



Erasmus+



## RECETAS DE LA COCINA MEDITERRANEA

Zbierka receptov vydaná v rámci projektu Erasmus plus  
pod názvom

"Spoznávame stredomorskú gastronómiu –  
získavanie nových vedomostí a zručností"



## Stredomorská kuchyňa

Stredomorská strava je bohatá na zeleninu, ovocie, ryby, orechy, strukoviny, antioxidanty, vitamíny a minerály. Mononenasytené mastné kyseliny, ktoré sa nachádzajú napr. v rybách, olivovom oleji, avokáde či repke pôsobia protizápalovo i preventívne. Paradajky sú zase prirodzeným zdrojom antioxidantov. Najviac sa však doteraz popísalo o olivovom oleji a jeho pozitívnych účinkoch. Vedci sa však domnievajú, že za zdravším stravovaním nie je olivový olej samotný, ale kombinácia všetkých stredoziemských potravín, ktoré ako celok majú vplyv na zdravie.

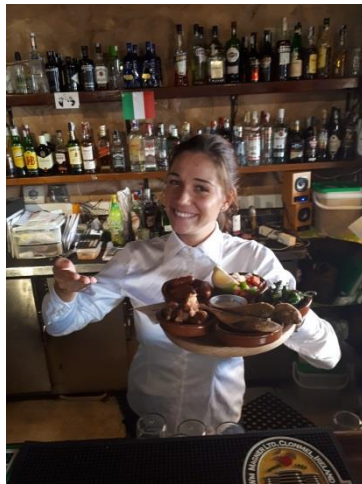
Náš prístup k čerstvým surovinám, akými sú ryby a morské plody je však geograficky pomerne obmedzený. Z tohto dôvodu sme chceli umožniť našim žiakom, aby spoznali nové suroviny, ich spôsoby prípravy a možnosti servírovania priamo v danej stredomorskej oblasti, kde je týchto surovín dostatok.

20 žiakov z našej školy sa tak v období od 1.9.2017 do 2.10.2017 zúčastnilo odbornej stáže v španielskom meste Málaga. Zároveň sa projektu v období od 1.9.2017- 15. 09.2017 zúčastnili aj dve členky pedagogického zboru. Vďaka programu Erasmus plus( programu EÚ pre vzdelávanie, odbornú prípravu, mládež a šport) vycestovali žiaci III.L,V.K a V.L odboru hotelová akadémia a dve naše zamestnankyne za novými vedomosťami a zručnosťami týkajúcich sa spracovania, prípravy a servírovania jedál z morských plodov a rýb. Cieľom projektu bolo, aby žiaci získali nové vedomosti a zručnosti týkajúce sa prípravy jedál z morských plodov a rýb, čo je považované za základ stredomorskej kuchyne. Žiaci vďaka projektu pod názvom "**Spoznávame stredomorskú gastronómiu – získavanie nových vedomostí a zručností**" počas svojej mesačnej stáže pracovali v špičkových gastronomických zariadeniach v historickom centre Málagy. Jednalo sa o reštaurácie patriace pod značku **Grupo La Reserva** (<http://grupolareseva.com>), ktorá sa pýši tak tradičnými, ako aj modernými jedlami, vďaka ktorým do svojich reštaurácií neustále láka nespočetné množstvo klientov.

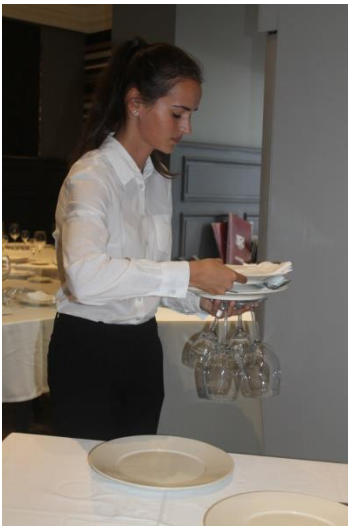
Žiaci v reštauráciách pracovali pod vedením mentorov- kvalifikovaných kuchárov, a práve v spolupráci s nimi a s Mgr. Ľubicou Zemanovičovou a Bc. Líviou Minichovou, bola vytvorená táto brožúra receptov stredomorskej kuchyne. Na nasledujúcich stranách prevládajú recepty, ktorých hlavnou zložkou sú ryby a morské plody. Žiaci získané vedomosti a zručnosti predvedú na akademickom dni školy, ako aj na praktickej záverečnej skúške, kde v rámci odbytového strediska, bude aj stredisko zamerané na stredomorskú gastronómiu.

Stáže sa zúčastnili žiaci : Bernátová Alexandra, Grimmel Jozef, Haragová Jana, Homolová Alexandra, Hudeček Adam, Hunková Erika, Jakalová Marcela, Jurenková Lenka, Kompasová Simona, Kulichová Paulína, Malíková Kristína, Mišáková Pavla, Mráziková Anna, Pekárová Kristína, Pišová Dominika, Rybičková Lenka, Šmatlák Samuel, Šranková Lucia, Štrbová Klaudia, Žigová Timea

Stáže sa zúčastnili učiteľia: Bc. Lívia Minichová, Mgr. Zemanovičová Ľubica











**Buen provecho**

## ENTRANTES

### *PREDJEDLÁ*

- *Cóctel de gambas*  
*(Krevetový koktejl)*
- *Tartar de atún*  
*(Tatarák z tuniaka)*
- *Gambas al pil-pil*  
*(Krevety pil-pil)*
- *Croquetas de pescado*  
*(Rybacie krokety)*
- *Alcachofas salteadas con jamón*  
*ibérico*  
*(Dusené artičky so šunkou)*
- *Tortilla de bacalao*  
*(Omeleta z tresky)*



## Cóctel de gambas

### Krevetový koktejl



#### INGREDIENTES:

- ❖ 16 langostinos
- ❖ 450 g de gambas peladas
- ❖ Una pizca de sal
- ❖ 200 g de lechuga iceberg
- ❖ 175 g de piña
- ❖ 180 g de naranja
- ❖ 120 g de kiwi
- ❖ 30 g de coco rallado
- ❖ 200 g de mayonesa
- ❖ 50 g de ketchup
- ❖ 10 ml de brandy
- ❖ 30 ml de zumo de naranja
- ❖ Unas gotas de salsa Tabasco
- ❖ Unas gotas de salsa Worcestershire

#### INGREDIENCIE

- 16 langúst
- 450 g očistených kreviet
- štipka soli
- 200g ľadového šalátu
- 175 g ananásu
- 180 g pomarančov
- 120 g kiwi
- 30 g kokosovej múčky
- 200 g majonézy
- 50 g kečupu
- 10 ml brandy
- 30 ml pomarančového džúsu
- pár kvapiek tabaska a worchestru

#### ELABORACIÓN

Pelamos los langostinos, dejándoles la cabeza .Hervimos las gambas y los langostinos en agua con caldo de gallina y con una pizca de sal. Cocidas len ponemos en agua con hielo. Cortamos la lechuga a tiras finas . Pelamos la naranja de manera que no le queden restos blancos de piel .Pelamos la piña y cortámosla en láminas de medio centímetro.Pelamos el kiwi y córtamoslo en cuartos. Preparamos la salsa rosa: Mezclamos todos los ingredientes líquidos y remuévelos hasta que tengamos una salsa lisa y homogénea.Colocamos una base de lechuga sobre una copa ancha. Nápamosla ligeramente con salsa rosa. Colócamosle las gambas por encima y nápamoslas de nuevo con salsa rosa. Decoramos con las frutas y los langostinos pelados. Para terminar el plato espolvoréamosle un poco de coco rallado .

#### PRÍPRAVA

*Ako prvé si očistíme langusty( hlavy im však necháme ). Následne vo vode s troškou soli necháme očistené krevety a langusty prevrieť a po pár minútach ich vyberieme a*

*ponoríme do vody s ľadom, aby sa trošku stiahli. Následne umyjeme a na tenké pásiky nakrájame ľadový šalát. Očistíme pomaranče( nakrájame ich na mesiaciky), umyjeme ananás a kiwi a nakrájame na malé kúsky. Pripravíme si ružovú omáčku- zmiešame majonézu, kečup, brandy, pomarančový džús,tabasco, worcestershire a miešame pokiaľ nedosiahneme homogénnu zmes. Servírujeme v koktejlovom pohári tak, že na spodok pohára uložíme šalát, na ktorý dáme vrstvu ružovej omáčky, tú následne pokryjeme krevetami a opätovne vrstvíme omáčkou. Dodekorujeme ovocím a na vrch položíme langusty. Na záver posypeme kokosovou múčkou.*

## Tartar de atún

### Tatarák z tuniaka



#### INGREDIENTES:

- ❖ 500 gr lomo de atún rojo
- ❖ 2 tomates rojos
- ❖ 1 aguacate
- ❖ salsa de soja
- ❖ limon
- ❖ cebollino
- ❖ aceite de oliva
- ❖ vinagre de jerez
- ❖ sal

#### INGREDIENCIE

- 500 gr červeného tuniaka
- 2 paradajky
- 1 avokádo
- sójová omáčka
- citrón
- pažítka
- olivový olej
- vííny ocot
- soľ

#### ELABORACIÓN

Como primero se recomienda congelar el atun durante al menos 24 horas y dejarlo descongelar en la nevera. Cortamos el atún en dados pequeños y lo ponemos en un bol. Añadimos dos cucharadas de aceite de oliva, una cucharadita de salsa de soja, cebollino muy picado, una cucharadita de vinagre, sal, el zumo de una lima y la mitad de un limon. Removermos bien y reservamos en la nevera al menos dos horas. Sacamos la pulpa del aguacate y cortamos en dados muy pequeños. Pelamos los tomates, los cortamos en dados y ponemos con el aguacate. Añadimos el zumo de lima. En el plato servimos primero el tomate con aguacate, despues el atún y por ultimo unas ramitas de cebollino lavadas y secas encima.

