

Titul: TV\_871\_Dar lásky\_Veganské cuketové lazaně\_celozrný chléb s veganským\_krémovým sýrem\_rajčatový a okurkový salát a japonským hořčičným dresinkem

Dar lásky: jednoduché a výživné vaření s Nejvyšší Mistryní Ching hai: Veganské cuketové lazaně, Celozrný chléb s veganským krémovým sýrem, Rajčatový a okurkový salát a japonským hořčičným dresinkem Dnes si připravíme několik velmi rychlých receptů. Máme zde nějaké cukety a budeme je péci v troubě. Nazveme je gratinované cukety. Nebo jim můžete říkat veganské lazaně, jestli chcete. Nejdřív je umyjeme ve slané vodě, neřezeme na tenké plátky. Ohledně tloušťky, asi takto. Toto je kompletní jídlo se salátem, dezertem a dokonce i s koktejlem. Uvidíte. Když přijdou hosté a chtěli byste rádi něco, co vypadá neobvykle, možná dokonce svátečně, jednoduše ale svátečně. Nyní namažeme dno pečící pánve trochou veganského másla. Můžete použít na namazání i nějakou pomůcku, dokonce i kouskem utěrky, to je také v pořádku. Pak toto položíme nahoru. Budeme klást jednu vrstvu cukety na dno do řady. Pokud není dost zakryté, můžete nakrájet některé cukety na půl a zakrýt například část rohu apod. aby bylo vše zakryto. Bude to prostě vypadat takto. Pak vmícháme trochu

zeleninové vegety, asi jednu polévkovou lžici a pak jednu polévkovou lžici houbového koření. Asi tak půl lžice mletého pepře, černého nebo bílého, smíchejte je dohromady. Poté shora cukety jenom troškou posypeme špetkou směsi. To bude dobré. Jenom to takto posypte po povrchu. Vidíte, polijte to sójovou gratinovanou omáčkou a pokud je hustá, musíte použít vařečku a rozetřít všude povrch sójového tofu. Pak na to položíme další vrstvu cukety a pokračujeme v tomto postupu, dokud pekáč není plný. Nakrájejte malé kousky, aby přikryly tento malý kout. Další vrstvu cukety. Nyní uděláme totéž, posypeme trochou směsi koření. Je velmi slaná, tak to už nesolte. Ochutnejte vaši směs, protože některá koření už obsahují dost soli, tak do toho už nemusíte více soli dávat. Nyní položíme na cuketu další tenkou vrstvu jemného tofu. Velmi tenkou vrstvu, ano. Nabereme a tence rozsypeme takto, vidíte? Takto tence zakryjeme cukety, dokud to vše není zase zakryto, přesně jako jsme to

udělali minule. To je kompletní dobré jídlo veganských lazaní. Pokud tofu není dobře zakryto, jen to jemně trochu zmáčknete anebo to posypte takto rovnoměrně, tak aby to bylo tence a dobře zakryto. A znovu to samé. Špetku koření svrchu na tofu. Nyní nahoru znovu rozlijeme gratinovanou omáčku. Bude to trochu řidké, tak to dělejte takto, a pak si to vařečkou, kterou jsme použili na tofu, rozetřeme rovnoměrně po tofu. Tence pokryto, to by mohlo stačit. Potom opět rozložíme další vrstvu cukety. A začneme všechno znovu, dokud to nebude plné. Když budeme téměř hotovi s pokládáním vrstev cukety, musíme připravit troubu, aby byla horká. Předehřát troubu, budu hned zpět. Ahoj, jsem zase zpátky. V pořádku, vše je zakryto. Trošku shora okořenit. Na tuhle malou zapékací mísu stačí jedno měkké tofu. 400 gramů měkkého jemného tofu. Existují tři druhy tofu: tvrdé, střední a hedvábně jemné. Hedvábně jemné používají pro všechny druhy věcí, dokonce včetně pudinku a sladkých hmot. Bezvadné, kompletně zakryto. Někdy je uprostřed

Titul: TV\_871\_Dar lásky\_Veganské cuketové lazaně\_celozrnný chléb s veganským\_krémovým sýrem\_rajčatový a okurkový salát a japonským hořčičným dresinkem

příliš mnoho, stlačte to trochu vařečkou uprostřed, pak to půjde rovnoměrněji do jiných rohů. A posypeme zase shora trošku koření. Jen tak to bude dobré. Pak na to dáme zase gratinovanou omáčku. Dvě cukety, nebo jeden a půl, to záleží na velikosti. A asi 200 ml této malé krabičky gratinované omáčky. Skutečně, příprava je velmi rychlá. Jet toho dost pro dvě osoby. Nahoře cukety ozdobte. Takto hezky a krásně, trošku to stlačte dolů, ať to dole zůstane v troše gratinády. Tento malý půjde tam. Pak to polijte zbytkem graninády. To už bude fajn. Páni, pěkné! Nádhera. Dokonce je můžete koupit v supermarketu, tuhle gratinovanou omáčku, nazývají ji sójová gratináda. Můžete ji zakoupit v organickém oddělení nebo v bio produktech v supermarketu. Tento jsem sama zakoupila v supermarketu, proto vím, že si to můžete koupit. Vymáčkněte všechno ven. Dobře. Pak to rozprostřeme rovnoměrně na cukety. To je vše. Troubu mám již rozehřátou. Předehřála se a nyní to vstrčíme dovnitř. Tam, tam.

