Titul: TV_787_Dar lásky_Smažené vegánske krevety s chlebom_Hruškový kompót

Dar lásky: Jednoduché a
výživné varenie s Najvyššou
Majsterkou Ching Hai
Smažené vegánske krevety
s chlebom
Hruškový kompót
SLOŽENÍ
Smažené krevety
s chlebem:
650 gramů pšeničné mouky
1 litr vody
1 kávová lžička soli
1 kávová lžička
mletého černého pepře
1 zarovnaná kávová lžička
papriky
(volitelné: sypké kari)
2 polévkové lžíce kečupu
(volitelné)
Veganské krevety
Francouzská bageta
stolní olej
Omáčka:
Pálivá čili omáčka (volitelná)
Hruškový kompot:
2-3 hrušky
200 gramů hnědého cukru
100 gramů rozinek
1 polévková lžíce skořice
3 šálky vody
špetka soli
Ahoj. Je čas vaření.
Budeme mít vietnamskou
(aulackou) svačinu,
Smažené veganské
krevety s chlebem.
Takže potřebujeme
veganské krevety.
Jestliže jsou mražené,
musíte je nejdříve rozmrazit
a připravit.
Dále potřebujeme
pšeničnou mouku.
Sůl a pepř.
A vodu.
To je vše.
A také připravíme
hruškový kompot.
To je jako dezert.
Na hruškový kompot
potřebujeme 2-3 hrušky,
záleží na tom,
jak to máte rádi.
A tohle je veliká hruška, tak
myslím, že 2 budou stačit.
A drcená skořice.
Hnědý cukr,
asi 200 gramů cukru.
Asi 1 polévková lžíce
skořice.
Dvě hrušky
a 3 šálky vody.
Do hruškového kompotu
potřebujeme také rozinky.
Můžeme tam dát
asi 100 gramů rozinek
společně s hruškami.
Nejdříve dáme
do nádoby vodu.
Není zakázáno
přidat vodu později,
je to libovolné.
Potom tam přidáme
cukr.
Skořici můžete
přidat později,
dáme si ji stranou.
Okrájíme hrušku,
pokud ji chcete okrájet.
Jestli nechcete, můžete
ji také nechat ve slupce.
Prostě,
když oloupete slupku,
chutná jemněji,
to je vše.
A pak nasekejte hrušku
na malé kousky,
nakrájejte na kostky.
Pak to dejte společně
do nádoby s vodou.
Můžete také použít
menší hrušku,
s lepším tvarem a vařit
celou hrušku.
Vypadá to také hezky.
Ale trvá to trochu déle,
než se to rozvaří.
Jestliže ji rozkrájíte na kostky
velikosti sousta,
pak to bude rychleji.
Potom to vše přivedete
do varu
a zvolna povaříte deset,
patnáct, dvacet minut.
Záleží na vás, jak
moc spěcháte.
Nezapomeňte do toho dát
špetku soli
na zvýraznění chuti
a ne moc cukru.
Mohu tam nyní přidat
rozinky. Přikryji to,
necháme to vřít
a pak to zvolna povaříme.
Zatímco se hrušky rozvařují,
nachystáme se
na krevety.
Potřebujeme asi
650 gramů pšeničné mouky.
A dáme tam.
Kávovou lžíci soli.
Dále máme
mletý černý pepř
1 kávovou lžíci.
A také
1 zarovnanou polévkovou
lžíci červené papriky,
kvůli barvě
a také pro chuť.
Červená mletá paprika
je volitelná.
A pak to vše dobře
promícháme.
Pak do toho přidáme
vodu, abychom
vytvořili konzistenci,
do které můžeme ponořit
krevety a nyní prosmažit.
Musíme nyní snížit
teplotu dušení,
abychom snížili var
a ponecháme zvolna vařit,
protože to je již převařeno.
Můžete vždy přidat
více cukru,
jestli to máte rádi sladší.
Zatímco se hruškový kompot
zvolna vaří, můžete
kontrolovat, jestli se dělají
bubliny na povrchu,

odstraňte je.
Aby byl kompot
čistý.
Mimochodem, vypadalo
by to trochu kalně.
Šťáva by nebyla čirá.
Ale to nevadí,
chutná to stejně,
jen to nevypadá tak pěkně.
Nyní přidáme vodu,
smícháme s moukou
a dobře rozmícháme.
Zlehka přidejte vodu.
Potřebujete-li více,
můžete vždy přidat více.
Skoro litr vody
na 650 gramů mouky,
to by bylo dobré.
