

TÝDENNÍ JÍDELNÍČEK



Máte rádi světovou kuchyni a rádi ochutnáváte nové a netradiční chutě? Tak tenhle jídelníček bude přesně pro Vás! Ochutnejte ty nejlepší světové speciality bez toho, abyste museli vytáhnout koště z přístěnku. Prostřednictvím jídla se budeme moci každý den vypravit na jeden světadíl a rozšířit si své chuťové obzory.



Den první je ve znamení Austrálie

Snídaně: Caramel banana tart (banány v listovém těstě se šlehačkou), vaječná omeleta s rajčaty, sýrem a koriandrem nebo celozrnný chléb s avokádem a vejcem

Oběd: brokolicevá polévka s jablkem a skořicí

australský steak s ananasem

Surf' n' turf (salát s mořskými plody)

Přílohy: Dumper (bramborový chléb), cuketový chléb, zeleninový salát nebo hranolky ze sladkých brambor

Svačina: kostky Lady Lamingtonové (piškotové kostky s jahodovou zavařeninou, kokosem a čokoládovou polevou)

Večeře: kuřecí topinky nebo čočkový salát s červenou řepou a sýrem feta

Dezert: Anzac Biscuits - sušenky s kokosovou příchutí nebo jahodové pusinky

Nápoje: zeleninové či ovocné smoothie, zázvorové pivo (pouze pro profesorský sbor), mangový džus, káva, čaj, voda

Druhý den je ve znamení Jižní Ameriky

Snídaně: croissanty, brazilské sýrové bochánky, zelenina, ovoce

Oběd: argentinská fazolová polévka

chilský guláš

kuřecí špízy Chimichurri

Přílohy: květákový chilli salát, rýže

Svačina: venezuelské slané sýrové tyčinky, zelenina a ovoce

Večeře: masové Empanadas nebo Palta reina (chilské avokádo plněné kuřecím masem)

Dezert: Alfajores (argentinské cukroví s karamellem a kokosem)

Nápoje: café con leche y medialunas (káva s mlékem), espresso, voda, paraguayský čak, grepový nebo pomerančový džus



Třetí den je ve znamení Severní Ameriky

Snídaně: lívance s javorovým sirupem, vafle se šlehačkou, toasty s burákovým máslem, krupicová kaše, cornflakes s mlékem, míchaná vejce s klobásou a slaninou

Oběd: chřestová polévka se sýrem

Philly Cheese Steak sandwich (kousky steaku s nastrohaným sýrem, dresingem v čerstvé bagetě)

různé druhy masových i zeleninových hamburgerů, hotdogů, pizzy

Chilli con carne

Přílohy: bagetky, hranolky, zeleninový salát

Svačina: cookies, citrónový cheesecake nebo fazolový salát

Večeře: Cobb salát (zeleninový salát s masem), Ceasar salát

Dezert: Apple pie, borůvkové muffiny, různé skořicové donaty

Nápoje: voda, ledový čaj, pomerančový džus, káva, mléko, coca - cola, seven up



Čtvrtý den je ve znamení Antarktidy

Snídaně: ovesná kaše, chia pudink, ovoce, zelenina

Oběd: směs sušeného masa

siven na tymiánu

Přílohy: placky Bannock, pečené brambory

Svačina: sušené ovoce, směs ořechů

Večeře: Hoosh (kaše vyráběná ze sušeného masa), zeleninové a ovocné saláty, müsli

Dezert: Sledging biscuits - sáňkové sušenky (máslové sušenky)

Nápoje: voda, čaj, káva, horká čokoláda



Pátý den je ve znamení Evropy

Snídaně: španělské topinky s rajčaty, kachní paštika s bagetkami, sýrové mísy, croissanty, uzené ryby, výběr z jogurtů

Oběd: Gaspacho

Slávky

Hovězí Stroganoff

vídeňský řízek

špagety „Carbonara“

Halušky s brynzou

Přílohy: focaccia, zeleninový salát, tzatziki, brambory, nakládaná zelenina

Svačina: grilovaný sýr s čerstvou zeleninou, bylinkami a pečivem

Večeře: španělská paella, zapečený sled' s cibulkou, masový nákyp

Dezert: jablečný závin, pastel de nata - dortík se smetanovo-vaječným krémem posypaný skořicí, Sachrův dort

Nápoje: čaj, voda, ovocné džusy, káva





Šestý den je ve znamení Afriky

Snídaně: ovocná polévka, kuskus s ořechy a datlemi, kukuřičná kaše, Šakšuka (vejce se zeleninou)

Oběd: Harira (polévka s cizrnou a čočkou)
marocký kuřecí Tažín (maso, olivy, koření a bylinky)
africké masové koule s dýňovými semínky

Přílohy: rýže, kuskus, cambuulo (salát z fazolí), ugali (kaše z kukuřice), alžírský cibulový chléb, kukuřičné placky

Svačina: zeleninová polévka, marocký mrkvový salát s fetou, kukuřičný koláč s omáčkou z rajčat

Večeře: Hkatenkwan (kuřecí maso s arašídovou omáčkou), Makloubá (rýže s lilkem a kuřetem)

Dezert: Ghriba (marocké mandlové sušenky s pomerančem), banánové koblihy

Nápoje: voda, tuniský čaj s piniovými semínky, káva, palmové víno (pouze pro profesorský sbor)

Sedmý den je ve znamení Asie

Snídaně: Campa (šišky z másla a pražené mouky), lívance, buchty, rýžové placky, rýžový knedlík, sušené vepřové maso, topinky, šunka a vejce, nakládaná zelenina, nudlová polévka

Oběd: polévka Tom Yum (zeleninová polévka s krevetami)

Pad thai s mořskými plody
zelné balíčky v kokosové omáčce
plněné rýžové rolky
krevety na koriandru
ryba v páře



Přílohy: rýže, rýžové nudle, růžové placky, rýžový knedlíček, pikantní bramborový salát z Thajska

Svačina: Khao Niew Mamuan (rýže s mangem a sezamovými semínky), rajčatovo - batátový krém, asijské palačinky s jarní cibulkou

Večeře: dýně plněná divokou rýží a cuketou, kari z pak choi, thajské bazalkové kuře

Dezert: Khao Lam (lepkavá rýže s černými fazolemi a kokosovým sirupem), Thonk Yip (dezert z vaječného žloutku), Roti (těsto plněné ovocem)

Nápoje: voda, čaj (zelený, oolong), káva, sójové mléko