#### PRÍPRAVA

*Pred samotnou prípravou jedla sa odporúča nechať na 24 hodín zmraziť tuniaka v mrazničke. Neskôr ho rozmrazíme a nakrájame na malé kúsky y v miske ich zmiešame s 2 lyžicami olivového oleja, lyžičkou sójovej omáčky, nasekanou pažítkou, lyžičkou vínneho octu, soľou, šťavou z polky citróna. V ďalšej miske zmiešame na kúsky nakrájane očistené avokádo a ošúpané a na kúsky nakrájané paradajky. Na tanieri striedame vrstvu paradajok a avokáda s vrstvou tuniaka. Dozdobíme pažítkou.*

# Gambas al pil-pil

## Krevety Pil-pil



### INGREDIENTES:

- ❖ 10 gambas,
- ❖ 75 cc. aceite de oliva
- ❖ 5 dientes de ajo,
- ❖ 2 chiles rojos secos,
- ❖ pizca de pimentón dulce
- ❖ pizca de sal.

### INGREDIENCIE

- 10 kreviet
- 75 ml olivového oleja
- 5 strúčikov cesnaku
- 2 chili papričky
- štipka sladkej papriky
- Štipka soli

### ELABORACIÓN

Se pelan los langostinos, quitando la cabeza y la cola. Si son congelados, se pueden pelar a medio descongelar, lo que nos facilitará la tarea. Se ponen en una sartén pequeña o cazuela de barro refractario, cubiertos del aceite, los ajos en lamas finas, las guindillas picadas, el pimentón y la sal. A la hora de servir se ponen a fuego fuerte, solo unos minutos, justo hasta que las gambas cambien a color rosado. Se dejan reposar un minuto fuera del fuego, y se sirven al momento, como un entrante a compartir.

### PRÍPRAVA

Očistíme si krevety od hlavy a chvosta. Ak máme mrazené krevety, očistíme ich, keď sú ešte napoly zmrazené, čo nám uľahčí čistenie. Do panvice si nalejeme olej, ktorý si zohrejeme a opržíme na ňom na plátky nakrájaný cesnak, chili papričky papriku a soľ. Ako posledné pridáme krevety, ktoré pražíme len niekoľko minút, kým nezružovejú. Necháme ich chvíľu odstáť a podávame spolu s pečivom.

## Croquetas de pescado

### Rybacie krokety



#### **INGREDIENTES:**

- ❖ 200 g de merluza cocida sin espina
- ❖ 1/2 litro de leche
- ❖ 80 g de harina de trigo
- ❖ 30 g de mantequilla (una nuez)
- ❖ 50 ml de aceite de oliva
- ❖ Sal, pimienta
- ❖ aceite para freír
- ❖ pan rallado y huevos

#### ***INGREDIENCIE***

- 200 gr uvarenej šťuky bez kostí
- 1/2 litra mlieka
- 80 g múky
- 30 g masla
- 50 ml olivového oleja
- soľ, korenie
- olej na vyprážanie
- strúhanka, vajcia

#### **ELABORACIÓN**

En una sartén se coloca el aceite y la mantequilla. En cuanto la mantequilla se derrita, se añade la harina y se le da vueltas hasta que se tueste un poco, sin llegar a dorarse. Incorporamos la leche en dos o tres veces, sin dejar de remover. Sazonamos con sal, pimienta al gusto. Cuando la bechamel espese, se retira del fuego. Desmenuzamos el pescado y añadimoslo a la bechamel. Mezclamos bien. Dejamos enfriar a temperatura ambiente. Una vez fría la masa de las croquetas, preparamos un plato con pan rallado y otro con huevo batido. Formamos porciones y las pasamos al pan rallado, luego lo mojamos bien en el huevo y pasamoslas otra vez al pan rallado. Lo mejor es hacerlo con las manos para que queden con una forma perfecta y bien rebozadas. Lo freímos en aceite 8- 10 minutos

#### ***PRÍPRAVA***

*Na panvici si zohrejeme olej, do ktorého pridáme maslo. Keď sa maslo rozpustí, pridáme múku a miešame, kým sa zmes nespojí. Do zmesi pridávame postupne mlieko, sol a korenie. Keď je bešamel hotový, odstavíme ho z ohňa. Uvarenú šťuku si rozdrobíme na menšie kúsky a zamiešame do bešamelu. Zmes necháme vychladnúť pri izbovej teplote. Keď je zmes vychladená, formujeme z nej malé porcie, ktoré následne obalujeme v strúhanke a vajci. Obalené krokety vyprážame na oleji po dobu 8-10 minút*

# Alcachofas salteadas con jamón ibérico

## Dusené artičoky so šunkou



### INGREDIENTES

- ❖ 6 alcachofas frescas
- ❖ 100 gr de jamón ibérico
- ❖ Sal
- ❖ 3 cucharadas soperas de aceite de oliva
- ❖ Perejil picadito
- ❖ Cebolla

### INGREDIENCIE

- 6 čerstvých artičok
- 100 gr šunky
- soľ
- 3 PL olivového oleja
- nasekaný petržlen
- cibuľa

### ELABORACIÓN:

Las alcachofas, pelamos y las cortamos en 4 trozos. Según vamos preparando las alcachofas las vamos metiendo en un bol con agua fría y unas ramitas de perejil fresco (esto evitara que las alcachofas se oxiden y se pongan negras). Mientras preparamos las alcachofas ponemos una olla con agua en el fuego con una pizca de sal. Cuando rompa a hervir echamos las alcachofas y las dejamos cocer a fuego medio unos 20 minutos aproximadamente. Mientras pelamos y troceamos la cebolla en daditos pequeños y las lonchas de jamón troceadas en daditos pequeños tambien. Ponemos una sartén con tres cucharadas de aceite de oliva virgen y sofreímos la cebolla con un poquito de sal hasta que comience coger color dorado entonces añadimos las alcachofas rehogamos un par de minutos y echamos el jamón, rehogamos un par de minutos más y listo para servir.

### PRÍPRAVA

Artičoky očistíme a nakrájame na 4 kusy. Následne artičoky ponoríme do studenej vody s kúskami petržlenu, čo zabráni artičokám zoxidovať a sčernieť. Do hrnca si pripravíme vodu so štipkou soli a keď začne voda vriieť pridáme do nej artičoky a na miernom ohni varíme 20 minút. Udusené artičoky zlejeme z vody a necháme bokom. Medzitým si očistíme cibuľu a nakrájame ju na menšie kúsky. Na panvici zohrejeme olivový olej na ktorom zjemna opožáme cibuľu, pridáme artičoky a šunku. Pár minút popožáme a môžeme servírovať.

## Tortilla de bacalao

### Omeleta z tresky



#### **INGREDIENTES**

- ❖ 4 huevos
- ❖ 300 g. de bacalao fresco
- ❖ 1/2 cebolla
- ❖ 1 pimiento verde
- ❖ 2 dientes de ajo
- ❖ aceite de oliva
- ❖ sal y pimienta
- ❖ un poquito de leche semidesnatada

#### ***INGREDIENCIE***

- 4 vajcia
- 300 g tresky
- 1/2 cibule
- čierne korenje
- 2 strúčiky cesnaku
- olivový olej
- soľ a korenje
- polotučné mlieko

#### **ELABORACIÓN:**

Sofreimos la cebolla, los ajos y el pimiento todo cortado en juliana, en una gota de aceite. Incorporamos los taquitos de bacalao, salpimentamos y hacemos solo hasta que le cambie el color. Batimos los huevos con un chorrillo de leche, añadimos la mezcla de la sartén, salpimentamos y cuajamos.

#### ***PRÍPRAVA***

*Na kvapke oleja opražíme na kolieska nakrájanú cibuľu a cesnak. Pridáme kúsky tresky, osolíme a okoreníme a popražíme pokiaľ treska nezhnedne. Vajička vymiešame s mliekom, osolíme, okoreníme a zmesou zalejeme opečenú tresku. Keď zmes zhustne, vzniknutú omeletu z každej strany opečieme.*

# SOPAS

## *POLIEVKY*

- *Sopa de pescado y mejillones*  
*( Rybacia polievka s mušlami)*
- *Gazpachuelo*  
*(Gazpachuelo)*
- *Gazpacho*  
*(Gazpacho)*
- *Porra antequerana*  
*(Porra antequerana)*
- *Crema de aguacate con salmón*  
*( Avokádový krém s lososom)*



## Sopa de pescado y mejillones

## Rybacia polievka s mušľami



### INGREDIENTES:

- ❖ 200 gr. de mejillones
- ❖ 2 filetes de rape
- ❖ 300 gr de calamares
- ❖ 1 litro de Caldo Casero de Pescado
- ❖ 1 diente de ajo
- ❖ 1 chalota
- ❖ Aceite de oliva
- ❖ Pimienta

### INGREDIENCIE:

- 200 gr mušľí( slávok)
- 2 filety morského čerta
- 300 gr kalamárov
- 1 l rybieho vývaru
- strúčik cesnaku
- 1 ks šalotky
- olivový olej
- korenie

### ELABORACIÓN

Como primero pelamos y picamos las chalotas y el ajo. Limpiamos el pescado con agua fría.

En una olla grande fríe el ajo, la cebolla, el pescado y el marisco con aceite de oliva virgen extra. Lo dejamos cocer durante unos minutos y añadimos el Caldo Casero de Pescados. Luego añadimos un poco de pimienta y continuamos con la cocción durante 20 minutos con la olla tapada. La sopa presentamos con trocitos de pan tostado.

### PRÍPRAVA

*Ako prvé si očistíme a nakrájame šalotku a cesnak. V studenej vode očistíme morského čerta a morské plody.*

*Vo veľkom hrnci opržíme na olivovom oleji cesnak, šalotku a morské plody. Pár minút necháme variť a zalejeme rybím vývarom. Pridáme korenie a varíme 20 minút v prikrytom hrnci.*

*Polievku podávame s kúskami opečeného chleba*

## Gazpachuelo Malagueño

## Gazpachuelo Malagueño



### INGREDIENTES:

- ❖ 350 g de merluza
- ❖ 350 g de rosada
- ❖ 250 g de gambas
- ❖ 2 patatas
- ❖ 1 huevo
- ❖ 1 limón
- ❖ aceite de oliva virgen extra
- ❖ sal

### INGREDIENCIE:

- 350 g morskej šťuky
- 350 g rosady( ružová ryba)
- 250 g kreviet
- 2 zemiaky
- 1 vajce
- 1 citrón
- olivový olej
- soľ

### ELABORACIÓN

Ponemos a calentar agua en una cacerola. Cuando el agua esté caliente se agregan las patatas en rodajas Se añade sal . Lo dejamos cocer 15 minutos aproximadamente. Cuando las patatas estén tiernas añadimos la rosada hecha,merluza y las gambas peladas. Se cocer 3 minutos. Apartamos del fuego y dejamos atemperar. Hacemos una mayonesa con el aceite huevo y sal. Se coge otra cacerola y se echa la mayonesa (fuera del fuego). Con ayuda de un cucharón se va añadiendo la mezcla del pescado a la mayonesa, siempre poco a poco. Una vez todo mezclado, servir.

### *PRÍPRAVA*

*Do hrnca si dáme zohriať vodu, keď je teplá pridáme nakrájané zemiaky. Osolíme a necháme variť približne 15 minút. Keď sú zemiaky takmer mäkké, pridáme rosadu, morskú šťuku a očistené krevety. Varíme 3 minúty. Hrnec následne stiahneme z ohňa a necháme odstáť . Z oleja, vajca a soli si pripravíme majonézu, ktorú za pomoci lyžice pomaly primiešavame do polievky. Polievku podávame teplú.*

## Gazpacho

## Gazpacho



### INGREDIENTES:

- ❖ 500 g de tomate maduro
- ❖ 200 g de pepino
- ❖ 200 g de pimiento rojo
- ❖ 200 g de cebolla
- ❖ 50 g de pimiento verde
- ❖ 1 diente de ajo
- ❖ 50 g de pan
- ❖ Aceite de oliva virgen extra
- ❖ 500 ml de agua
- ❖ Unas gotas de vinagre

### INGREDIENCIE:

- 500 g zrelých paradajok
- 200 g uhoriek
- 200 g červenej papriky
- 200 g cibule
- 50 g zelenej papriky
- 1 strúčik cesnaku
- 50 g chleba
- olivový olej
- 500 ml vody
- pár kvapiek vínneho octu

### ELABORACIÓN

Cortamos los tomates, 150 g de pepino, 150 g de pimiento rojo, 150 g de cebolla, el pan y el ajo. Los ponemos en un bol junto con el agua. Tritúramoslo todo y pásamoslo por el colador chino. Añadimos aceite de oliva virgen extra y vinagre al gusto mientras seguimos batiendo con la batidora. Picamos el pimiento verde, el resto de pimiento rojo, el pepino y la cebolla. Servimos el gazpacho bien frío, acompañado del picadillo de verduras

### *PRÍPRAVA*

*Nakrájame paradajky, 150 g uhoriek, 150 g červenej papriky, 150 g cibule, chlieb a cesnak. Všetko dáme spolu do misky a zalejeme vodou. Ponorným mixérom všetko rozmixujeme. Do zmesi pridáme olivový olej a pár kvapiek vínneho octu a všetko mixérom premiešame. Polievku dáme zchladiť do chladničky. Dobře vychladenú polievku podávame spolu so zelenou paprikou, zvyšokom červenej papriky, uhorky a cibule, ktorú sme si nakrájali na drobné kúsky.*

## Porra Antequerana

## Porra Antequerana



### INGREDIENTES:

- ❖ 1 Kg de tomates maduros,
- ❖ 500 gr de pan duro,
- ❖ 1 diente de ajo,
- ❖ 2 huevos cocidos,
- ❖ 100 gr de jamón en tacos,
- ❖ 50 ml de aceite de oliva virgen extra
- ❖ sal.

### INGREDIENCIE:

- 1kg zrelých paradajok
- 500 gr chleba
- strúčik cesnaku
- 2 uvarené vajcia
- 100 gr šunky
- 50 ml olivového oleja
- soľ

### ELABORACIÓN

Como primero pelamos los tomates y quitamos la parte más dura. Luego los troceamos y los trituramos bien junto con el diente de ajo. Después añadimos el pan en trozos y lo trituramos bien hasta que quede bien y bastante espeso. Añadimos el aceite y trituramos un poco más antes de pasarlo por el chino. Sazonamos, mezclamos y dejamos enfriar. Lo servimos con lo típico, huevo cocido y jamón.

### PRÍPRAVA

*Ako prvé zbavíme paradajky šupky a necháme len ich tvrdú časť. Paradajky nakrájame na menšie kúsky a spolu s cesnakom rozmixujeme na menšie kúsky. Neskôr pridáme chlieb nakrájaný na kúsky a opätovne rozmixujeme pokiaľ nezískame homogénnu zmes. Pridáme olej a opätovne rozmixujeme. Osolíme, pomiešame a necháme zchladiť. Polievku servírujeme ozdobenú uvareným vajcom a kúskami šunky .*

## Crema de aguacate con salmón

### Avokádový krém s lososom



#### INGREDIENTES:

- ❖ 3/4 lt. de caldo de Pollo
- ❖ 2 lonchas de salmón ahumado
- ❖ 2 aguacates
- ❖ 1 puerro
- ❖ 1 tomate
- ❖ Zumo de limón
- ❖ Perejil

#### INGREDIENCIE:

- 3/4 litra kuracieho vývaru
- 2 ks údeného lososa
- 2 avokáda
- 1 pór
- 1 paradajka
- šťava z citróna
- petržlen

#### ELABORACIÓN

Limpiamos el puerro y córtamoslo en dados minúsculos. Rehógamoslo en un poco de aceite. Fuera del fuego, añadimos los aguacates troceados y el Caldo de Pollo. Tritúramoslo, añadimos pimienta y aromatizamoslo con el perejil y el zumo del limón. Pelamos el tomate y pícamoslo. Cortamos el salmón en tiras finas y acompañamos la crema con estos tropezones. Servimos fría.

#### *PRÍPRAVA*

*Očistíme pór a následne ho nakrájame na menšie kúsky. Opečieme ho na kvapke olivového oleja. Pridáme na kúsky nakrájané avokádo a kurací vývar. Pomixujeme, pridáme korenie, nasekaný petržlen a šťavu z citróna opätovne rozmixujeme. Pridáme očistené a nakrájané paradajky. Nakrájame zaúdeného lososa , ktorým polievku dozdobíme. Polievku podávame chladenú.*

# PLATOS PRINCIPALES

## HLAVNÉ JEDLÁ

- Pulpo encebollado  
(Chobotnica na cibulke)
- Mejillones a la marinera  
( Mušle v omáčke )
- Rape a la malagueña  
(Morský čert na malagský spôsob)
- Bacalao al horno  
(Pečená treska)
- Cuscús de salmón  
(Kuskus s lososom)
- Merluza al horno  
( Pečená štika)
- Merluza con salsa de langostinos y mostaza  
(Štika s horčicovo- krevetovou omáčkou)
- Espagueti con salmón y gambas  
(Špagety s lososom a krevetami)

- Macarrones a la crema con bacalao y setas  
(Makaróny s omáčkou z tresky a húb)
- Risotto con sepia  
(Rizoto so sépiou)
- Paella marinera  
(Paella)
- Arroz negro con lamgostinos  
(Čierna ryža s krevetami)

## Pulpo encebollado

## Chobotnica na cibul'ke



### INGREDIENTES

- ❖ 600 gr pulpo cocido
- ❖ 2 cebollas
- ❖ 2 dientes ajo
- ❖ 1/2 vaso aceite de oliva
- ❖ 1 vaso vino blanco
- ❖ 1 cucharada pimentón dulce
- ❖ 1 pizca sal

### INGREDIENCIE

- 600 gr uvarenej chobotnice
- 2 cibule
- 2 strúčiky cesnaku
- 1/2 pohára olivového oleja
- pohár bieleho vína
- lyžica sladkej papriky
- štipka soli

### CÓMO COCINAR EL PULPO ?

Lavamos en pulpo en abundante agua fría., Córtamosle la cabeza y eliminamos ojos y "pico" ó boca. Ponemos a hervir abundante agua en una olla, sin sal. Cuando comience a hervir, introducimos el pulpo y dejamos cocer a fuego moderado durante 15 a 20 minutos, con la olla .Transcurrido este tiempo, apagamos el fuego y dejamos reposar unos 15 minutos dentro del agua de cocción. Para comprobar si está cocido al punto, pinchamos con un palillo en la parte más gruesa de alguna de sus patas.

### ELABORACIÓN:

Cortamos el pulpo ya cocido en rodajas finas, de unos 5 mm más o menos. Picamos el ajo pelado y la cebolla .Calentamos una sartén con el aceite de oliva y añadimos el ajo. Dejamos que se dore bien e incorporamos la cebolla picada. Rehogamos durante unos minutos a fuego lento, hasta que comience a dorarse. Agregamos el pulpo troceado y el pimentón dulce, mezclando bien. Evitamos que se queme el pimentón y moja con el vino blanco. Dejmos a reducir unos segundos.Añadimos sal gruesa al gusto y sirve muy caliente.



## *AKO UVARIŤ CHOBOTNICU ?*

*Chobotnicu umyjeme v studenej vode. Odrežeme jej hlavu, odstránime oči. Do hrnca dáme zovrieť neosolenú vodu . Keď začne vriieť pridáme do vody chobotnicu a na miernom ohni varíme 15- 20 minút. Po 20 minútach, odstavíme hrniec z ohňa a chobotnicu necháme 15 minút odstáť v horúcej vode. Na zistenie , či je chobotnica spravená použijeme špáradlo , ktorým pichneme do najhrubšej časti chápadla chobotnice.*

## **PRÍPRAVA**

*Uvarenú chobotnicu si nakrájame na tenké kolieska. Na malé kocky si nakrájame aj cibuľu a cesnak. Na panvici zohrejeme olivový olej, do ktorého pridáme nakrájaný cesnak a necháme ho opražiť , kým nezhnedne. Následne pridáme cibuľu, ktorú taktiež opražíme na miernom ohni. Keď cibuľka zhnedne, pridáme chobotnicu, sladkú papriku a dobre premiešame. Pridáme biele víno, ktoré necháme trošku vypariť. Zmes osolíme a teplé jedlo podávame.*

# Mejillones a la marinera

## Mušle s omáčkou



### INGREDIENTES:

- ❖ 2 kilos de mejillones
- ❖ Un tomate
- ❖ Una cebolla
- ❖ Un diente de ajo
- ❖ Una hoja de laurel
- ❖ Media taza de vino blanco
- ❖ Una cucharadita de pimentón dulce
- ❖ Una cucharadita de harina de maíz
- ❖ Sal, pimienta y aceite de oliva

### INGREDIENCIE

- 2 kilá mušlí
- paradajka
- cibuľa
- strúčik cesnaku
- bobkový list
- ½ pohára bieleho vína
- lyžička červenej sladkej pariky
- lyžička škrobu
- soľ, koreníe, olivový olej

### ELABORACIÓN

En primer lugar, limpiamos los mejillones, colócamolos en un recipiente, introducimoslos en el microondas a la máxima potencia para que se abran durante unos cinco minutos. Cuando ya se hayan abierto, cuellamos el líquido que han soltado y resévalo para después.. Para preparar la salsa, cogemos una sartén y añadimosle un poco de aceite de oliva, la cebolla y el ajo picados y rehógamoslo todo durante unos cinco minutos. Luego añadimos el tomate pelado y picado en dados. Añadimos la harina de maíz y removemos para que no aparezcan grumos. Finalmente, echamos el pimentón fuera del fuego para que no se queme, el vaso de vino, el caldo que habían soltado los mejillones y el laurel y dejamos que todo se cueza a fuego lento durante unos diez minutos para que la salsa se espese un poco. Cuando la salsa esté hecha, añadimos los mejillones y déjamoslos cocerse durante unos cinco minutos más. Cuando estén hechos, espolvoréamoslos con perejil .

### PRÍPRAVA

*Očistíme mušle, vložíme ich na pár minút do mikrovlnky na najvyšší stupeň, aby sa otvorili. Keď sa otvoria zlejeme tekutinu z nich a odložíme ju na neskôr. Na prípravu omáčky, na panvici zohrejeme olivový olej, opražíme nakrájanú cibuľu a cesnak. Pridáme olúpanú a na kúsky nakrájanú paradajku, pridáme škrobovú múčku a miešame tak, aby nezostali hrčky. Pridáme pariku, pohár vína , vývar z mušlí, bobkový list a pár minút necháme dusiť . Keď je omáčka hotová , pridáme do nej mušle a 5 minút necháme variť. Podávame posypané nasekaným petržlenom.*

## Rape a la malagueña

### Morský Čert na malagský spôsob



#### INGREDIENTES:

- ❖ 1 kg. de rape
- ❖ 1 bote de Sofrito de Tomate y Cebolla
- ❖ 12 almendras
- ❖ 2 rebanadas de pan
- ❖ 2 dientes de ajo
- ❖ Azafrán
- ❖ Perejil

#### INGREDIENCIE

- 1kg morského čerta
- konzerva paradajok s cibuľou
- 12 mandlí
- 2 krajce chleba
- 2 strúčiky cesnaku
- šafrán
- petržlen

#### ELABORACIÓN

Freímos el rape en una sartén con muy poco aceite; retirámoslo y reservamos. Añadimos a la sartén un poco más de aceite y freímos los ajos y las almendras. Cuando empiecen a dorarse, agregamos las rebanadas de pan y freímoslas por ambos lados. Pongámoslo todo en el mortero y machácamoslo hasta obtener una pasta.

Ponemos un poco más de aceite, rehogamos el Sofrito de Tomate y Cebolla a Trozos y déjámoslo cocer, a fuego suave, unos 5 minutos. Añadimos unas hebras de azafrán y la picada de almendras. Cocinamos todo junto unos minutos. Ponemos el rape en una fuente de horno, por encima ponemos la salsa y espolvorámoslo con un poco de perejil picado. Calentamos en el horno unos minutos antes de servirlo.

#### PRÍPRAVA

*Na panvici na olivovom oleji opožime kúsky morského čerta. Opečeného morského čerta vyberieme z panvice a necháme odležať na tanieri. Na panvicu pridáme olej, na ktorom opožime cesnak a mandle,. Keď zhnednú pridáme krajce chleba, ktoré opečieme z oboch strán. Všetko spolu vložíme do mixéru a mixujeme, kým nedosiahneme tuhú zmes. Na panvicu si dáme pár kvapiek oleja, na ktorom zohrejeme zmes paradajok a cibule. Zmes necháme variť na miernom ohni približne 5 minút, pridáme šafrán a nadrvené mandle. Všetko spolu povaríme. Na plech do rúry poukladáme morského čerta, polejeme ho omáčkou a posypeme nasekaným petržlenom. Pár minút zohrejeme v rúre a podávame*

# Bacalao al horno

## Pečená treska



### INGREDIENTES:

- ❖ 4 lomos de bacalao fresco
- ❖ 4 patatas medianas
- ❖ 2 cebollas medianas
- ❖ 4 cdas de aceite de oliva virgen extra
- ❖ 1 cdita de pimentón dulce
- ❖ Vaso de caldo de pollo
- ❖ 2 dientes de ajo
- ❖ 2 cdas de vinagre de vino blanco

### INGREDIENCIE

- 4 filety tresky
- 4 stredné zemiaky
- 4 stredné cibule
- 4 lyžice olivového oleja
- 1 lyžička sladkej papriky
- pohár kuracieho vývaru
- 2 strúčiky cesnaku
- 2 lyžice bieleho vína a vínneho octu

### ELABORACIÓN

Cortamos los ajos y las cebollas en láminas finas y las patatas en láminas medianas. En una fuente de horno echamos 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra, cubrimos el fondo de la fuente con patatas y ponemos sobre estas las láminas de cebolla y el bacalao. Ponemos un vaso de caldo de pollo. Horneamos durante 20 minutos a 170°. Mezclamos el aceite de oliva y los ajos cortados en láminas muy finas, el pimentón, el vino blanco y el vinagre. Repartimos bien la salsa y horneamos 7 minutos más a 200°C.