Pak to musíme
nechat chvíli stát.
Použijte šlehač
na rozmíchání mouky.
Dobře to s vodou
rozmíchejte. Můžeme tam dát
taky trochu kečupu,
jestli chcete barvu
trošku do růžova
a tmavší.
Můžete tam dát
skoro 2 polévkové lžíce
kečupu nebo i více.
Můžete mít zábavu
s experimentováním,
tohle je jen vodítko.
Když vaříme,
máme vždy
rozličné recepty
pro každého.
Experimentujeme
s věcmi a vždy si můžeme
uvařit lépe nebo
odlišně od původního
receptu.
Takže na 1 litr vody
650 gramů mouky,
dobře to vymícháme.
A je to hotovo.
Zkontrolujte to.
Myslím, že to potřebuje
trošku přisolit.
Vidíte, můžete vždy přidat
více.
Špetku soli navíc.
Do tohoto byste dokonce
mohli dát mleté kari
místo papriky
a bylo by to dobré.
Necháme to chvíli odstát.
Mezitím zkontroluji
můj hruškový kompot,
jestli se pěkně dusí nebo ne.
Jde to dobře
a voda je velmi čirá.
Čím déle budete hrušky
vařit,
tím jemnější
a chutnější budou.
Nedělejte si starost,
když je převaříte.
Jen je nechte povařit
půl hodiny nebo dokonce
hodinu, jestli to tak chcete.
Nyní zkontrolujte,
jestli je těsto OK.
Mělo by být dobré.
Vidím, že konzistence
je velmi hustá.
Ano, to je dobré.
Dobrá, nyní potřebujeme
francouzskou bagetu.
Kvůli francouzské bagetě
se musíte v pekárně zeptat,
zda nedali vejce do vody
na potěr chleba, protože
to někdy dělají, aby
vytvořili křupavou
vnější kůrku chleba
a to by nebylo
vegetariánské, jestliže
by to potřeli vejcem s vodou,
že ne?
Zeptejte se jich tedy,
zda to potírají vodou
s vejcem, či nikoli. Musíte
si koupit bagetu
bez vaječné vody.
Mimochodem, můžete si
koupit bílý polotovar.
Dosud ji nepotřeli žádnou
vodou s vejcem.
Je stále bílá a můžete si ji
dlouho nechat
v lednici.
A kdykoli potřebujete,
vložíte ji do trouby
a upečete během deseti,
patnácti minut.
Připravila jsem ji
zrovna tak.
Z tohoto jsem ji upekla,
právě pro vás, abyste viděli.
Proto, abyste si byli jistí,
že na vašem chlebě nejsou
žádná vejce s vodou.
A pak ji nařežeme
našikmo.
Zešikma takhle
do kosočtverce.
Neřežte to příliš silně,
asi jeden centimetr.
Tahle šířka bude stačit.
Jestli chcete
nakrájet chleba
a nechcete ho lámat,
použijte nůž,
který má jednu stranu
trochu pilovitou,
druhá strana je rovná.
Mezitím zapneme
plotnu a dáme
olej na pánev.
Abyste to prosmažili, musíte
dát alespoň polovinu
oleje do pánve,
do jakékoli smažící pánve.
Jakmile je olej
rozehřátý, obalíme společně
chléb a krevety do těsta
a pak vložíme
do vřelého oleje,
takhle.
Jeden kousek chleba
jedna kreveta.
Ponoříme nejdřív chléb,
dejte na vařečku
a přidejte do těsta
krevetu a položte
nahoru na ten chléb.
Nebo je můžete položit
společně, najednou,

to je také v pořádku.
Vidíte.
Dala bych krevety
a chléb společně
do těsta, takhle.
Těsto obojí přikryje,
takto,
a položíme to do oleje,
asi takto.
Pomalu, jinak
se nám krevety
oddělí od chleba.
Ujistěte se
a chvíli to podržte, jestli
máte pocit, že se to odděluje.
Jak to zezlátne,
vyjmeme to ven.
Protože krevety jsou
trochu těžší než
chléb,
strana s krevetou bude
dole a strana s chlebem
bude nahoře.
Jestli vidíte, že
nejsou rovnoměrně zlaté,
občas je trochu otočte.
Položili jsme je sem
kvůli oleji, aby nejdříve
okapal a pak je přeneseme
na talíř s utěrkou.
Vypadá to velmi hezky.
Přenesu to
na talíř s utěrkou.
Zkontroluji další.
Je to pěkné.
Vypadá pěkně.
