

# Ůvocný kalendář

nejvhodnější doba pro zavařování uvedeného ovoce

	leden	únor	březen	duben	květen	červen	červenec	srpen	září	říjen	listopad	prosinec
ananas												
angrešt												
banány												
bezinky												
borůvky												
broskve												
brusinky												
citrony												
hroznové víno												
hrušky												
jablka												
jahody												
jeřábiny												
kiwi												
maliny												
meruňky												
nektarinky												
ostružiny												
pomeranče												
rebarbora												
rybíz												
švestky												
třešně												
višně												



*Kvalita je nejlepší recept.*

Dr. Oetker s.r.o., Americká 2335, 272 01 Kladno • www.oetker.cz

Vyzkoušejte:

## Letní zavařování



Receptář č. 11



*Kvalita je nejlepší recept.*

Vyzkoušejte:

## NOVINKA

### Dietní želírovací ovocný cukr

Nový výrobek v sortimentu želírování Dr.Oetker je určen k přípravě nízkokalorických dietních džemů, marmelád a želé. Je vhodný pro diabetiky a dále pro všechny, kteří šetří kalorie nebo mají stanovenou dietu. Neobsahuje cukr-sacharózu, ale pouze ovocný cukr-fruitózu (97%) a náhradní sladidla. Jedno balení Dietního želírovacího ovocného cukru obsahuje 250 g a vystačí na 700 g ovoce nebo 700 ml ovocné šťávy. Příprava je rychlá a jednoduchá, stejně jako u ostatních želírovacích přípravků Dr.Oetker.



#### Extra recept:

#### Jahodo-banánová dietní marmeláda

- 500 g jahod
- 200 g banánů
- 1 lžička Kyseliny citrónové
- 1 Dietní želírovací ovocný cukr



Jahody omyjeme, necháme okapat, zbavíme stopek a navážíme 500 g. Banány oloupeme a navážíme 200 g. Ovoce rozmixujeme nebo rozmačkáme, smícháme s Kyselinou citrónovou a Dietním želírovacím ovocným cukrem a za stálého míchání přivedeme k varu. Vaříme alespoň 3 minuty a stále mícháme. Sejmeme z plotny a ihned plníme do připravených sklenic, které uzavřeme a otočíme na 5 minut dnem vzhůru.

*Lenka Šmídová*

Lenka Šmídová  
Marketing

www.oetker.cz



# Angrešťová marmeláda

(na 4 sklenice po 350 ml)

## Přísady:

- 1 kg angreštu
- 400 g cukru
- 1 Vanilínový cukr Dr.Oetker
- 1 Gelfix Extra 2:1 Dr.Oetker

## Příprava:

Angrešt omyjeme a necháme oschnout. Ostříháme stonky. Očištěný angrešt rozeleme, smícháme s cukrem, Vanilínovým cukrem a Gelfixem Extra a přivedeme k varu. Vaříme cca 5 minut.



Horkou marmeládou plníme připravené sklenice a ihned uzavřeme.

Vyzkoušejte:



**Hodnoty**  
ve 100 g marmelády:  
608 kJ / 143 kcal



# Jablko-švestková marmeláda s koriandrem a mátou

(na 4 sklenice po 350 ml)

## **Přísady:**

- 500 g oloupaných jablek zbavených jadřinců
- 500 g vypeckovaných švestek
- 1 lžička mletého koriandru
- nejmenno nakrájený mátový lístek
- 1 Gelfix Extra 2:1 Dr.Oetker
- 100 g medu
- 400 g cukru
- 3 lžíce červeného vína

## **Příprava:**

Jablka nahrubo nastroháme a švestky rozmixujeme. K tomu přidáme koriandr, mátu a Gelfix Extra a povaříme. Potom přidáme ještě med a cukr a za stálého míchání přivedeme k varu. Vaříme 3 minuty.