### PRÍPRAVA

*Na malé kúsky si nakrájame cesnak. Cibul'u a zemiaky si nakrájame na stredné kolieska a poukladáme ich na dno pekáča, ktoré sme pokvapkali dvoma lyžicami olivového oleja .na cibul'u uložíme kúsky tresky a podlejeme kuracím vývarom. Pečieme 20 minút pri teplote 170 C. V miske si zatiaľ zmiešaním olivového oleja, nakkrájaného cesnaku, sladkej papriky, bieleho vína a vínneho octu vytvoríme omáčku, ktoru následne polejeme tresku a pečieme ďalších 7 minút pri teplote 200 C.*

## Cuscús de salmón

### Kuskus s lososom



#### INGREDIENTES:

- ❖ 300 g de salmón fresco
- ❖ 300 g de cuscús precocido
- ❖ 1 pizca de pimienta negra
- ❖ 1 pizca de orégano seco
- ❖ 50 g de pistachos
- ❖ 3 cucharadas de aceite de oliva
- ❖ 1 tomate maduro
- ❖ 1 zanahoria
- ❖ 1 calabacín
- ❖ 4 chalotes

#### INGREDIENCIE

- 300 gr lososa
- 300 gr uvareného kuskusu
- čierne koreníe
- oregáno
- 50 gr, pistácií
- 3 lyžice olivového oleja
- paradajka
- mrkva
- cuketa
- 4 šalotky

#### ELABORACIÓN

Cortamos en dados pequeños la zanahoria, el calabacín y los chalotes. Salteamos las verduras en una sartén con una cucharada de aceite de oliva; deben quedar un punto crudas. Añadimos pimienta al gusto. Pelamos el tomate, retiramosle las semillas y cortamoslo en daditos. Hervimos el cuscús en una olla con agua, tal como se indica en el paquete. En una sartén con una cucharada de aceite de oliva, salteamos el salmón cortado en dados y sin la piel. Mezclamos el cuscús con el salmón y las verduras cortadas, añadimos una cucharada de aceite de oliva, el orégano, los pistachos y salpimienta. Servimos en platos individuales.

#### PRÍPRAVA

Mrkvu, cuketu a šalotku si nakrájame na menšie kúsky. Nakrájanú zeleninu následne osolíme a opečieme do chrumkava na lyžici olivového oleja. Zeleninu okoreníme. Očistíme paradajky. Pripravíme si vopred uvarený kuskus. Na panvici na olivovom oleji opečieme lososa. Opečeného lososa zmiešame s kuskusom a opečenou zeleninou. Polejeme olivovým olejom, posypeme oregánom, nadrvenými pistáciami a zmesou soli a koreníe.

## Merluza al horno

### Pečená štika



#### INGREDIENTES

- ❖ 450 g de filetes de merluza
- ❖ 1 cebolla
- ❖ Taza de caldo de pollo
- ❖ 1 taza de pan rallado
- ❖ 2 cucharadas de aceite de oliva
- ❖ Perejil picado
- ❖ Pimienta

#### INGREDIENCIE

450 gr filiet zo šťuky  
cibuľa  
kurací vývar  
1 šálka strúhanky  
2 lyžice olivového oleja  
nasekaná petržlenová vňat'  
korenie

#### ELABORACIÓN

Pelamos la cebolla y pícamosla bien fina. Ponemos la merluza en una bandeja con el aceite de oliva, cúbrimosla con la cebolla picada y añadimos por encima el caldo. Mezclamos el pan rallado con el perejil picado bien fino. A continuación, cubrimos los filetes con la mezcla de pan rallado y perejil. Añadimos un poco de pimienta recién molida e introducimos la bandeja en el horno. Dejamos que el pescado se cueza durante 20 minutos a 180 °C. hasta que coja un color dorado.

#### PRÍPRAVA

*Cibuľu ošúpeme a nakrájame na malé kúsky. Spodok pripraveného pekáča pokvapkáme olivovým olejom a pokryjeme cibuľou. Na cibuľku položíme filety šťuky obalené v zmesi strúhanky a petržlenovej vňate. Podlejeme kuracím vývarom a vložíme do rúry. Rúru predhrejeme na 180 C po dobu 20 minút, pokiaľ štika nezahnedne.*

## *Merluza con salsa de langostinos y mostaza* *Štuka s horčicovo- krevetovou omáčkou*



### INGREDIENTES

- ❖ 150 gr. de lomos de merluza
- ❖ 2 cebolletas picadas
- ❖ 1 chorrito de brandy
- ❖ 1/2 dl. de vino blanco
- ❖ 1/2 cucharada de mantequilla
- ❖ 250 ml. de caldo de pescado
- ❖ 200 grs. Langostinos
- ❖ 100 gr.de queso de untar natural
- ❖ 1 cucharada de mostaza de Dijon
- ❖ 1/2 dl.de aceite de oliva

### INGREDIENCIE

- 150 gr štuky
- 2 nakrájané cibule
- 1/2 dcl brandy
- 1/2 dcl bieleho vína
- 1/2 lyžice masla
- 250 ml rybacieho vývaru
- 200 gr kreviet
- 100 gr syra
- 1 lyžica dižonskej horčice
- 1/2 dl olivového oleja

### ELABORACIÓN

Ponemos el pescado en una fuente de horno. Pelamos los langostinos y los reservamos .Freímos en aceite con mantequilla las pieles de los langostinos y añadimoslas en el caldo de pescado. Sofríe en el aceite con mantequilla anterior la cebolla picadita y añadimos brandy y vino y dejamos que evapore el alcohol.

Incorporamos el queso, la mostaza y, al final, el caldo de pescado Blanca colado, consiguiendo la consistencia deseada. Cubrimos el pescado con la salsa y por encima los langostinos pelados. Horneamos en el horno a 190° durante 10 minutos.

### PRÍPRAVA

*Umyté filety štuky vložíme do pekáča. Následne očistíme krevety. Na oleji s maslom opožíme očistené krevety a postupne pridávame rybací vývar. Na oleji s maslom taktiež opožíme nakrájanú cibulku, do ktorej pridáme brandy a víno. Varíme pokiaľ sa nevyparí alkohol. Do omáčky postupne pridáme syr, horčicu a nakoniec rybací vývar, pokiaľ nedosiahneme želatnú konzistenciu. Pripravenú štuku pokryjeme omáčkou a očistenými krevetami. Pečieme v predohriatej rúre na 190 C dobu 10 minút.*

## Espaguetí con salmón y gambas

## Špagety s lososom a krevetami



### INGREDIENTES

- ❖ 400 g de espaguetis
- ❖ 100 g salmón
- ❖ 50 g de gambas cocidas
- ❖ 1 puerro
- ❖ 200 g de queso para untar
- ❖ 6 cdas. de aceite de oliva
- ❖ 2 cdas. de eneldo picado
- ❖ 200 g de salmón

### INGREDIENCIE

- 400 gr špagiet
- 100 gr lososa
- 50 gr uvarených kreviet
- 1 pór
- 200 gr syra
- 6 lyžíc olivového oleja
- 2 lyžice nasekaného kôpru
- 200 gr lososa

### ELABORACIÓN

Picamos el puerro muy fino. Ponemos un chorro de aceite de oliva en una sartén y pochamos el puerro. Cuando empiece a tomar color, añadimos las gambas y removemos. Cortamos el salmón en dados pequeños, lo más regulares posible. En la misma sartén donde has pochado el puerro, salteamos el salmón. Añadimos la terrina de queso y el eneldo y removemos bien. Déjamoslo cocer a fuego medio, removiendo de vez en cuando, mientras espesa. Mientras, en una olla con agua abundante y sal, ponemos a hervir la pasta.. Cuando la pasta está al dente, escúrrimosla bien y mezclamosla con la salsa de queso, salmón y puerro´.