Můžete je dát tři nebo čtyři
najednou.
Jen dejte krevety
a chleba do těsta
a naberte je společně.
Tady to máte.
Už je to dozlatova,
vyjměte je ven.
Vidíte, vypadají hezky?
Velmi, velmi pěkné.
Dozlatova.
Položte kuchyňskou utěrku
na talíř, takto,
absorbuje přebytečný olej,
to je ono.
Takto vypadají
po prosmažení,
jsou dozlatova, hezké.
To jsou veganské krevety
takže je můžete mít
po dlouhou dobu.
Jestli nevíte, kde se kupují
a chcete si jednou
vyzkoušet na chvíli
změnu,
můžete se zeptat
v společnosti „Loving Food“.
Emailová adresa na
„Loving Food” je na
SupremeMasterTV.com.
Nepamatuji si
emailovou adresu
společnosti,
tak si ho prosím najděte na
SupremeMasterTV.com.,
nebo také mnoho jiných
potravinářských distributorů
mají pro vás mnoho
různých věcí.
Takže někdy můžete
experimentovat s mnoha
různými způsoby vaření,
a různými surovinami,
je to zábavné.
Je to pro vás
a pro vaši rodinu
a pro vaše přátelé zábavné.
Z tohoto množství těsta
můžete usmažit
hodně krevet.
Dokonce jestli uděláte
trochu více těsta,
než jste chtěli,
můžete z toho udělat lívance.
můžete z toho udělat lívance.
Lahodné lívance.
A jíst je s veganským sýrem
nebo veganským párkem,
nebo je prostě jíst samotné.
Nachystáme to všechno
a dáme na talíř.
A pak si všichni užijí.
Podívejte se, jak to vypadá.
Hezké, ne?
Potom to můžeme sníst,
také s pálivou čili omáčkou,
také je to velmi dobré,
nebo s kečupem nebo obojím.
A jezte to
s čerstvým salátem.
Nyní zkontrolujeme
kompot.
Nádhera, nádhera,
nádhera!
Velmi pěkné, opravdu.
Velmi měkké, jemné,
pěkně společně
s rozinkami.
Dobře, nyní vypneme vařič.
Vařila jsem to
po celou dobu,
pravděpodobně hodinu
a je to velmi, velmi jemné.
Nádhera. Zkontrolujte to.
Velmi dobré!
Můžeme na to nyní dát
skořici.
Asi tak
jednu polévkovou lžíci,
a zamíchejte to. A je to.
Je to hotovo. Páni!
Voní krásně, že hoši?
Ach, ano, Mistryně!
Nádhera.
Vidíte,
na bílou hrušku je lepší,
když položíte
tmavou rozinku. Takto.
Ale moji mazlíčci
je všechny snědí.
Myslím, že nemáme žádné.
Dám nějaké sem
a bílé rozinky.
Říkají jim blonďaté rozinky.
Vypneme nyní topení.
Všechno vypnout. Je hotovo.
Znáte důvod, proč dáváme
hnědé rozinky?
Vypadá to hezky,
kvůli kontrastu barev.
Budeme nejdříve jíst
krevety a potom
později hruškový kompot.
Poslední z nich je

trochu velký.
Vidíte, kdo je šťastný.
Jsou trochu větší
než první.
Naaranžujte to všechno hezky
tady a všichni si
společně pochutnají.
A schovejte něco pro
psy, samozřejmě.
(Ano.)
Jinak budou plakat, ne?
Dobře, to je skvělé.
OK, hoši,
ten je nejvíc horký,
tak zkusíme ten první.
Host první.
Horký je nejlepší.
Velmi horký, tady.
Děkuji, Mistryně.
Pak můžeme jíst
stejně ostatní.
Nemyslete si, že toto je jen
jeden, který můžete sníst.
Hoši, máte rádi pálivou
omáčku nebo ne?
Ano. Ano.
Vy máte taky rádi pálivou
omáčku? Ano.
Zkuste to!
Děkuji.
Dám to na váš talíř.
Proč ne?
Tady jsou.
Tam, zkuste to první.
Děkuji.
Nevím, jak se to
řekne Japonsky.
„Děkuji.“
Vím,
ale „není zač“
Nevím.
Věděla jsem, ale zapomněla.
Chutná?
Jezte rukama, OK?
To je cuketa,
okurka, červená paprika
žlutá paprika.
To je jablko,
jestli to chcete.
Později si můžeme
vypít čaj. To je v pohodě.
Také to zkusím. Je to dobré?
Dobré.
Delikátní.
