ml podmáslí
- 1 lžička vanilkového extraktu

POSTUP:

1. V míse smíchejte sypké ingredience. Prosijte mouku, přidejte sůl a jedlou sodu.
2. Vidličkou rozmačkejte přezrálé banány.
3. V robotu nebo druhé míse utřete máslo s cukrem do pěny, postupně zašlehejte i obě vajíčka.
4. Do směsi přilijte mléko a extrakt, přidejte banány a ještě chvíli míchejte.
5. Pokud jste se rozhodli recept trochu vylepšit, teď je vhodná chvíle, kdy můžete přidat ořechy, rozinky či sušené ovoce.
6. Do tekuté směsi po lžících vmíchejte sypkou směs a míchejte, dokud vše nebude hladké.
7. Směs nalijte do formy na chlebiček, která je 22 cm dlouhá, a pečte ve vyhřáté troubě při 180 °C asi hodinu. Propečení zkontrolujte špejlí. Chlebiček nechte zchladnout na mřížce.



MORA RADÍ

BANÁNY ROZMIXUJTE
POMOCÍ TYČOVÉHO
MIXÉRU MORA



CELOZRNNÁ PIZZA

INGREDIENCE:

- 500 g pšeničné celozrnné mouky
Babičina volba
- 50 ml olivového oleje
- 1 lžička cukru
- 350 ml vody
- 2 lžičky soli
- 15 g čerstvého droždí

DALŠÍ INGREDIENCE:

- rajčatová omáčka, sýr, šunka, bazalka a další ingredience na ozdobení pizzy podle vlastní chuti

POSTUP:

1. Mouku nasype do mísy spolu se solí, přidejte vodu, cukr, olej a rozdrobené droždí.
2. Vypracujte hladké těsto a nechte ho přikryté kynout na teplém místě asi 1,5 hodiny.
3. Vykynuté těsto rozdělte na 2 nebo 3 díly a z každého vyválejte tenkou placku.
4. Tu přeneste na plech vyložený pečicím papírem, potřete rajčatovou omáčkou (kraje nechte suché) a ozdobte tím, co máte rádi.
5. Pečte při 220 °C asi 10 min nebo dokud nebudou okraje zlatavé.

MORA TIP

DÍKY TELESKOPICKÝM VÝSUVŮM V TROUBĚ
MORA MŮŽETE SNADNO KONTROLOVAT
VŠECHNY PLECHY NAJEDNOU



CELOZRNNÉ MUFFINY S MERUŇKAMI

INGREDIENCE (12 MUFFINŮ):

- 300 g celozrnné špaldové mouky **Babičina volba**
- ¾ balení kypřicího prášku
- 2 vejce
- 1 lžíce vanilkového extraktu
- 250 ml smetany
- 100 g rozpuštěného másla
- 120 g moučkového cukru
- kůra z 1 chemicky neošetřeného citrónu
- 6 meruněk

POSTUP:

1. V jedné nádobě smíchejte všechny suché ingredience a v druhé ty tekuté. Meruňky prozatím ponechte stranou.
2. Smíchejte obsahy obou nádob v hladké těsto a naplňte jím košíčky vložené do formy na muffiny. Každý košíček naplňte asi ze ¾.
3. Do středu každého muffinu položte ½ nebo ¼ meruňky (podle toho, jak velké máte jednotlivé kousky ovoce).
4. Pečte při 180 °C dozlatova, asi 20 minut.

MORA TIP

FUNKCE SOFTMELT INDUKČNÍCH VARNÝCH DESEK MORA ŠETRNĚ ROZPUSTÍ MÁSLA PŘI KONSTANTNÍ TEPLOTĚ 42 °C, DÍKY TOMU MÁSLA NIKDY NESPÁLÍTE



CITRONOVOOŘECHOVÁ BÁBOVKA

INGREDIENCE:

- 4 vejce
- 100 ml mléka
- 100 ml oleje
- 250 g hladké mouky dortové Babiččina volba
- 200 g cukru
- 1 citron
- 90 g mletých ořechů
- lžíce vanilkového cukru
- 2 lžičky kypřicího prášku
- 1 lžíce rumu
- špetka soli

POSTUP:

1. Předehřejte troubu na 180 °C a oddělte žloutky od bílků.
2. Žloutky smíchejte s polovinou cukru a s vanilkovým cukrem. Vyšlehejte do nadýchané světlé pěny.
3. Do pěny postupně zašlehejte mléko, rum a olej.
4. V druhé nádobě smíchejte mouku, ořechy, kypřicí prášek, špetku soli a kůru z citronu.
5. Suchou směs vmíchejte do tekuté. V jiné nádobě vyšlehejte z bílků pevný sníh a poté ho opatrně vmíchejte do těsta.
6. Formu na bábovku vymažte máslem a vysypte hrubou moukou. Vlijte do ní těsto, vložte ho do trouby a pečte asi 50 minut (až přestane těsto ulpívat na zapíchnuté špejli).

MORA RADÍ

ŽLOUTKY S CUKREM
VYŠLEHEJTE POMOCÍ
RUČNÍHO ŠLEHAČE MORA



CELOZRNNÉ NOČKY S JAHODOVOU OMÁČKOU

INGREDIENCE NA NOKY (PRO 4 OSOBY):

- 500 g tučného tvarohu ve vaničce
- 400 g celozrnné špaldové mouky Babiččina volba
- 2 lžičce moučkového cukru
- 1 vanilkový cukr
- kůra z 1 chemicky neošetřeného citrónu
- špetka soli
- 4 vejce

NA JAHODOVOU OMÁČKU:

- 600 g jahod
- 1 smetana (33%)
- pár lístků máty
- moučkový cukr podle chuti a sladkosti jahod

POSTUP:

1. Všechny ingredience na noky smíchejte v misce a vypracujte z nich lehce tuhé, ale pořád lepkavé těsto.
2. Pomoučete vál a dejte na něj 1/3 těsta. Z toho vyválejte váleček a nožem odkrajujte jednotlivé nočky.
3. Postupně stejným způsobem zpracujte celé těsto.
4. Do hrnce dejte vařit dostatek vody, a až bude vřít, přidejte 1/3 noků.
5. Až vyplavou na povrch, jsou hotové a můžete je vyjmout. Vaření trvá zhruba 2–3 minuty, ale záleží na velikosti noků.
6. Stejně pokračujte i s dalšími noky.
7. Než budou noky hotové, připravte omáčku rozmixováním jahod se smetanou, cukrem a mátou. Omáčku můžete použít za studena, což je v létě opravdu osvěžující, nebo ji můžete svařit.
8. Do hlubokého talíře nalijte omáčku, do ní vložte noky a vše ozdobte čerstvou mátou.

MORA RADÍ

PŘÍPRAVU JAHODOVÉ OMÁČKY
SI USNADNÍTE S TYČOVÝM
MIXÉREM MORA



„Neodolatelná
lahůdka během
letních prázdnin.“



„Ideální pro nedělní
rodinnou snídani.“



DOMÁCÍ CELOZRNNÉ ROHLÍKY

INGREDIENCE

(NA 12 KS):

- 500 g pšeničné celozrnné mouky Babiččina volba
- 60 g rozpuštěného másla
- 17 g čerstvého droždí
- 1 lžička cukru
- 350 ml vlažné vody
- 3 lžičky soli
- mák nebo kmín na posypání

POSTUP:

1. Mouku nasype do mísy a doprostřed udělejte důlek. Nalijte do něj část vody, rozdrolte droždí a přidejte cukr.
2. Mísu přikryjte a nechte 15 minut stát v teple.
3. Přidejte zbylou vodu, máslo a sůl. Vypracujte pružné těsto a nechte ho pod utěrkou kynout asi 1 hodinu.
4. Vykynuté těsto rozdělte na 12 stejných kusů a z každého udělejte kuličku.
5. Roztáhněte ji do tvaru trojúhelníku a ten poté zaviňte do tvaru rohlíku.
6. Každý rohlík mírně zahněte a skládejte s dostatečnými rozestupy na plech.
7. Rohlíky nechte ještě 15 minut kynout.
8. Před pečením rohlíky potřete vodou (nebo vejcem) a posypte mákem.
9. Pečte při 200 °C asi 10 minut nebo dozlatova.

MORA TIP

VĚDĚLI JSTE, ŽE TROUBU
MORA MŮŽETE POUŽÍT
I NA KYNUTÍ TĚSTA?



