



KUKURYDZA NA 7 SPOSOBÓW



przepisy.pl



Opiekana kukurydza

przepisy.pl



 10 minut  6 osób  Łatwe

Składniki:

- mleko - 1 litr
- miód - 2 łyżki
- kolba kukurydzy - 6 sztuk
- Majonez Hellmann's Oryginalny** - 3 łyżki
- kmin rzymski - 1 łyżka
- Przyprawa do pikantnego kurczaka Knorr** - 1 opakowanie
- płatki śniadaniowe kukurydziane - 2 łyżki
- mały pęczek kolendry - 1 sztuka
- ser parmezan - 3 łyżki
- limonka - 1 sztuka

Sposób przygotowania:

1. W garnku zagotuj mleko z miodem. Włóż do niego obraną z liści kukurydzę. Gotuj pod przykryciem 10 minut. Kukurydzę wyjmij z garnka, odstaw do ostygnięcia.
2. Chłodną już kukurydzę posmaruj majonezem. Zamarynowanie kukurydzy w majonezie sprawi, iż kolby będą soczyste, idealnie się zgrillują a na jej powierzchni łatwo przykleją się różne przyprawy.
3. Z wierzchu oprósz kminem rzymskim, przyprawą do pikantnego kurczaka, otartą skórką z limonki, pokruszonymi w rękę płatkami kukurydzy i startym serem. Tak przygotowane kolby wstaw do piekarnika na 8 min w 180 stopniach C. Gotowe kolby podawaj oprószone natką kolendry.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Zupa krem z kukurydzy z chipsami nachos



Składniki:

- kukurydza z puszki - 300 gramów
- Bulion na włoszczyźnie Knorr** - 1 sztuka
- cebula - 1 sztuka
- margaryna - 1 łyżka
- jogurt naturalny - 50 mililitrów
- nachos - 10 sztuk
- woda - 600 mililitrów

 30 minut  4 osoby  Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Cebulę pokrój w kostkę i zeszklij w garnku na margarynie. Kukurydzę odsącz i wsyp do garnka.
2. Wlej 600 ml wody i zagotuj. Następnie dodaj kostkę Knorr, zmniejsz ogień i gotuj jeszcze 10 minut.
3. Zupę zmiksuj na gładko, aby całkowicie pozbyć się grudek. Podawaj z chipsami nachos.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Zupa z kukurydzą z jarzynami



60 minut 4 osoby Łatwe

Składniki:

- woda - 1.6 litrów
- Delikat przyprawa uniwersalna Knorr**
- Bulion na włoszczyźnie Knorr** - 2 sztuki
- kolba kukurydzy - 2 sztuki
- ziemniaki - 20 dekagramów
- kapusta biała - 15 dekagramów
- pomidory - 30 dekagramów
- cebula - 10 dekagramów
- śmietana - 0.5 szklanek
- curry
- sok z cytryny
- pieprz

Sposób przygotowania:

1. Z wody i kostek Bulionu na włoszczyźnie Knorr przygotuj wywar.
2. Kukurydzę opłucz i zalej gotującą się, osoloną wodą, ugotuj, odcedź i wyłuskaj.
3. Ziemniaki obierz i pokrój w kostkę. Ziemniaki razem z kapustą zalej wywarem i ugotuj.
4. Pomidory sparz, obierz, następnie pokrój w kawałki.
5. Posiekaj drobno cebulę. Podsmaż i dodaj do ziemniaków, kukurydzy, pomidorów. Wlej śmietanę.
6. Chwilę pogotuj i dopraw do smaku Przyprawa Uniwersalną Delikat Knorr, pieprzem, curry i sokiem z cytryny. Zupę z kukurydzy z jarzynami podawaj zaraz po przygotowaniu.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Zupa z kukurydzy z czosnkiem



15 minut



4 osoby



Łatwe

Składniki:

- ugotowane kolby kukurydzy - 2 sztuki
- Bulion na włoszczyźnie Knorr** - 1 sztuka
- mleko - 3 szklanki
- posiekana cebula - 1 sztuka
- gałka muskatołowa - 1 szczypta
- obrana i roztarta główka czosnku - 1 sztuka
- masło - 1 łyżka
- posiekana natka pietruszki - 1 łyżka
- pieprz

Sposób przygotowania:

1. Wyłuskaj kolby kukurydzy. Zmiksuj połowę ziaren z ciepłym mlekiem, kostką bulionową Knorr, szczyptą gałki muskatołowej oraz pieprzem.
2. Cebulę i czosnek podsmaż na maśle. Należy uważać, aby masło nie przypaliło się, inaczej potrawa będzie niesmaczna i niezdrowa. Następnie dodaj zmiksowane ziarna kukurydzy i gotuj przez 2-3 minuty na małym ogniu.
3. Dodaj pozostałą kukurydzę i ponownie gotuj przez 3 minuty. Podawaj zupę posypaną natką pietruszki.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