### PRÍPRAVA

Pór si nasekáme na malé kúsky a opražíme na kvapke olivového oleja. Keď pór začne chytať farbu, pridáme krevety a premiešame. Lososa si nakrájame na malé kúsky a v rovnakej panvici ako sme opekali pór opražíme aj lososa. Zmiešame syr s kôprom a varíme na miernom ohni. Zmes miešame pokiaľ nez hustne. Medzitým si v hrnci v osolenej vode uvaríme špagety. Keď sú špagety hotové zmiešame ich s omáčkou zo syra, lososom, pórom a krevetami. Podávame teplé.



## *Macarrones a la crema con bacalao y setas* *Makaróny s omáčkou z tresky a húb*



### **INGREDIENTES**

- ❖ 500 gr. de macarrones
- ❖ 400 cl. de crema de leche
- ❖ 300 gr. de setas variadas, limpias y troceadas
- ❖ 300 gr. de bacalao
- ❖ 1 diente de ajo picado
- ❖ Aceite de oliva

### ***INGREDIENCIE***

- 500 gr makarónov
- 400cl smotany
- 300gr očistených húb
- 300 gr tresky
- 1 strúčik cesnaku
- olivový olej

### **ELABORACIÓN**

Hervimos los macarrones . Ecurimos y rociamos con un poco de aceite. Mientras, colocamos una sartén al fuego con 3 o 4 cucharadas de aceite y el ajo. Cuando empieza a dorarse, añadimos las setas y salteamoslas unos minutos. Incorporamos el bacalao, cortado a trozos pequeños. Salteamoslo todo junto .Añadimos la crema de leche, y dejamos reducir unos minutos. Agregmos a la mezcla anterior a los macarrones. Removemos bien y rectificamos de sazón.

### ***PRÍPRAVA***

*Makaróny uvaríme vo vriacej vode. Uvarené makaróny polejeme kvapkou oleja. Medzitým si na panvici na miernom ohni zohrejeme olej, na ktorom opražíme cesnak. Keď cesnak začne hnednúť, pridáme huby, premiešame a opekáme pár minút. Pridáme na malé kúsky nakrájaného lososa. Všetko spolu premiešame. Pridáme smotanu a pár minút varíme . Uvarenou zmesou polejeme makaróny. Premiešame a ak je potrebné dochutíme.*

*Risotto con sepiá*  
*Rízoto so sépiou*



**INGREDIENTES**

- ❖ 300 g de sepia
- ❖ 300 g de arroz
- ❖ caldo de pollo
- ❖ 1 chalota
- ❖ Perejil
- ❖ Pimienta

***INGREDIENCIE***

- 300 gr sépie
- 300 gr ryže
- kurací vývar
- 1 šalotka
- petržlenová vňať
- koreníe

**ELABORACIÓN**

Limpiamos la sepia, lávamosla bien con agua y córtamosla en trozos. Pelamos y picamos finamente la chalota. Rehogamos las chalotas y añadimos la sepia y cocinamos la mezcla durante 10 minutos. Añadimos el arroz y el caldo de pollo. Cocinamos poco a poco, dejando que el arroz vaya absorbiéndolo. Después de la cocción, espolvoreamos con un poco de perejil fresco y pimienta. Servimos caliente.

***PRÍPRAVA***

*Očistenú a umytú sépiu si nakrájame na menšie kúsky. Na drobné kúsky si taktiež nakrájame šalotku, ktorú opražíme na olivovom oleji. K šalotke pridáme sépiu a spolu varíme ďalších 10 minút. K zmesi pridáme ryžu, ktorú zalejeme kuracím vývarom. Varíme na miernom ohni pokiaľ ryža neabsorbuje vývar. Vzniknuté rizoto okoreníme a dozdobíme petržlenovou vňaťou. Podávame teplé.*

# Paella marinera

## Paella



### INGREDIENTES

- ❖ Tomate
- ❖ Caldo de pescado
- ❖ 400 gramos de arroz de grano redondo
- ❖ 250 Gramos de gambas
- ❖ 300 Gramos de Calamares
- ❖ 400 Gramos de Mejillones y almejas
- ❖ Langostinos
- ❖ rosada o rape
- ❖ 1 Cebolla
- ❖ 2 Dientes de Ajo
- ❖ 100 Gramos de Guisantes
- ❖ Aceite de oliva
- ❖ Azafrán
- ❖ 1 Pizca de Sal
- ❖ Limón para decorar

### INGREDIENCIE

paradajky  
rybací vývar  
400 g guľatej ryže  
250 g kreviet  
250 g kalamárov  
400 g mušlí  
langusty  
morský čert  
cibuľa  
2 srúčky cesnaku  
100 g hrášku  
olivový olej  
šafrán  
štipka soli  
citrón ako dekorácia

### ELABORACIÓN

En la paellera ponemos el aceite de oliva, cuando el aceite esté caliente, sofríe la cebolla, el ajo, el tomate, guisantes y una pizca de sal. Pasado el tiempo, añadimos los calamares y todo el pescado y marisco.y rehógalos durante 10 minutos. Incorporamos el caldo de pescado y dejamos a hervir. Como lo último añadimos sal, pimienta, colorante y el arroz y lo cocinamos en la paellera. Cuando el arroz casi esté listo , incorporamos almejas y mejillones ya cocidas y lo cocinamos 5-10 minutos.

### PRÍPRAVA

Na paelleri rozpálime olivový olej, opražíme cibuľu, paradajky, hrášok so štipkou soli. Postupne pridávame kalamáre a všetky ryby a morské plody a 10 minút opečieme. Pridáme rybací vývar a necháme zovrieť. Ako posledné pridáme soľ, koreníe, šafrán a ryžu a uvaríme . Keď je ryža takmer hotová, pridáme vopred uvarené mušle a varíme ďalších 5-10 minút.

## Arroz negro con langostinos Čierna ryža s krevetami



### INGREDIENTES

- ❖ 1,5 litros de Caldo Casero
- ❖ 1/2 kg de rape cortado en trozos
- ❖ 600 gr de arroz
- ❖ 3 dientes de ajo
- ❖ 12 almejas
- ❖ 6 langostinos
- ❖ 2 calamares
- ❖ 2 cebolletas
- ❖ 2 tomates

### INGREDIENCIE

- 1,5 l vývaru
- ½ kg morkého čerta
- 600 gr ryže
- 3 strúčiky cesanku
- 12 mušlí
- 6 veľkých kreviet
- 2 kalamáre
- 2 jarné cibuľky
- 2 paradajky

### ELABORACIÓN

Limpiamos bien los calamares y diluye las bolsas de tinta en una tacita con un poco de agua con sal. Salteamos los calamares troceados en una cazuela con un poco de aceite durante unos minutos. Añadimos la cebolleta y el ajo picados.

Incorporamos el tomate cortado a trozos y rehógamoslo. Agregamos el arroz, removemos durante unos 3 minutos y ponemos todo el pescado y el marisco. Por último, echamos el caldo (un poco más del doble de la medida del arroz) y la tinta.

Dejamos cocer de 25 a 30 minutos.

### PRÍPRAVA

Očistené kalamáre opožíme na panvici na troche olivového oleja. Pridáme jarnú cibuľku, nakrájaný cesnak a na kúsky nakrájané paradajky. Popožíme a do zmesi pridáme ryžu. Premiešame, dusíme 3 minúty a pridáme morské plody, ryby. Ako posledné pridáme vývar. Necháme variť 25 až 30 minút.

# ENSALADAS

## ŠALÁTY

- Ensalada de camarón con rape y pasas  
(Krevetový šalát s morským čertom a hrozienkami)
- Ensalada Pipirrana de atún  
(Tuniakovy Šalát Pipirrana )
- Ensalada malagueña con bacalao , naranja y patatas  
(Malagský šalát s treskou, pomaranCom a zemiakmi)
- Ensaladilla rusa con langostinos  
(Ruský šalát s krevetami)

## Ensalada de camarón con rape y pasas

### Krevetový šalát s morským čertom a hrozienkami



#### INGREDIENTES:

- ❖ Escarola
- ❖ Rúcola
- ❖ Veinte colas de camarón peladas
- ❖ Cubos de rape
- ❖ Pasas sultanas
- ❖ Piñones
- ❖ Alcaparras
- ❖ Queso manchego en cubos
- Para el aliño:**
- ❖ Tres cucharadas de aceite de oliva virgen
- ❖ Dos cucharadas de miel
- ❖ Una cucharada de vinagre de Módena
- ❖ Sal

#### INGREDIENCIE

- čakanka
- rúkola
- 20 očistených kreviet
- kúsky morského čerta
- hrozienka
- píniové orechy
- kapary
- syr manchego
- Na zálievku**
- 3 lyžice olivového oleja
- 2 lyžice medu
- lyžica vínneho octu
- soľ

#### ELABORACIÓN:

Tostamos los piñones en un sartén, y por otro lado iremos preparando el aliño a fuego bajo. En otro sartén, iremos salteando los camarones y los cubos de rape. Ya que el aliño esta listo, agregamos a este los piñones tostados y las pasas. Después, en un recipiente colocamos la escarola, rúcola y radiccio, agregamos los camarones, rape, cubos de queso y alcaparras. Finalmente vertemos el aliño y podemos servir.