Nakonec přidáme do horké marmelády červené víno, promícháme a plníme do teplých sklenic až po okraj. Sklenice ihned uzavřeme a cca na 5 minut otočíme dnem vzhůru.

## **Vyzkoušejte:**



**Hodnoty ve 100 g marmelády:**  
682 kJ / 163 kcal



# Meruňko-maková marmeláda

(na 4 sklenice po 350 ml)

## Přísady:

- 100 g rozinek
- 4 lžičky rumu
- 900 g upečených meruňek
- šťáva z 1 citrónu
- 2 lžičky mletého máku
- 1 Želírovací cukr Extra 2:1  
Dr.Oetker

## Příprava:

Rozinky zamícháme s rumem a necháme přes noc stát v uzavřené nádobě. Meruňky nakrájíme na malé kousky (případně rozemeleme) a smícháme s citrónovou šťávou.



Přidáme mák, rumové rozinky a Želírovací cukr Extra, dobře promícháme a za stálého míchání přivedeme k varu. Vaříme cca 6 minut. Uvařenou horkou marmeládou plníme teplé sklenice až po okraj a uzavřeme.

Vyzkoušejte:



**Hodnoty ve 100 g marmelády:**  
766 kJ / 183 kcal



# Višňový džem

(na 4 sklenice po 350 ml)

## Přísady:

- 200 ml vody
- 300 g cukru
- 2 Vanilínové cukry Dr.Oetker
- 1 Gelfix Super 3:1 Dr.Oetker
- 800 g vypeckovaných višní
- 6 lžic rumu

## Příprava:

Višně rozmixujeme, smícháme s vodou, cukrem, Vanilínovým cukrem a Gelfixem Super a přivedeme k varu. Vaříme cca 6 minut.



Džem sejmeme z vařiče a přidáme rum. Plníme do teplých sklenic až po okraj.

## Vyzkoušejte:



**Hodnoty  
ve 100 g džemu:**  
332 kJ / 79 kcal



# Broskvový džem

(na 4 sklenice po 350 ml)

## Přísady:

- 1 kg broskví
- 1 kg cukru
- 1 lžičku Kyseliny citrónové Dr.Oetker
- 1 Gelfix Klasik 1:1 Dr.Oetker
- 4 lžice rumu

## Příprava:

Broskve omyjeme, oloupeme, odstraníme pecky a navážíme 1 kg. Očištěné ovoce nakrájíme na velmi drobné kousky a smícháme v hrnci s Kyselinou citrónovou, Gelfixem Klasik a cukrem a přivedeme za stálého míchání k varu.



Vaříme asi 2 minuty za stálého míchání. Poté odstavíme z plotny a zamícháme do džemu rum. Poté ihned plníme do připravených sklenic, které uzavřeme a otočíme na cca 5 minut dnem vzhůru.

Vyzkoušejte:



**Hodnoty  
ve 100 g džemu:**  
936 kJ / 220 kcal



# Rybíz-angreštové želé s červeným vínem

(na 4 sklenice po 350 ml)

## Přísady:

- 300 g rybízu
- 300 g angreštu
- 1/8 l vody
- 300 ml červeného vína
- 1 Gelfix Extra 2:1 Dr.Oetker
- 500 g cukru

## Příprava:

Rybíz a angrešt zbavíme stopek a cca 5 minut povaříme v 1/8 l vody. Poté sejmeme z vařiče a propasírujeme. Vzniklou ovocnou šťávu odměříme a doplníme ji červeným vínem na 750 ml. Přimícháme Gelfix Extra a opět povaříme.



Vyzkoušejte:



Nakonec přidáme cukr a za stálého míchání přivedeme k varu. Vaříme cca 2 minuty. Plníme do teplých sklenic po okraj a uzavřeme.