Dobré s čím?
S pálivou omáčkou?
S pálivou omáčkou.
Lepší než kečup?
Ano.
Skvělé.
Také mám ráda pálivou
omáčku. Jak to chutná?
Velmi dobré.
Můžete později schovat
něco pro psy.
To by bylo fajn.
Dobré? Křupavé, ano?
Je to dobré?
Je to výtečné?
Je to výtečné.
Máme nůž a vidličku
jestli chcete.
Ale myslím,
že nepotřebujete.
Když je venku chladno,
je dobré jíst toto.
Ano.
To je pravda, že to chutná
lépe s ostrou omáčkou.
Ano.
Nejdříve to zkuste,
pokud to máte rádi, OK?
Protože, to je opravdu horké.
Nedělám si legraci.
Neříkejte mi, že jsem
vás nevarovala.
Horké? Že?
Máte takové
v Číně?
Nemáme.
To je vegetariánská kreveta
a chléb.
Velmi jednoduché. Chutná?
Ano Mistryně.
Kolik máte rádi?
Tak středně.
Máte středně rádi pálivou
omáčku nebo máte rádi
středně moje krevety?
Ne,
středně pálivou omáčku
a krevety jsou 100%
vynikající.
Tak je to 100%?
Ano, Mistryně, ano.
Děkuji.
To je od vás hezké.
OK, na zdraví!
Na zdraví!
Ať je šťastný každý den!
Vietnamské
(Aulacké) děti
to mají hodně rádi.
Běžně toto vaří
mimo školu.
Vycházejí hladoví.
Všichni, páni,
čekají v řadě, protože
na tohle musíte chvilku
čekat.
A potom máme jako sladkost
hruškový kompot.
Víte, protože jste snědli
druh mastného,
pak vypijeme
studený pomerančový džus
a jíme salát za studena, tak
musíme později sníst něco
teplého, aby se to smylo.
Řekněte, co máte radši
salát
nebo krevety?
Krevety.
Krevety. Samozřejmě, že?
Jak moc už?
Tak v pořadí číslo dvě.
Samozřejmě, můžeme
uvařit více, ale pak budu
vařit věčně.
To je jen svačina.
Když jsem byla mladá,
neměla jsem
moc kapesného, mohla
jsem si koupit jen jeden.
Jeden je jeden Vietnamský
(Aulacký) dong,
jeden vietnamský
(aulacký) dolar.
Jen jeden. Jeden malý.
Dělají ho tenký.

Není tak tenký jako tento.
Vegetariánská kreveta
je skutečně dobrá, ne?
Ano, je!
Kdybyste byli
malé děti,
a bylo v zimě
chladno a vaše škola
neměla topení,
to je jisté.
Moje škola nikdy
neměla topení.
Když je vzduch studený,
nezáleží na tom,
co nosíte, je stále chladno.
A vyjdete ven
a tento druh jídla je
velmi horký
a vy na to foukáte
a zároveň to jíte.
Je to velmi pěkné.
Také smaží jiné materiály
jako smažený sladký brambor
nebo smažený banán.
Další den pro vás uděláme
smažený banán.
Po těchto
smažených potravinách
s pálivou chili omáčkou
je osvěžující sníst
čerstvý salát, ano?
Ano.
Jen surový jako tento,
ne kořeněný, nic.
Je to dobré, ne?
Ano.
Vy jste chlapci tak rychlí,
a nyní
jen mě a jemu,
to vypadá, že jím mnoho.
Ale já jsem mluvila
a servírovala a nyní
začnu trochu jíst.
Nevadí, to znamená,
že je to dobré, ano?
Ano, Mistryně, ano.
A zbývající část podržíme
pro psy, jinak se to ztratí
během chvilky, dobrá?
Jen svačinu.
Nemůžete to použít jako
jídlo.
Už jste snědli večeři
Ano. Ano.
Lehká svačina, ano?
Velmi dobré. Hezky voní?
Velmi, velmi,
voní velmi hezky, ne?
Voňavé, ne?
Ano.
OK, pojďme si dát tamto.
Čaj je hotov. (Ano.)
Vidíte?
Dáme to takto,
páni!
Najskôr hostia.
Ďakujem.
Myslím,
že sa obslúžite sami, dobre?
Áno, áno.
Ja sa tiež obslúžim sama.
Áno, len trochu,
takto.
Trochu hrozienok,
hrušiek a vody,
nech sa páči.
Dajte si prví.
Buďte opatrní. Je to pálivé?
Je to vynikajúce.