#### PRÍPRAVA

Na panvici zohrejeme olivový olej, na ktorom opražíme píniové oriešky, zároveň si pripravíme dressing zmiešaním olivového oleja, medu, vínneho octu a soli. Keď je dressing hotový pridáme doň opražené píniové oriešky a hrozienka. Na ďalšej panvici dusíme krevety s kúskami morského čerta. V miske zmiešame čakanku, rukolu, primiešame krevety, morského čerta, kúsky syra a kapary. Zmes zalejeme dressingom a podávame .

## Ensalada Pipirrana de atún

### Tuniakovy Šalát Pipirrana



#### INGREDIENTES

- ❖ 3 tomates maduros
- ❖ 1 diente de ajo
- ❖ 1 pimiento verde
- ❖ 1 cebolla
- ❖ 1 huevo
- ❖ Sal
- ❖ pimienta
- ❖ 2 cdas. De aceite de oliva
- ❖ 2 cdas de vinagre de jerez
- ❖ cebollino
- ❖ 1 lata de atún

#### INGREDIENCIE

- 3 zrelé paradajky
- strúčik cesnaku
- zelená paprika
- cibuľa
- 1 vajce
- soľ
- korenie
- 2 lyžice olivového oleja
- 2 lyžice vínneho octu
- pažitka
- 1 konzerva tuniaka

#### ELABORACIÓN

Cocemos huevo en agua con sal, 10 minutos. Dejamos enfriarlo y lo cortamos en dados. Troceamos los tomates, pimiento y cebolla en dados. Ajo también picamos. Juntamos los huevos, los tomates, pimientos, cebolla, ajo y el atún previamente escurrido y aliñamos. Añadimos el cebollino picado.

#### PRÍPRAVA

*Vo vriacej vode uvaríme vajce, uvarené ho necháme vychladnúť a nakrájame na menšie kúsky. Paradajky, papriku a cibuľu si taktiež nakrájame na menšie kúsky. Všetko spolu zmiešame, pridáme nakrájaný cesnak a konzervu tuniaka. Vzniknutý šalát polejeme olivovým olejom a vínnym octom. Na dozdobenie pridáme nadrobno nakrájanú pažitku.*

# Ensalada malagueña con bacalao, naranja y patata

## Malagský šalát s treskou, pomarančom a zemiakmi



### INGREDIENTES

- ❖ 200 g de lomo de bacalao desalado
- ❖ 2 Naranjas
- ❖ 1 Cebolleta
- ❖ 2 Patatas
- ❖ 1 bote de aceitunas negras
- ❖ Aceite de oliva virgen extra
- ❖ Sal
- ❖ Pimienta

### INGREDIENCIE

- 200 g odsolenej tresky
- 2 pomaranče
- pažitka
- 2 zemiaky
- plechovka čiernych olív
- olivový olej
- soľ
- korenie

### ELABORACIÓN

Lo primero que tenemos que hacer es, después de tener 200 g de lomo de bacalao desalado a remojo durante toda una noche, escurrirlo y cortarlo con cuidado en dados no muy grandes. A continuación, lavamos y pelamos 2 naranjas y las cortamos en gajos. Picamos un ramillete de cebollino y una cebolleta con la parte verde. Cortamos 2 patatas previamente lavadas y cocidas con su piel en rodajas. Mezclamos el bacalao, la naranja, la cebolleta y un bote de aceitunas negras en un bol. Servimos una capa de patatas en la base del plato y encima colocamos la ensalada de bacalao, salpimentamos y regamos con aceite de oliva virgen extra.

### PRÍPRAVA

Deň pred prípravou šalátu necháme 200 g odsolenej tresky odstáť vo vode. Na druhý deň tresku nakrájame na menšie kúsky. Následne si umyjeme a očistíme 2 pomaranče, ktoré taktiež nakrájame na menšie kúsky. Nakrájame si aj dopredu v šupke uvarené zemiaky. Následne v miske zmiešame tresku, pomaranče, nasekanú pažitku a čierne olivy. Šalát servírujeme tak, že na kolíčka nakrájané zemiaky uložíme zmes šalátu a pokvapkáme olivovým olejom.



# Ensaladilla rusa con langostinos

## Ruský šalát s krevetami



### INGREDIENTES

- ❖ 5 patatas
- ❖ 2 huevos
- ❖ 2 zanahorias
- ❖ 1 bote de guisantes
- ❖ 1 bote de aceitunas
- ❖ 2 tomates
- ❖ Aceite
- ❖ Sal
- ❖ Vinagre
- ❖ 12 langostinos

### INGREDIENCIE

- 5 zemiakov
- 2 vajcia
- 2 mrkvy
- 1 plechovka hrášku
- 1 plechovka olív
- 2 paradajky
- olej
- soľ
- vínny ocot
- 12 kreviet

### ELABORACIÓN

En primer lugar, ponemos a cocer las patatas con piel en agua con una pizca de sal. Cuando estén hechas, las sacamos, pelamos, picamos y reservamos. En otra cacerola más pequeña, ponemos 2 huevos a cocer. Los dejamos 10 minutos al fuego, refrescamos, pelamos y picamos finamente. Añadimos a las patatas. Como último cocinamos las zanahorias que tenemos peladas y cortadas en dados. Luego picamos el resto de los ingredientes: los dos tomates, los guisantes, las aceitunas. Cuando lo tengamos todo listo, lo añadimos al bol con las patatas, los huevos y la zanahoria y mezclamos bien. Añadimos mayonesa y mezclamos bien. Preparamos los langostinos a la sartén momentos antes de emplatar y servir. En un sartén con un poco de aceite y sal, doramos y sacamos.

### PRÍPRAVA

*Ako prvé si dáme do osolenej vriacej vody variť zemiaky v šupke. Keď sú uvarené a vychladnuté, očistíme ich a nakrájame. V ďalšom hrnci uvaríme 2 vajcia, ktoré si po uvarení nakrájame na malé kúsky a pridáme ich k zemiakom. Ako posledné uvaríme mrkvu, ktorú sme ošúpali a nakrájali na malé kocky. Keď je mrkva hotová, nakrájame paradajky, olivy a spolu s hráškom pridáme k zemiakom. K zmesi dodáme majonézu a všetko dobre premiešame. Krevety si s cesnakom opražíme na oleji tesne pred podávaním.*

# POSTRES

## *DEZERTY*

- *Flan casero*  
*(Flan)*
- *Churros*  
*(Churros)*

# Flan casero

## Flan



### **INGREDIENTES**

- ❖ 1 litro de leche
- ❖ 8 huevos
- ❖ 150 gramos de azúcar
- ❖ Esencia de vainilla a gusto
- ❖ Caramelo preparado con 100 gramos de azúcar  
g cukru

### **INGREDIENCIE**

*liter mlieka  
8 vajec  
150 g cukru  
vanilková esencia  
karamel pripravený zo 100*

### **ELABORACIÓN**

Hervimos la leche con el azúcar y revolvemos hasta que se disuelva. Dejamos a enfriar hasta que esté ligeramente tibia. En una batidora batimos los huevos con unas gotas de esencia de vainilla. Cuando el batido está listo, incorporamos la leche, mezclamos y colamos. Cubrimos el fondo y los bordes del molde con caramelo derretido, volcamos la mezcla dentro de la flanera y colocamos a baño de María en una fuente de horno. Cocinamos durante 50 ó 55 minutos. Dejamos enfriar y desmoldar. Servimos acompañado con dulce de leche, con crema batida o hilos de caramelo.

### **PRÍPRAVA**

*Dáme variť mlieko s cukrom, pokiaľ sa cukor nerozpustí. Následne necháme vychladnúť. Pokiaľ zmes chladne v mixéri rozmixujeme vajcia s vanilkovou esenciou, do ktorej neskôr pridáme mlieko s cukrom. Pripravenú formu pokryjeme pripraveným karamelom, na ktorý nalejeme zmes a dáme piecť do predhriatej rúry na 50-55 minút. Necháme vychladnúť a vyberieme z formy. Servírujeme s kondenzovaným mliekom, so šľahačkou alebo karamelom.*

# Churros

# Churros



## INGREDIENTES

- ❖ 150 ml de leche
- ❖ 250 ml de agua
- ❖ 250 g de harina
- ❖ 1 pizca de sal
- ❖ Azúcar
- ❖ aceite para freír

## INGREDIENCIE

- 150 ml mlieka
- 250 ml vody
- 250 g múky
- štipka soli
- cukor
- olej na vyprážanie

## ELABORACIÓN

Mezclamos primero los líquidos y luego incorporamos los sólidos. Ponemos todo en una cacerola a fuego moderado y esperamos a que tome consistencia sólida. Apenas retiramos del fuego, en una mesada limpia y con la ayuda de un palo, amasamos y volvemos a hacer una bola. Se debe hacer este proceso tres veces. Dividimos en doce bolitas y tomamos forma de churros. Ponemos al fuego moderado una olla con aceite que logre cubrir los churros y cocinamoslos hasta que tomen color tostado. Pasamoslos por azúcar .