**Hodnoty ve 100 g želé:**  
758 kJ / 181 kcal



# Citrusové želé

(na 4 sklenice po 500 ml)

## Přísady:

- 400 ml pomerančové šťávy  
(cca 8 pomerančů)
- 200 ml grapefruitové šťávy  
(cca 2 grepy)
- 150 ml citrónové šťávy  
(cca 3 citróny)
- 1 Gelfix Klasik 1:1 Dr.Oetker
- 1 kg cukru
- 3 lžíce rumu (není nutné)
- 1 lžička Kyseliny citrónové  
Dr.Oetker

## Příprava:

Šťávy z citrusů přecedíme, smícháme spolu s Gelfixem Klasik a přivedeme k varu. Do vařící šťávy přidáme cukr s Kyselinou citrónovou, dobře promícháme a vaříme asi 1 minutu.



Odstavíme z plotny a přimícháme 3 lžíce rumu. Poté plníme do připravených teplých sklenic a ihned uzavřeme.

## Vyzkoušejte:



**Hodnoty ve 100 g želé:**  
1 022 kJ / 240 kcal



# Jablečné pyré

(na 5 sklenic po 200 ml)

## Přísady:

- 1,5 kg oloupaných jablek  
zbavených jadřinců
- 3/8 l vody
- 2 lžičky Kyseliny citrónové  
Dr.Oetker
- 1 lžička mleté skořice
- 6-8 lžic cukru  
(dle kyselosti jablek)
- 1 Pomůcka ke konzervování  
Dr.Oetker



## Příprava:

Jablka omyjeme, oloupeme, zbavíme jadřinců a nakrájíme na malé kousky. Smícháme spolu s vodou a Kyselinou citrónovou a dáme vařit. Vaříme asi 10 minut, než jablka změkknou.

Jablka odebereme z plotny a rozmačkáme. Jablečnou hmotu smícháme se skořicí a cukrem a opět necháme přejít varem. Odstavíme z plotny a dobře přimícháme Pomůcku ke konzervování, poté ihned plníme do připravených sklenic.

## Vyzkoušejte:



**Hodnoty ve 100 g pyré:**  
173 kJ / 41 kcal



# Nektarinky v karamelovém sirupu

(na 4 sklenice po 500 ml)

## Přísady:

- 1,2 kg vypeckovaných  
a oloupaných nektarinek
- 4 x na špičku nože Pomůcky  
ke konzervování Dr.Oetker
- 4 lžičce rumu
- 250 g cukru (karamelizovaného)
- 900 ml vody
- 250 g cukru

## Příprava:

Nektarinky nakrájíme na malé kousky a rozdělíme do sklenic. Do každé sklenice dáme na špičku nože Pomůcky ke konzervování a lžičci rumu. Do hrnce dáme 250 g cukru a na mírném ohni ho za stálého míchání necháme zhnědnout (zkaramelizovat). Opatrně přidáme za stálého míchání vodu a zbývajících 250 g cukru.



Mícháme a vaříme, dokud se cukr nerozpustí. Hotovým sirupem zalijeme nektarinky, sklenice uzavřeme, zatřeseme jimi a postavíme je na pečící plech naplněný do výšky 2 cm horkou vodou.

Plech se sklenicemi dáme do trouby a zavařujeme 50 minut při 95 °C (plyn stupeň 1).

**Hodnoty ve 100 g kompotu:**  
406 kJ / 95 kcal

**Vyzkoušejte:**



# Jahodový sirup

(na 1,75 l sirupu)

## Přísady:

- 1 l převařené studené vody
- 1 kg očištěných, omytých  
a rozmačkaných jahod
- 1/2 bal. Kyseliny citrónové  
Dr.Oetker
- 1/2 bal. Želírovacího cukru  
Extra 2:1 Dr.Oetker
- 500 g cukru krupice