Chrupiące paluszki z indyka z miodowo-musztardowym sosem i grillowaną kukurydzą

przepisy.pl



 30 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- pierś z indyka lub polędwiczka - 300 gramów
- Rama Smaż jak szef kuchni, wariant maślany smak** - 100 mililitrów
- płatki kukurydziane - 8 łyżek
- mąka - 4 łyżki
- jajka - 2 sztuki
- kukurydza w kolbie - 2 sztuki
- miód - 3 łyżki
- musztarda - 3 łyżki
- mleko - 500 mililitrów
- natka pietruszki posiekana - 1 łyżka
- sól i pieprz do smaku

Sposób przygotowania:

1. Mięso osusz papierowym ręcznikiem, pokrój w długie cienkie paluszki a następnie oprósź solą i pieprzem.
2. Paluszki obtocz w mące, następnie zanurz w roztrzepanym jajku i panieruj w kukurydzianych płatkach. Czynność tę możesz powtórzyć, zaczynając od jajka i obtaczając w płatkach.
3. Kukurydzę ugotuj ok. 7 minut w mleku z dodatkiem miodu i soli. Następnie kukurydzę odsącz i obsmaż na grillowej patelni z dodatkiem Ramy. Dopraw do smaku solą.
4. Na patelni rozgrzej Ramę, poczekaj aż z powierzchni tłuszczu znikną bąbelki, będzie to oznaczać, że osiągnął on odpowiednią temperaturę.
5. Opanierowane paluszki smaź z każdej strony na złoty kolor. Odsącz z nadmiaru tłuszczu na papierowym ręczniku.
6. W niedużej miseczce połącz miód, musztardę oraz posiekaną natkę. Sos wymieszaj. Gotowe paluszki podawaj z sosem i grillowaną kukurydzą.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Chiński ryż z kukurydzą i kolendrą



 45 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- ryż długoziarnisty - 400 gramów
- Kukurydza w puszcze - 1 sztuka
- Rosół z kury Knorr** - 1 sztuka
- trawa cytrynowa - 2 sztuki
- por - 1 sztuka
- imbir - 1 sztuka
- kolendra - 1 pęczek
- sos teriyaki - 30 mililitrów
- olej sezamowy - 30 mililitrów
- woda - 1 litr

Sposób przygotowania:

1. Do garnka wlej 1 litr wody. Pokrój imbir i trawę cytrynową. Dodaj kostkę Knorr, kawałki imbiru, trawy cytrynowej, łodygi kolendry (liście odłóż). Ugotuj esencjonalny bulion. Przecedź go.
2. Na patelni wlej olej sezamowy, dodaj pora pokrojonego w półplasterki.
3. Po chwili smażenia, dodaj wypłukany wcześniej ryż. Całość smaż przez kilka minut.
4. Zalej ryż bulionem tak, aby płyn przykrył ponad centymetr ryż. Gotuj powoli pod przykryciem przez 15 minut. Następnie odstaw na 5 minut.
5. Kukurydzę podsmaż, aby była ciepła.
6. Ryż przełóż do miski, dodaj kukurydzę oraz sos teriyaki. Dokładnie wymieszaj, aby ryż się nie posklejał. Podawaj posypany posiekaną kolendrą.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Zapiekany makaron penne z szynką i kukurydzą



Składniki:

- makaron penne - 150 gramów
- szynka w plastrach - 100 gramów
- Fix Makaron Kremowe 4 sery z mozzarellą Knorr** - 1 opakowanie
- śmietana 18% - 200 mililitrów
- ser żółty - 150 gramów
- kukurydza z puszki - 1 opakowanie
- woda - 200 mililitrów

 60 minut  2 osoby  Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Fix Knorr wymieszaj ze śmietaną i 200 ml zimnej wody.
2. Dodaj pokrojoną w paseczki szynkę i kukurydzę z puszki. Wszystko wymieszaj z surowym makaronem.
3. Wszystkie składniki umieść w żaroodpornym naczyniu i obficie posyp żółtym serem po wierzchu.
4. Naczynie dokładnie przykryj folią aluminiową i piecz w nagrzanym do 180 °C piekarniku przez około 45 minut. Po tym czasie zdejmij folię i piecz makaron do momentu zarumienienia się sera. Zapiekankę możesz wzbogacić, dodając do niej szpinak.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl