

Titul: TV\_857\_Dar lásky\_Řecký salát s veganským feta sýrem\_Houbové kari\_Soté z hroznových rajčat\_Sendvič s veganskou klobásou a lilkovým paté

Dar lásky:  
Jednoduché a výživné vaření  
s Nejvyšší Mistryní Ching Hai:  
Řecký salát s veganským feta  
sýrem,  
Houbové kari,  
Soté z hroznových rajčat,  
Sendvič s veganskou klobásou a  
lilkovým paté

#### SLOŽENÍ

#### ŘECKÝ SALÁT

#### S VEGANSKÝM

#### FETA SÝREM

1 okurka  
1 rajče  
½ balíčku veganského  
feta sýru  
HOUBOVÉ KARI  
Čerstvé houbičky  
1 pol. lžice olivového oleje  
Jablkový džus  
½ kávové lžice houbového  
nebo zeleninového koření  
1 polévková lžice  
sypkého kari  
½ kávové lžice papriky  
Špetku soli  
½ kávové lžice  
balzámového octu  
(volitelné)

#### SOTÉ Z HROZNOVÝCH RAJČAT

Hroznová rajčata  
1 pol. lžice olivového oleje  
Jablkový džus  
½ kávové lžice houbového  
nebo zeleninového koření  
Špetka soli  
Mletý černý pepř  
Koriandrový prášek  
SENDVIČ S VEGANSKOU  
KLOBÁSOU  
S LILKOVÝM PATÉ  
Veganská klobása  
nebo veganský hot dog  
1 pol. lžice olivového oleje  
Francouzský chléb  
Lilek (libovolný)

KOŘENÍ  
Kečup  
Hořčice  
Čili omáčka  
Sójová omáčka  
Také dnes si připravíme  
něco velmi rychlého.  
Dejme tomu, že k vám mají  
přijít skvělí přátelé,  
přátelé, kterých si  
opravdu vážíte.  
A doma nic moc nemáte,  
dokonce nemáte moc času  
něco připravit, tak jen  
připravíme něco rychlého,  
ale skvělého a jednoduchého.  
Uděláme něco jako řecký  
salát s houbovým kari  
kořením,  
soté z hroznových rajčat  
a sendvič s veganskou  
klobásou. Je to velmi  
jednoduché a rychlé.  
Nyní nejdříve uděláme  
samozřejmě salát,  
protože ten je za studena.  
Salát se skládá z okurky,  
rajčat a trochy veganského  
feta sýru,  
sójového feta sýru.  
Můžete si ho zakoupit  
v prodejně zdravé výživy.  
Má příchut' citrónu.  
Samozřejmě, jestli chceme,  
můžeme také  
přidat papriku.  
Nyní, je již okurka omytá.  
Rajčata jsou také již umyta.  
Vybrali jsme křupavou  
mladou okurku  
a nakrájíme ji.  
Nejdříve ji rozpulte  
a nakrájejte na šest částí.  
Jako prst, jen ji nakrájejte.  
Totéž s rajčaty,  
jen nakrájejte rajčata,  
to je vše.  
Nakrájejte na centimetrové  
kolečka a pak na kostky.

To samé udělejte  
s veganským feta sýrem,  
použijte, kolik je potřeba.  
Myslím, že půl balení  
je dost  
a nakrájejte to.  
Řekové používají  
kozí sýr,  
rajčata, kozí sýr a okurku,  
to je vše. Skutečně  
je to velmi jednoduché.  
Nyní dáme toto vše do mísy  
a je hotovo,  
takto jednoduše.  
Mísu nazdobte.  
Nemusíte to míchat,  
vaši hosté budou používat  
párátka na napíchnutí  
kousků.  
Dejte na jednu stranu  
okurek,  
na druhou stranu rajčata  
a nahoru si pak dejte  
sýr nakrájený na kostičky.  
Pak si je budou párátkem  
společně napichovat.  
Tak to je.  
Vypadá to velmi hezky  
a velmi jednoduše, právě tak.  
Necháme to tady  
a až uvaříme všechno  
ostatní, můžeme je pak  
dát společně.  
Nyní můžeme uvařit houby,  
velmi dobré čerstvé  
malé houby,  
a hroznová rajčata.  
Protože spěcháte, můžete je  
vařit ve stejné době.  
Dejte do obou pánví  
olivový olej.  
Jedna polévková lžice  
do každé pánve.  
To je vše, co uděláme.  
Necháme ho rozehrát.  
A poté, co se rozehráje,  
vložíme tam naši hmotu.  
Dále tady máme trochu  
jablečného džusu,