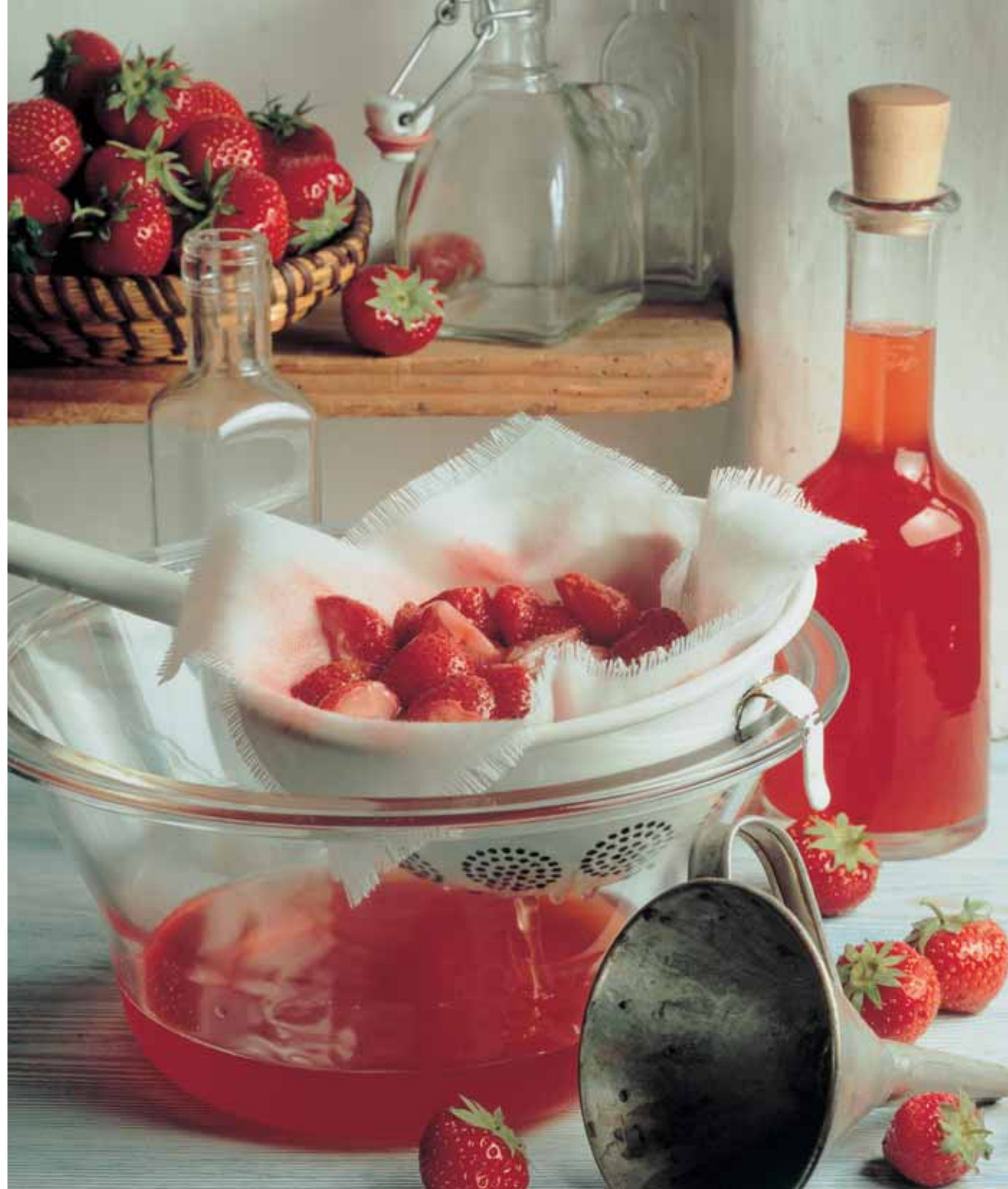


Vaříme cca 2 minuty. Horkým sirupem ihned plníme připravené vymyté láhve, které uzavřeme a uložíme v chladu. Sirup ředíme dle chuti studenou vodou nebo sodovkou.