QUICHE S BÍLÝM CHŘESTEM

INGREDIENCE

NA TĚSTO:

- 330 g špaldové mouky
Babiččina volba
- 170 g sádla
- 6 g soli
- 2 vejce
- 60 ml studené vody

NA NÁPLŇ:

- 100 g slaniny
- 1 svazek bílého chřestu
- 100 g sýra Gruyère
- 250 ml mléka
- 250 ml smetany (33%)
- 6 vajec
- sůl a pepř
- muškátový oříšek

POSTUP:

1. Z mouky, soli a sádla vypracujte drobenku (pokud pracujete v s robotem, použijte míchací metlu).
2. Přidejte vejce a vodu a vytvořte hladké těsto. To zabalte do potravinové fólie a nechte 30 minut uležet v lednici.
3. Z chřestu odlomte tuhou spodní část a zbytek oškrábejte. Celý chřest kromě vršku nakrájejte na kolečka.
4. Slaninu nakrájejte na kostičky a orestujte na pánvi. Na závěr na chvíli přidejte i chřest nakrájený na kolečka (kromě vršků, ty nechte stranou).
5. V míse vyšlehejte vejce, mléko, smetanu a muškátový oříšek. Osolte podle chuti a přidejte trošku pepře.
6. Z těsta vyválejte kolo silné asi 3 mm a přeneste je do formy (mělo by být větší než forma).
7. Okraje zařízněte podél venkovního kraje formy a potom zahněte dovnitř.
8. Dno propíchejte vidličkou a posypte nahrubo nastrohaným sýrem.
9. Přisypte slaninu s chřestem a vše zalijte smetanovou směsí.
10. Na závěr do koláče přidejte vršky chřestu a vložte do trouby vyhřáté na 160 °C. Pečte asi 45 minut.



„Jako od
mojí babičky.“



REBARBOROVÝ KOLÁČ S JEMNÝM KRÉMEM

INGREDIENCE

NA TĚSTO:

- 250 g hladké mouky
Babiččina volba na křehká těsta + na podsypání
- 40 g moučkového cukru
- 5 g kypřicího prášku do pečiva
- 1 vejce – oddělený žloutek a bílek
- 70 g másla
- 50–70 ml mléka

NA NÁPLŇ:

- ½ sáčku vanilkového pudinku
- ¼ litru mléka
- 2 lžíce krupicového cukru
- 20 g másla
- 100 g měkkého tvarohu
- 370–400 g rebarbory (oloupané)
- 40 g třtinového cukru

POSTUP:

1. Do mísy nasype mouku, cukr a promíchejte s kypřícím práškem. Přidejte změkklé máslo a prsty promněte. Přidejte žloutek a mléko a vypracujte pružné těsto. Zabalte do potravinové fólie a nechte alespoň půl hodiny v lednici.
2. Z pudinkového prášku, krupicového cukru a mléka uvařte pudink. Když trochu zchladne, vmíchejte máslo. Během chladnutí promíchejte metlou. Téměř vychladlý pudink promíchejte s tvarohem.
3. Rebarboru nakrájejte na cca 1 cm silné plátky. Promíchejte s třtinovým cukrem.
4. Troubu předehřejte na 190 °C. Plech vyložte pečicím papírem. Těsto vyndejte z lednice, rozbalte a na pomoučené pracovní ploše vyválejte na kulatý plát silný asi 0,5 cm. Okraje můžete oříznout. Plát přendejte na plech vyložený pečicím papírem a doprostřed rozetřete krém. Nechte asi 4 cm od kraje volné. Na krém rozprostřete rebarboru a volné okraje přeskládejte dovnitř – koláč jimi jakoby uzavřete. Těsto potřete bílkem.
5. Vložte do trouby a pečte asi 30 minut.

MORA TIP

TROUBY MORA MAJÍ
FUNKCI RYCHLÉHO
PŘEDEHŘEVU NA 200 °C



SEMÍNKOVÝ CHLÉB ZE ŠPALDOVÉ MOUKY

INGREDIENCE:

- 350 ml vody
- 1,5 lžičky sušeného droždí
- 1 lžička cukru
- 220 g celozrnné špaldové mouky Babiččina volba
- 220 g celozrnné žitné chlebové mouky Babiččina volba
- 1 lžička octa
- 1 lžička olivového oleje
- 2 lžičky soli
- 1 lžíce nasekaného čerstvého rozmarýnu
- 80 g slunečnicových semínek
- 80 g lněných semínek
- 40 g dýňových semínek

