

9 770350 466047 01309

SLOBODNA DALMACIJA

KM1,50 • DT,50€ • A1,50€ • I1,50€ • CH3,20CHF • L1,50€ • SIT0,63€ • CG0,70€ • NL1,50€ • DK12DKK • B1,50€ • SRB60DIN

ČETVRTAK ::

26. OŽUJKA 2009. ::

CIJENA 7 KN ::



www.slobodnadalmacija.hr

Grdobina u bijelom umaku s ružičastim paprom

Sastojci

0,25 – 0,3kg grdobine(file)
0,2l vrhnja
0,1l maslinova ulja
0,1l biljnog ulja
0,05kg riže
0,03kg kukuruza
0,1kg rajčice
0,05kg kapule
0,01kg češnjaka
0,025kg gljiva
0,01kg prezle
0,01kg ružičastog papra
0,002kg soli
0,002kg papra
0,002kg Vegete
0,05l bijelog vina
0,03l konjaka



Priprema

Grdobinu očistite tako da dobijete filete koje začinite mediteranskim biljem i soli. Začinjene filete prepecite na maslinovu ulju 5 do 6 minuta te flambirajte kvalitetnim konjakom. Nakon toga prelijte ih bijelim vinom te dodajte riblji temeljac i vrhnje kao umak i kuhajte dok ne postane gusto. Jelo začinite ružičastim paprom u zrnu. Kao dodatak ovom jelu pripremite bijelu rižu na standardan način s dodatkom kukuruza, mediteran Vegete i vrhnja za kuhanje. Kao drugi prilog možete servirati punjene rajčice. Prezlu, kapulu, češnjak, šampinjone i vlasac nasjeckajte, napunite rajčice te ih zapecite.

Adrian

H O T E L

Marco Polo

Doći u Gradac na Makarskoj rivijeri i ostati u boutique hotelu „Marco Polo“ je iskustvo koje nikad nećete zaboraviti. Povijest i tradicija sadržani su u svakom dijelu hotela i njegovu brandu te profesionalnoj i neposrednoj usluzi sadržanoj u inačici „Uvijek na Vašoj usluzi“. Uz neposrednu blizinu mora i atraktivnu ponudu sadržaja kao što su zanimljivi izleti mini busom i gliserom, u sklopu hotela se nalazi restoran „Nicolo Polo“ a la carte kao istinski predstavnik gastronomske ponude ovog kraja. Njihov stav je da svako jelo ima svoju „travu“ koja dodatno obogaćuje svaki specijalitet. Osim mesnih i ribljih, paletu su obogatili vegetarijanskim jelima, bogatim pastama, osvježavajućim salatama, slikovitim dječjim jelima kao i vrhunskom vinskom kartom.

Teleći file u umaku od vrganja i grožđa s domaćom palentom i popečcima od povrća

Sastojci

0,22kg teletine
0,1kg vrganja
0,5kg domaćeg pulastra(pijetla)
0,1l maslinova ulja
0,1l biljnog ulja
0,1kg grožđa
0,1kg palente
0,075kg mrkve

0,075kg krumpira
0,075kg tikvica
0,003kg soli
0,005kg papra
0,005kg majčine dušice
0,05kg maslina
0,005kg selen
0,005kg peršina
2 jaja

Priprema

Očišćeni teleći file začinite te prepecite na masnoći. Dok se peče dodajte vrganje i grožđe te lagano nastavite pirjati. Kad je meso gotovo stavite ga sa strane, a umak promiješajte mikserom da postane gust. Meso od pulastra – domaćeg pijetla (okrajci) kuhajte oko 2 sata uz dodatak mrkve, seleni i



peršina. Nakon toga sve procijeditie i sačuvajte tekućinu kao temeljac za palentu. Na postojećem temeljcu (oko 0,6l) kuhajte palentu desetak minuta u koju dodajte sol, maslinovo ulje, crne rezane masline i malo majčine dušice. Izlijte u kalup i kad se formira servirajte uz file. Popečke od povrća napravite tako da naribate mrkvu, tikvice i krumpir te takvu naribanu smjesu pomiješajte s dva žumanca i začinite. Po potrebi dodajte malo brašna. Oblikujte ih u kolutiće i pecite na teflonskoj tavi dok ne dobiju zlatnožutu boju. Obično se poslužuje na okruglom tanjuru - malo umaka izlijete u kružnom obliku, a onda na njega slažete popečke od povrća, palentu i teleći file.