Vyzkoušejte:



**Hodnoty**  
**ve 100 ml sirupu:**  
508 kJ / 120 kcal



# Ůvocná bowle

(na 4 sklenice po 500 ml)

## Přísady:

- 5 čerstvých citrónů
- 200 g malin
- 200 g borůvek
- 200 g angreštu
- 200 g malých jablek

## Štáva:

- 450 ml vody
- 140 g cukru
- 4 x na špičku nože Pomůcky ke konzervování Dr.Oetker
- 1/4 l vodky

## Příprava:

Citróny nakrájíme na cca 4 mm tenké plátky a rozdělíme jimi vrstvy ovoce narovnané do sklenic podle libosti.



Vodu s cukrem lehce povaříme, sejmeme z vařiče a přimícháme Pomůcku ke konzervování. Do této šťávy přidáme pak ještě vodu a zalijeme ovoce ve sklenicích. Po uzavření uložíme sklenice na chladné a tmavé místo a necháme cca 3 dny rozležet. Podáváme chlazené.



**Vyzkoušejte:**



**Hodnoty ve 100 g:**  
338 kJ / 81 kcal



# Rajčatová šťáva

(na 1,3 l šťávy)

## Přísady:

- 1 kg rajčat
- 1/2 l vody
- šťáva ze dvou pomerančů
- 2 lžičky soli
- 2 lžičky cukru
- 2 lžičky octa
- 1 lžička Pomůcky

ke konzervování Dr.Oetker



Potom rajčata rozmixujeme nebo rozmačkáme a vzniklou hmotu přecedíme přes síto. Získanou šťávu opět přivedeme k varu, opět odstavíme z plotny a přidáme ocet a Pomůcku ke konzervování. Dobře promícháme a plníme ihned do připravených sklenic. Skladujeme v chladu.

Vyzkoušejte:



**Hodnoty ve 100 g šťávy:**  
66 kJ / 16 kcal



# Nakládaný hermelín

(na 2 sklenice po 500 ml)

## Přísady:

- 250 ml oleje
- 1 lžička cukru
- 1 lžička Pikant fixu  
pikantního Dr.Oetker
- 3 lžičce octa (8%)
- 3 hermelíny á 150 g
- případně: olivy, cibule,  
česnek, kápie apod.

## Příprava:

Na mírném ohni necháme v oleji rozpustit cukr, Pikant fix a ocet. Až se cukr rozpustí, stáhneme směs z plotny a necháme vychladnout. Sýr nakrájíme na kostky a narovnáme do sklenic, případně proložíme olivami, česnekem, cibulí apod. a zalijeme nálevem.



Sklenice uzavřeme a cca 5 dní necháme uležet na chladném a tmavém místě.

Vyzkoušejte:



**Hodnoty ve 100 g:**  
1174 kJ / 280 kcal



# Papriková trikolóra s cuketou

(na 5 sklenic po 1 l)

## Přísady:

- 520 g červených paprik
- 520 g žlutých paprik
- 520 g zelených paprik
- 520 g okurek
- 520 g cukety
- 1,5 l vody
- 500 ml octa (8%)
- citrónová šťáva  
z 1 citrónu
- 150 g cukru
- 1 Pikant fix sladko-kyselý  
Dr.Oetker



## Příprava:

Zeleninu omyjeme, očistíme a odvážíme. Papriku nakrájíme na proužky, okurku na kolečka a cuketu na kostičky. Připravenou zeleninu dobře promícháme a naplníme do sklenic. Vodu smícháme s octem a cukrem, přidáme citrónovou šťávu a Pikant fix.

Nálev přivedeme k varu a povaříme cca 3 minuty. Ještě horkým nálevem zeleninu zalijeme, sklenice ihned uzavřeme, otřeme a umístíme je na chladné místo.

Vyzkoušejte:



**Hodnoty ve 100 g:**  
114 kJ / 27 kcal