POSTUP:

1. Do mísy nasype oba druhy mouky, smíchejte je se solí a semínky a do středu udělejte důlek.
2. Do něj nalijte vlažnou vodu, nasype droždí a cukr. Poté nechte asi 15 minut odstát.
3. Přidejte ocet, rozmarýn a olivový olej a vše promíchejte. Přikryjte mísu potravinovou fólií a nechte asi 1 hodinu kynout v teple.
4. Vykynuté těsto přesuňte do chlebové formy vymazané olejem a nechte ještě 20 minut kynout na teplém místě.
5. Povrch chleba můžete ještě posypat semínky a lehce je do něj zatlačit. Pak pečte v troubě předehřáté na 180 °C asi 45–60 minut nebo dokud chléb není na povrchu zlatavý. Zda je hotový, můžete vyzkoušet i pomocí špejle.

MORA RADÍ

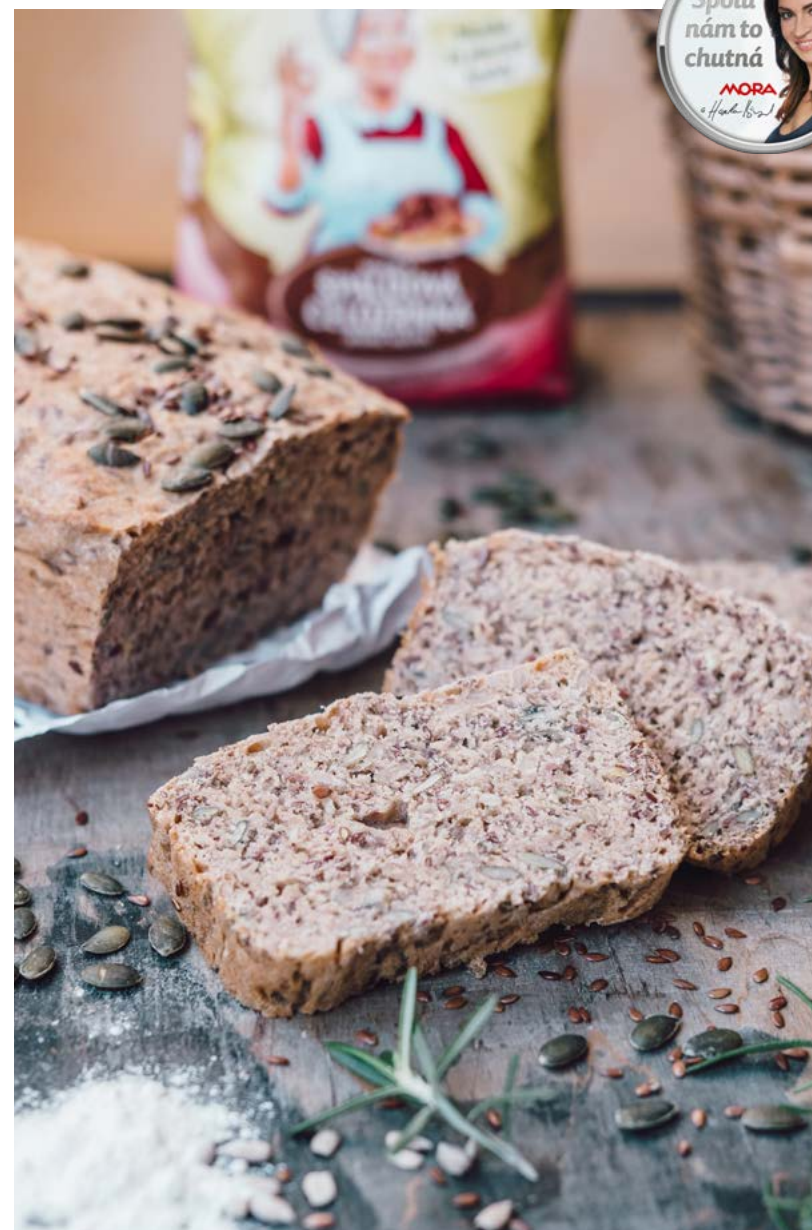
NĚKTERÉ VESTAVNÉ TROUBY
MORA MAJÍ PROGRAM
NA PEČENÍ CHLEBA

„Ideální pro
zdravou snídani.“

Spolu
nám to
chutná

MORA

a Hledáme to nejlepší



„Pochutnejte si
o Velikonocích na
tradičním mazanci
ve zdravější verzi.“



ŠPALDOVÉ MINIMAZANCE

INGREDIENCE

(NA 6 BOCHÁNKŮ):