Vypadá to dobře. Možná na to posypeme jen trošku koření. Tak, jen trošku asi tolik. Podívejte, jak to vypadá dokonale, nádhera, ne? Tak to má vypadat. A nyní to vstrčíme do trouby. Nechám vás hádat, kolik minut, jestli neumíte, řeknu vám později. Zatímco čekáme, než se uvaří lazaně, můžeme připravit vedlejší jídla. Například nachystejte mango. Mango jen uříznete na obou stranách a pak nařežete čtverce uprostřed. A pak to takto obrátíte a bude to hezké. A už máme dezert, mango. Necháme to na stole. Připravíme si také trochu chleba, který budeme jíst s lazaněmi. Mám velmi neobvyklý chléb. Úplně celozrnný chléb. Můžete samozřejmě použít jiný chléb. Dále tu máme trochu jemného veganského krémového sýru. Výborně voní! Můžete si trochu na to rozetřít a sníst se salátem nebo lazaněmi, nebo to jíst samotné. chléb je velmi dobrý. Němci ho milují. Ve skutečnosti je vyroben v Německu, říká se mu Vollkorn chleba, to znamená celozrnný chléb. Velmi, velmi výživný

a chutný. Může být uschován na dlouhou dobu, dokonce i bez chladničky. Uděláme to trochu menší, takto, jednodušší na uchopení. Pak to položíme na pěkný, krásný talířek, připravený pro hosta, aby se potěšil. Můžeme mít ještě jeden kus. Jsem si jistá, že mí domácí lidé si to vše oblíbí. Tak udělám ještě jeden. Velmi dobré. Jen chléb a veganský krémový sýr. Připravím nápoj a všechno. Nyní také můžeme připravit nějaký salát. Jednoduchý salát. Rajčatový. To jsou jednoduché věci, ale vždy to můžete udělat speciální. Rozkrojte je na polovinu a pak je takto spojte dohromady. Jako sendvič. Pak to vypadá neobvykle a lákavě. Stejně složení, ale nepřipravujeme to samé. Bude to vypadat velmi neobvykle a odlišně. Vaření je umění, vzpomínáte? A vaše rodina by se měla potěšit vaší láskou. Nejen jídlem, ale i láskou, kterou do toho dáte, ale i vaší speciální dekorací nebo něčím takovým podobným.

Titul: TV\_871\_Dar lásky\_Veganské cuketové lazaně\_celozrný chléb s veganským\_krémovým sýrem\_rajčatový a okurkový salát a japonským hořčičným dresinkem

Samozřejmě recitujte Svatá Jména, když vaříte, pak bude jídlo chutnat obzvláště pozhnaně, výživně a chutně. Přidáme veganskou majonézu, kterou máte, bez vajec, bez mléka, bez živočišných produktů. Máme tady japonskou hořčici, salátový dresink. To je z naší společnosti, která se nazývá Loving Food. Adresa je někde na obrazovce Supreme Master Television. Necháme to stranou a vy a vaši hosté si mohou vzít, kolik budou chtít. Okurky a rajčata obyčejně vypadají velmi jednoduše. Dejte je na velmi hezký talíř. Bude to vypadat takto. A omáčku stranou. Nakapejte na to pár kapek maggi, bude to vypadat takto zajímavě. Bude to výtečné! To je má trouba. Peče dobře. Zapněte to na obojí na horní i dolní. Dám to tam asi na 30 minut, 40 minut, záleží na troubě. Stůl je nachystán pro vaše hosty nebo přátelé. A gratinada, "gratiné" je v troubě, čeká na vytažení. Můžete si to už kdykoli vyndat. Jen počkejte na vaše přátelé, až přijdou, aby to bylo stále teplé. Je to skutečně

velmi jednoduché jídlo. Nemáme moc: mango, chléb a jemný veganský krémový sýr, okurky a rajčata a japonskou hořčičnou omáčku. Nějaký koktejl nealkoholický koktejl. Je to punč bez alkoholu. Trochu vody. Nádherné, vypadá to dobře? Vypadá to svátečně, ale je to velmi jednoduché a snadné na přípravu. Je to příjemné na oči, také příjemné na chuť. Vítejte na oběd. Pojďte dál. Děkuji vám Mistryně! To je pocta, Mistryně. Děkuji vám. V pořádku, v pořádku. Zasloužíte si to. Děkuji vám, Mistryně. To je neobvyklý oběd. Co je to, Mistryně? To je speciální. Jsou to lazaně. Veganské lazaně z cukety a sýru. To vypadá skvěle. A tofu. A to je jen okurka a rajče, to poznáte, doufám. A omáčka, speciální výroba z Loving Food. To je celozrný chléb a veganský jemný krémový sýr. Vypadá dobře. Pochutnejte si. Jen dva z nás, tak běžte dopředu. Doufám, že jste ještě nejedla? Ještě ne, Mistryně, ne. Dobrá, dobrá. Hodné děvče,