Titul: TV\_857\_Dar lásky\_Řecký salát s veganským feta sýrem\_Houbové kari\_Soté z hroznových rajčat\_Sendvič s veganskou klobásou a lilkovým paté

přidáme ho tam, abychom  
přisladili náš pokrm.  
Malé houby...  
Nechte je trošku prosmažit,  
trochu jablečného džusu.  
A nyní to tam necháme.  
Nyní si dáme do pánve  
hroznová rajčata.  
Rajčata jsou již v pánvi  
a trochu se prosmaží.  
Ne příliš vysokou teplotu  
a hříbky se také hezky  
dusí.  
Dáme také trošku,  
malinko do pánve s rajčaty.  
A do hříbků dáme trochu  
více koření,  
třeba houbové koření  
nebo nějaké  
zeleninové koření.  
Půl kávové lžičky do každé,  
jednoduché, snadné.  
Nechat zvolna povařit,  
povařit, povařit.  
Musíme něco přidat  
do našeho jídla.  
Jedna polévková lžice  
kari koření  
a půl lžice papriky.  
Dobře to promíchejte,  
jen špetku soli.  
Nechte mě zkontrolovat,  
jestli to dobře chutná.  
Rajčata, páni,  
vaří se tak rychle!  
Už je to dobré.  
To je ono, to je ono!  
Dejte do hříbků trochu  
balzámového octu  
a půl kávové lžice  
na prohloubení chuti.  
Musíme snížit ohřev  
rajčatům, jinak  
by se to vařilo příliš rychle.  
Velmi, velmi dobré!  
Dokonce nepotřebujete ani  
balzámový ocet, ale  
jestli ho máte rádi,  
pak je to dobré.

Nyní do rajčat přidáme  
špetku soli,  
černý mletý pepř,  
trochu mletého koriandru.  
Nyní dáme všechny hříbky  
do mísy  
a také rajčata do druhé mísy.  
Stále v tom vidíme rajčata,  
není to vše rozvařeno.  
Vidíte, hned tu už máte  
tři chody jídla.  
Řecký salát,  
houbové kari  
rajčatovou chery omáčku.  
Nyní je jedna z pánví stále  
horká.  
Dáme na ni veganskou  
klobásu,  
hot dog klobásu – to je  
americký styl -  
ale jakýkoli styl budete dělat,  
dejte to tam ohřát.  
Můžete to také nahřát  
v mikrovlnce na 2 minuty,  
to bude dobré.  
Nechte to tam.  
Dáme do toho trochu  
olivového oleje,  
asi tak polévkovou lžici.  
Počkejte, až se ohřeje  
nebo trochu osmaží,  
pak je hotovo.  
Trochu to očistíme.  
Dále tady máme chleba.  
Buď použijete tento druh  
chleba nebo můžete použít  
francouzský chléb.  
Můžete použít tento chléb.  
Já využiji francouzský chléb.  
Musíme otočit klobásy  
na druhou stranu.  
Až budou obě strany  
dozlatova, pak to bude  
v pořádku. Dokonce  
to můžete vařit nebo grilovat  
nebo ohřát v mikrovlnce.  
Ať je to rychle,  
pamatujte, protože  
vaši přátelé nemají

mnoho času a vy si jich lidi  
chcete užít  
a ne stát v kuchyni a celou  
dobu vařit.  
Tak udělejte, cokoli je rychlé,  
to je fajn. Dobré.  
Už to obraťte.  
A nakrájíme chleba  
na šířku klobás  
a necháme je tam, aby se  
přítel nebo přítelkyně mohl  
nebo mohla rozhodnout,  
co bude chtít  
k veganské klobáse.  
Tady jsou.  
A rozpulte si už chléb,  
aby to nemusel  
příliš krájet.  
Chutná to skvěle,  
pokud na to dáte trochu  
lilkového paté.  
Vyrábějí to už hotové  
a můžete takto.  
Veganská klobása je hotová.  
Můžete si ji buď dát  
do sendviče nebo  
ji dát na tácek  
a pak se známý nebo známá  
sama obslouží.  
Protože klobásy  
můžete také jíst  
tímto způsobem, tak jak jsou,  
takto,  
s rajčatovou omáčkou,  
kterou jsme si uvařili.  
Nebo ji dát dovnitř  
a udělat sendvič.  
Páni, velmi pěkná klobása!  
Tato chutná velmi dobře,  
americká značka.  
Americké klobásy  
jsou skutečně nazývány  
Velký Frank.  
Velký Frank,  
mám ráda tuto značku,  
ale i jiné veganské klobásy  
budou dobré.  
Už jsme si takto nakrájeli  
chleba.