- 350 g špaldové hladké mouky Babiččina volba (až 200 g můžete vyměnit za celozrnnou špaldovou mouku Babiččina volba – jako my v tomto receptu)
- 40 g mletých vlašských nebo lískových ořechů
- 2 vejce
- 50 g třtinového cukru
- 20 g (1/2 kostky) čerstvého droždí
- 90 g rozpuštěného másla
- 100 ml vlažného plnotučného mléka
- kůra z chemicky neošetřeného citrону

POSTUP:

1. Začněte tím, že si necháte vzejít kvásek. Do misky nadrobte droždí, přidejte pár lžic vlažného mléka, asi lžičku cukru a rozmíchejte v kašičku. Na teplém místě kvásek vzkypí do 15 minut. Pokud se tak nestane, můžete mít špatné droždí a kvásek založte znovu.
2. Mezitím si ve velké míse přichystejte směs přesáté mouky. Utvořte uprostřed důlek. Do něj vklepněte vejce, přilijte rozpuštěné máslo, cukr i citronovou kůru. Do této směsi přidejte i celý kvásek a začněte zpracovávat těsto.
3. Podle potřeby doplňte mléko, promíchejte a zpracujte rukou hladké nelepivé těsto. Správné kynuté těsto je pružné, nelepí. Zpracovávejte ho ještě pár minut rukou, aby se přirozeně zahřálo. Přikryjte mísu utěrkou a nechte těsto kynout 45 minut nebo než zdvojnásobí svůj objem.
4. Nyní vytvarujte bochánky. Těsto si rozdělte na 6 stejně velkých kusů. Každý bochánek zpracujte rukama. Utvořte menší placku a její okraje ohněte pod těsto, tím vznikne navrchu úplně hladký bochánek. Na jeden plech se vejdou 2–3, podle velikosti. Tam je nechte pod utěrkou kynout dalších 15–20 minut.
5. Nyní rozehřejte troubu na 170 °C. Nakynuté bochánky poctivě potřete rozšlehaným vajíčkem a posypte plátky mandlíček. Pečte 20–25 minut do zlatova. Kontrolujte špejlí. Pokud náhodou mazanec praskne, vůbec to nevadí. Platí, že mašle vše spraví.



BUBLANINA

INGREDIENCE
(PRŮMĚR PEČICÍ FORMY
CCA 28 cm):

- 2 vejce
- 1 hrnek moučkového cukru
- 1 vanilkový cukr
- 200 g bílého jogurtu
- 2 hrnky polohrubé mouky Babiččina volba + na vysypání formy
- 1 prášek do pečiva
- 2 lžíce oleje (slunečnicový, řepkový) + na vymazání formy
- jahody, ostružiny a borůvky

POSTUP:

1. V míse utřete vejce s cukry, přidejte jogurt, mouku a nakonec zlehka vmíchejte prášek do pečiva a olej.
2. Formu na pečení vymažte olejem a vysypte moukou. Nalijte do ní těsto a navrch rozložte a pak zlehka prsty zatlačte ovoce, v tomto případě jahody, ostružiny a borůvky.
3. Pečte v předehřáté troubě při 180 °C dozlatova, asi 45 minut.

MORA TIP

CELÉ TĚSTO
PŘIPRAVTE S RUČNÍM
ŠLEHAČEM MORA



Sortiment kuchyňských spotřebičů MORA



vestavné trouby



plynové desky



indukční desky



sklokeramické desky



varné desky Domino



podstavné odsavače



komínové odsavače



ostrůvkové odsavače



mikrovlnné trouby



sporáky



vestavné myčky



volně stojící myčky



chladničky



plynová topidla



ohříváče vody

Malé domácí spotřebiče MORA



tyčové mixéry



ruční šlehače



toustovače



rychlovarné konvice

ZÁKAZNICKÁ LINKA PRO ČR:

800 105 505

Podrobné informace o našich spotřebičích na stránkách:

www.mora.cz



MORA

PLNÁ ŽIVOTA