víte, předpokládám, že budeme večeřet. Pravděpodobně. Nejdříve na zdraví. Na zdraví Mistryně! Na zdraví! Šťastný Nový Rok vám přeji! Šťastný Nový Rok! Je stále Nový Rok, víte? (Ano, to je.) Dobré? (Ano.) Budeme nyní večeřet. Můžete si vzít trochu salátu na talíř. Pak to tam dáme. Je to velmi jednoduché, skutečně, ale je to dobré. Ano, vypadá to dobře. Pak si můžeme vzít tohle, lazaně. Jsou stále velmi horké. Cokoli to je, jen ať vám chutná. Ano, Mistryně. Dobrou chuť. Je to horké. Buďte opatrná! Ano, nechám to zchladnout. Nechte to zchladnout. Ano. Musíte si vzít trochu nálevu se salátem. Děkuji vám Mistryně. Bude to mít lepší chuť. Také to má dobrou chuť, originální chuť. Ano. prostě, když máme nálev na salát, jíme to. Proč ne? Ano. Nejdříve se pomodlíme. Děkujeme Bohu a všem a všemu, všem bytostem za toto jídlo. A přejeme si, aby byli všichni spokojeni s duchovní výživou stejně jako s fyzickou výživou. Amen! Amen! Dobrou chuť. Děkuji vám.

Titul: TV\_871\_Dar lásky\_Veganské cuketové lazaně\_celozrnný chléb s veganským\_krémovým sýrem\_rajčatový a okurkový salát a japonským hořčičným dresinkem

Je salát dobrý?  
Nálev je dobrý, ano.  
Říkám tomu lazaně, ale můžete tomu říkat gratinované cukety.  
Potřebujete více soli, pepře nebo něčeho?  
Ne, jsem v pohodě, Mistryně.  
Je to dobré, ano.  
Jsem ráda. Dobře.  
Je to velmi dobré, ano!  
Dobrou chuť!  
Je to velmi dobré, ano!  
Mistryně, je to velmi výtečné.  
Výtečné? Výtečné?  
Co to znamená?  
Je to velmi dobré!  
Dobré, dobrá chuť.  
Můžeme říci:  
velmi, velmi delikátní.  
Velmi, velmi delikátní.  
Je to velmi, velmi dobré!  
Velmi chutné!  
Velmi delikátní?  
Ano.  
Děkuji vám. Děkuji vám.  
Překrásné.  
Ano, velmi skvělé.  
Velmi skvělé.  
Mistryně je skvělá.  
Vy jste skvělá.  
Vy jste také skvělá.  
My jsme obě skvělé.  
Dresink je velmi dobrý,  
Mistryně.  
To je japonský salátový dresink.  
Vyrábí se v mé společnosti.  
Vypadá dobře.  
Loving Food Company.  
Velmi milující.  
Ano, velmi milující.  
Mám to také velmi ráda.  
Mají tuny rozličných dresinků.  
Jak jsem je všechny vyzkoušela, jsou opravdu, opravdu fantastické.  
To jsou mé chutě, nádhera!

Mají dokonce něco jako ovocný dresink z mučenky věříte tomu?  
Musí to být velmi speciální!  
Velmi! Chutná to opravdu znamenitě.  
Mám to velmi ráda.  
To je dobré.  
Děláme dobře. Lidé mají velmi rádi dresinky.  
To je velmi dobré.  
Dresink Nejvyšší Mistryně.  
Ano.  
Velmi skvělý.  
Ano, velmi skvělý, Mistryně.  
Co jste říkala?  
Ano,  
Mistryně je velmi, velmi skvělá.  
Proč “hey”?  
Ano, velmi, velmi skvělá, myslíte?  
Velmi, velmi skvělá.  
Velmi, velmi dobré.  
SLOŽENÍ  
Veganské cuketové lazaně  
1 ½ cukety  
Veganské máslo  
400 gramů jemného tofu  
200 ml sójového gratinované omáčky  
1 polévková lžíce vegety  
1 polévková lžíce houbového koření  
½ polévkové lžíce mletého pepře  
Celozrnný chléb s veganským krémovým sýrem  
Celozrnný chléb  
Veganský krémový sýr  
Rajčatový a okurkový salát a japonským hořčičným dresinkem  
Rajče  
Okurka  
Japonský hořčičný dresink  
Pár kapek maggi