Váš známý to může buď jíst takto nebo si dát klobásu dovnitř a udělat hot dog. Můžeme na chleba místo veganského másla rozprostřít trochu lilkového paté, jen to takto položte. Pak to může váš známý takto jíst nebo si dokonce může dát veganskou klobásu společně s lilkovým paté. Chutná to dobře! Je to prostě jednoduché, přátelské, příjemné jídlo, které nabídnete vašemu známému, když on nebo ona přijde nečekaně nebo když jste v časové tísní. Vaše jídlo je připraveno a vašemu známému bude chutnat. Bude to vypadat takhle. Nemusí to vypadat přesně takto. Můžete ho podávat s limonádou nebo vodou. Dále máme na stole láhev filtrované vody, tak nemusíme používat láhve z plastu. Vyčerpajte jakékoli plastové láhve, které jste koupili a později možná jen použijte nějaký filtrační přístroj na filtrování vody a pak už nebudete muset kupovat vodu v plastových lahvích. Jestli máte nějaké keksy a sušenky můžete je tam dát pro vašeho známého a připravte si je pro něj nebo pro ni na později k čaji. Na stůl položte prosím rajčatový kečup, čili omáčku, hořčici

a sójovou omáčku pro případ, že by váš přítel chtěl zvýraznit více chuť. Nezapomeňte rozsvítit svíčky. Vypadá to se svíčkami vítanější, teplejší a romantičtější, nemyslíte? Je to nevšednější. Dokonce jen jednoduché jídlo vypadá mimořádně, pokud rozsvítíte svíčky. Doufám, že vás tento způsob potěší. Ráda si to dělám. Je to velmi, velmi pěkné, tři chody jídla. Máme vše: salát, dobrý, chutný chutné houby a rajčata a také sendvič, samozřejmě. Tyto cherry rajčata můžete jíst s rýží nebo s chlebem. Velmi dobré. Který si dáte? Tento nebo tyto zde. Dala bych si tento. Tento. Tady! (Děkuji.) Máte to také rádi? (Ano.) To je americký hot dog. Můžete si to dát s chlebem. Jak chcete. Vezměte si jeden kousek. (Děkuji vám.) Nabídněte si také tento. Vypadá hezky. Také dobře chutná. Dáte si? Jsou tak krásné. Samozřejmě jsou nádherné. Tady to máte. Tady to je. Můžete si to dát s kečupem. Jezte to s kečupem. Mohla bych to pro vás

spravit? Ještě jsme to nikdy nejedli. To je americké jídlo. Může se to jíst společně. Můžete si to sem položit. Jezte to s hot dogem. Tady, tady! Pozvu vás, abyste okusili americké jídlo. (Děkuji.) Tohle mít v celé Číně nebudete. Ne. Proto je to dobré. Máte to rádi pikantní? Neodvažuji si jíst příliš ostré jídlo. Nechcete to ostré. A co vy? Pro mě je to dobré. Pro vás dobré? Ona je z Hunanu, tak pravděpodobně může jíst ostré jídlo. Také to mám ráda ostré. Jen trošku. To není velké množství. Tento kousek můžete jíst rukama. Nebo to můžete jíst tímto způsobem. Takto! Také existují jiné věci, které se k tomu hodí. Více než jen toto. Hodí se k tomu kečup a hořčice. Je to podobné vasabi, pikantní. (Pikantní?) Takto to chutná dobře. To je v pořádku, pokud to chutná dobře. Je to vynikající. Mám pro vás více neobvyklých jídel. Tohle tady. To jste dělala sama, Mistryně? Samozřejmě! Děkuji vám! Děkuji vám!