Vynikajúce?
Znamenité.
Ach, chutí to tak dobre.
Chutí to dobre.
Je to skvelé, však?
Veľmi dobré.
Zoberte si, koľko chcete.
Dobré na zimu, nie?
Áno.
Môžete si dať viac hrušiek,
ešte sú.
Mal si už hrušku?
Áno, mal.
Ach, dobre.
Aká je? Dobrá?
Lahodná.
Je to skutočne dobré, však?
Áno, Majsterka.
Je to skutočne dobré.
Pretože ak to nie je dobré
a vy hovoríte
„Dobré, dobré!“,
uvarím to znovu
a budete to musieť jesť.
Bol raz jeden chlapec,
ktorý prišiel k nastávajúcim
svokrovcom, aby sa
s nimi zoznámil, bol
samozrejme veľmi nervózny.
Prvýkrát stretol
rodičov svojho dievčaťa,
a tak matka uvarila
niečo pre neho.
A nikto nejedol veľmi veľa
iba on.
Jedol to preto, že bol
zdvorilý. Musel to jesť.
Zjedol to celé.
A potom sa matka pýta:
„Bolo to dobré?“
On hovorí: „Áno! Áno!
Skvelé!“
Takže išla do kuchyne,
priniesla ďalšie
a dala mu to.
A on sa veľmi snažil
zjesť to a ona sa ho
potom spýtala:
„Bolo to naozaj dobré?
Chutilo ti?“
„Ach, chutí mi to!
Je to vynikajúce!“
Takže išla do kuchyne
a priniesla celý hrniec.
Zvyšok, pretože
to nikto nechcel jesť.
Takže to musel znovu jesť.
Potom musel ísť na toaletu
a celé to vypľuť.
Takže ak to nie je dobré,
povedzte to.
Takže je to teda
dobré či nie?
Veľmi dobré.
Stále je to dobré, áno?
Áno.
Bol raz jeden šéf,
ktorý sa práve vrátil
a bol veľmi šťastný.
Zhromaždil si teda všetkých
svojich podriadených,

aby im rozprával vtipy.
Všetci sa smiali
okrem jedného človeka.
Šéf sa ho spýtal:
„Prečo sa nesmeješ?
Všetci sa smejú.
Prečo sa nesmeješ?“
On odvetil:
„Ja nemusím.
Zajtra odchádzam.“
Máte toto aj na Taiwane
(Formose)?
Nemáme takúto
kombináciu chutí.
Je to kyslá a sladká
s chuťou škorice.
Keď to jem,
je mi skutočne teplo.
Áno, teraz je zima.
A nie je to príliš sladké.
Hruška a hrozienka.
A škorica.
A je to veľmi výživné.
Je to aj veľmi výživné.
Takže predtým ste mali
len dva kúsky chuťoviek,
vyprážanej vegánskej
krevety?
My Vietnamci (Aulačania)
to voláme
chạo tôm.
Ak ste mali iba dve
a myslíte si,
že to nebolo dosť výživné,
toto je na doplnenie.
A máte aj šalát,
je dobrý.
Keď sú hrušky ohriate,
vyčistia pľúca.
Hrozno potom
obnoví krv.
(Hrozienka.) Obnovia
životnú energiu.
A škorica je tiež tonikum
na životnú energiu.
Dobre, dobre.
Keď zmiešate všetko
dohromady,
ešte to aj veľmi dobre chutí.
Veľmi dobre?

Takže on hovorí, že hrušky,
keď ich takto udusíte,
sú dobré na pľúca,
na dýchaciu sústavu.
Sušené hrozienka
sú veľmi dobré na krv.
Áno, obnovujú krv.
Škorica je dobrá na čchi.
Obnovuje životnú energiu,
takže budete viac energickí.
Máte teda
silnejšieho ducha
a cítite, že obeh je dobrý,
čchi vo vašom tele
je dobre regulované.
Takže je to veľmi dobrý liek.
Je to zázračný hrniec.
Preto, keď to zjete,
začnete sa potiť.
On hovorí, že keď to zjete,
budete sa aj potiť.
Je to veľmi, veľmi teplé.
Je to dobré pre vaše telo.
Takže pokračujte,
rozdeľte zvyšok.
Ktokoľvek chce,
môže si zobrať.
Všetko je prázdne?
Vy ľudkovia skutočne
praktikujete metódu
prázdnoty z budhizmu.
Nikto nemôže povedať,
že nie ste Zen.
Je to všetko prázdnota,
pozrite! Všetci sme prázdni.