Titul: TV\_857\_Dar lásky\_Řecký salát s veganským feta sýrem\_Houbové kari\_Soté z hroznových rajčat\_Sendvič s veganskou klobásou a lilkovým paté

Chcete to jíst s rýží  
nebo jen s chlebem?  
S chlebem je to dobré  
nebo to můžete jíst  
s rýží.  
Máme tu rýži.  
Udělejte si nějaké místo  
na zeleninu.  
Právě se to uvařilo,  
stále je to teplé.  
Děláte to takto v Číně?  
Neděláte?  
Ne tak dobré.  
Tohle je velmi jednoduché  
a velmi rychlé.  
Později si můžete dát  
tento salát.  
Znám to, to je tofu.  
Správně!  
Tohle je také uděláno  
z tofu.  
To je sýr.  
To je tofu,  
ale ne opravdové tofu.  
Přidávají do toho  
mnoho bylinek  
a udělají z toho sýr.  
Je to příliš pikantní?  
Ne, ne.  
Proč tedy pláčete?  
Jsem nesmírně dojatá.  
Jen vás hostím  
trochou jídla.  
Je pro mě nemožné vás  
všechny pozvat, plný dům  
lidí, aby přišli, tak jsem jen  
symbolicky pozvala dva  
z vás.  
(Děkuji vám.)  
Rýže.  
Protože tohle chutná  
dobře také s rýží.  
Také s tímto.  
Je to vynikající.  
Je to jako kari.  
Doma to jíme každý den.  
Rozumím.  
Obávám se, že vám to schází.  
Máte to všechno?

Ochutnejte tohle.  
Na tento jsme dala  
lilkové paté.  
Je to dobré?  
Velmi delikátní!  
Přidejte si.  
Vezměte si, kolik chcete.  
Dvě mi stačí.  
V pořádku, v pořádku.  
Přidejte si, jestli chcete.  
To je bohatá porce.  
Také tento.  
Připravila jsem to pro vás.  
Kdybych byla sama,  
jedla bych to jenom takhle.  
Jen to společně napíchněte  
a jezte, všechny tři druhy  
dohromady.  
Když máme hosty,  
takto se o to dělíme.  
Tento vypadá  
dost obyčejně.  
Ale jestli to uděláte takto,  
vypadá velmi hezky.  
Ano! (Velice chutné.)  
Okurka a sýr.  
A také...  
rajčata.  
Rajče. (Rajče)  
Sněžme tři společně.  
Právě jako salát.  
Zkuste to jíst takto.  
Vypadá to velmi hezky,  
protože jsem to tak  
nazdobila.  
Jinak,  
jsou všechny v jedné míse.  
Delikátní.  
Obávala jsem se, že když jste  
Čiňanka, nebude vám hot dog  
chutnat, ale máte ho ráda.  
Je to docela dobré.  
Americké jídlo je  
docela dobré, správně?  
(Ano. Ano.)  
Přidám vám.  
Jeden navíc.  
A druhý později.  
Dobrá!

Tady.  
Přidejte si, dokud  
nebudete sytí.  
Později si dáme čaj  
a ochutnáme tyto sušenky.  
Právě mi je přinesli  
z Formosy (Taiwanu).  
Jsou vynikající.  
Vypadá to jako tofu,  
ale není to tofu.  
Není, říkala jsem vám.  
Je to vyrobeno ze sójového  
mléka, také z tofu rodiny.  
Avšak  
přidávají tam  
mnoho koření.  
Rovněž jezte tři společně.  
Ano! Je to artistické.  
Tady! Tento.  
Zkuste to!  
Jeden, dva.  
Napíchněte je společně.  
Proto jsem je sem položila.  
Tři. Tři z nich.  
Všechny tři společně.  
Tři rozličné chutě jsou  
zkombinovány dohromady.  
Ano! Je to odlišné?  
Ano, je to různé.  
Naučila jsem se to v Řecku,  
ale v Řecku používají  
opravdový sýr – kozí sýr -  
vyrobený z kozího mléka.  
Sýr z mléka.  
Sýr z mléka, správně!  
Ale my nekonzumujeme  
mléko.  
Jsme vegani a nejíme  
mléčné výrobky,  
tak používáme tento  
veganský sýr, který  
je vyroben ze sojových fazolí.  
Je to vynikající?  
Vynikající!  
Opravdu výtečné.  
To je mléko  
z rostlinného původu.  
Všechno je rostlinného  
původu bez nějakých

Titul: TV\_857\_Dar lásky\_Řecký salát s veganským feta sýrem\_Houbové kari\_Soté z hroznových rajčat\_Sendvič s veganskou klobásou a lilkovým paté

živočišných složek.

Na zdraví! (Na zdraví!)

Šťastný Nový rok!

Přejeme Vám Mistryně dobré zdraví a krásu.

To samé i vám oběma.

Na zdraví!

Tento nápoj se také dobře hodí k americkému hot dogu.

To je pomerančový džus, nebo si můžete dát nějaký druh ovocného džusu.