## PRÍPRAVA

*Ako prvé si v hrnci zmiešame všetky tekuté ingrediencie. Postupne pridávame sypké ingrediencie a dáme zohriať na miernom ohni, pokiaľ zmes nezíska tuhú konzistenciu. Túto zmes následne rozdelíme na 12 kopčekov, z ktorých tvarujeme churros. Na panvicu vylejeme olej na vyprážanie, ktorý musí byť v dostatočnom množstve, aby v ňom churros plávali. Keď je olej zohriaty churros vyprážame, kým nezhendú. Hotové churros posypeme cukrom a podávame s čokoládou .*

# **SLOVENSKO-ŠPANIELSKO-ANGLICKÝ GASTRONOMICKÝ SLOVNÍK**

## ***Spôsoby úpravy jedla – Modos de cocinar- Types of cooking***

<i>Dusiť</i>	<i>estofar</i>	<i>stew</i>
<i>Grilovať</i>	<i>asar a la parilla</i>	<i>grill</i>
<i>Opiecť narýchlo</i>	<i>sofreír</i>	<i>roast quickly</i>
<i>Piecť</i>	<i>asar</i>	<i>roast</i>
<i>Piecť v rúre</i>	<i>hornear</i>	<i>roast in an oven</i>
<i>Piecť na panvici</i>	<i>asar a la plancha</i>	<i>roast on a pan</i>
<i>Variť</i>	<i>cocinar</i>	<i>cook</i>
<i>Variť na pare</i>	<i>cocinar al vapor</i>	<i>steam</i>
<i>Variť vo vode</i>	<i>cocer</i>	<i>boil</i>
<i>Vysmázať</i>	<i>freír</i>	<i>fry</i>
<i>Údiť</i>	<i>ahumar</i>	<i>smoke</i>
<i>Zapekať</i>	<i>dorar</i>	<i>roast</i>
<i>Zavárať</i>	<i>esterilizar</i>	<i>conserve</i>



## **Činnosti v kuchyni – actividades en la cocina- activities in the kitchen**

<i>Miešať</i>	<i>mezclar</i>	<i>stir</i>
<i>Nakrájať na kocky</i>	<i>cortar en dados</i>	<i>dice meat</i>
<i>Namočiť</i>	<i>remojar</i>	<i>dip</i>
<i>Naklepať</i>	<i>machacar</i>	<i>tenderize</i>
<i>Nasekať</i>	<i>picar</i>	<i>chop</i>
<i>Nastrúhať</i>	<i>rallar</i>	<i>grate</i>
<i>Obaliť</i>	<i>rebozar</i>	<i>coat</i>
<i>Obaliť v strúhanke</i>	<i>empanar</i>	<i>bread crumb</i>
<i>Ochutiť</i>	<i>sazonar</i>	<i>flavour</i>
<i>Okoreniť</i>	<i>condimentar</i>	<i>season/spice</i>
<i>Ošúpať</i>	<i>pelar</i>	<i>peel</i>
<i>Precediť</i>	<i>colar</i>	<i>sieve</i>
<i>Rozmixovať</i>		<i>mix / liquidize</i>
<i>Zomlieť</i>	<i>moler</i>	<i>grind</i>



## ***Koreniny – Especies - Condiments***

<b><i>Bazalka</i></b>	<b><i>albahaca</i></b>	<b><i>basil</i></b>
<b><i>Bobkový list</i></b>	<b><i>hoja de laurel</i></b>	<b><i>bay leaf</i></b>
<b><i>Čierne korenie</i></b>	<b><i>pimienta negra</i></b>	<b><i>black pepper</i></b>
<b><i>Čili korenie</i></b>	<b><i>pimienta chilli</i></b>	<b><i>chilli pepper</i></b>
<b><i>Klinčeky</i></b>	<b><i>clavo de olor</i></b>	<b><i>cloves</i></b>
<b><i>Majorán</i></b>	<b><i>mayorana</i></b>	<b><i>majoram</i></b>
<b><i>Muškatový oriešok</i></b>	<b><i>nuez moscada</i></b>	<b><i>nutmeg</i></b>
<b><i>Mäta</i></b>	<b><i>menta</i></b>	<b><i>mint</i></b>
<b><i>Oregáno</i></b>	<b><i>orégano</i></b>	<b><i>oregano</i></b>
<b><i>Paprika sladká</i></b>	<b><i>pimentón dulce</i></b>	<b><i>sweet pepper</i></b>
<b><i>Paprika štiplavá</i></b>	<b><i>pimentón picante</i></b>	<b><i>hot pepper</i></b>
<b><i>Petržlenová vňať</i></b>	<b><i>perejil picado</i></b>	<b><i>flat-leaf parsley</i></b>
<b><i>Rasca</i></b>	<b><i>comino</i></b>	<b><i>caraway</i></b>
<b><i>Rozmarín</i></b>	<b><i>rosmarin</i></b>	<b><i>rosemary</i></b>
<b><i>Soľ</i></b>	<b><i>sal</i></b>	<b><i>salt</i></b>
<b><i>Šafrán</i></b>	<b><i>azafrán</i></b>	<b><i>saffron</i></b>
<b><i>Škorica</i></b>	<b><i>canela</i></b>	<b><i>cinnamon</i></b>
<b><i>Tymian</i></b>	<b><i>tomillo</i></b>	<b><i>thymw</i></b>
<b><i>Vanilka</i></b>	<b><i>vainililla</i></b>	<b><i>vanilla</i></b>



## Ovocie – Fruta - Fruit

<i>Ananás</i>	<i>piña</i>	<i>pineapple</i>
<i>Banán</i>	<i>plátano</i>	<i>banana</i>
<i>Broskyňa</i>	<i>melocotón</i>	<i>peach</i>
<i>Brusnice</i>	<i>arándanos agrios</i>	<i>cranberry</i>
<i>Citrón</i>	<i>limón</i>	<i>lemon</i>
<i>Čerešňa</i>	<i>cereza</i>	<i>cherry</i>
<i>Čučoriedky</i>	<i>arándano</i>	<i>bilberries</i>
<i>Figa</i>	<i>higo</i>	<i>fig</i>
<i>Grep</i>	<i>pomelo</i>	<i>grapefruit</i>
<i>Granátové jablko</i>	<i>manzana granate</i>	<i>pomegranate</i>
<i>Hrozno</i>	<i>uva</i>	<i>grapes</i>
<i>Hruška</i>	<i>pera</i>	<i>pear</i>
<i>Jablko</i>	<i>manzana</i>	<i>apple</i>
<i>Jahoda</i>	<i>fresa</i>	<i>strawberry</i>
<i>Kiwi</i>	<i>kivi</i>	<i>kiwi</i>
<i>Kokos</i>	<i>coco</i>	<i>coconut</i>
<i>Lesné plody</i>	<i>frutas del bosque</i>	<i>forest fruit</i>
<i>Maliny</i>	<i>frambuesa</i>	<i>raspberries</i>
<i>Mandarinka</i>	<i>mandarina</i>	<i>tangerine</i>
<i>Mango</i>	<i>mango</i>	<i>mango</i>
<i>Marhuľa</i>	<i>albaricoque</i>	<i>apricot</i>
<i>Melón vodový</i>	<i>sandía</i>	<i>watermelon</i>
<i>Melón cukrový</i>	<i>melón</i>	<i>cantaloupe</i>
<i>Nektarinka</i>	<i>nectarina</i>	<i>nectarine</i>
<i>Pomaranč</i>	<i>naranja</i>	<i>orange</i>
<i>Pomelo</i>	<i>pomelo</i>	<i>pomelo</i>
<i>Ríbezle</i>	<i>grosella</i>	<i>currant</i>
<i>Slivka</i>	<i>ciruela</i>	<i>plum</i>





## *Zelenina – Verdura – Vegetables*

<i>Avokádo</i>	<i>aguacate</i>	<i>avocado</i>
<i>Baklažán</i>	<i>berenjena</i>	<i>eggplant</i>
<i>Brokolica</i>	<i>brócoli</i>	<i>brocoli</i>
<i>Cesnak</i>	<i>ajo</i>	<i>garlic</i>
<i>Cibul'a</i>	<i>cebolla</i>	<i>onion</i>
<i>Cvikla</i>	<i>remolacha</i>	<i>beet</i>
<i>Cuketa</i>	<i>calabacín</i>	<i>zucchini</i>
<i>Hlávkový šalát</i>	<i>lechuga</i>	<i>lettuce</i>
<i>Chren</i>	<i>rábano picante</i>	<i>horseradish</i>
<i>Kaleráb</i>	<i>colinabo</i>	<i>horseradish</i>
<i>Karfiol</i>	<i>coliflor</i>	<i>cauliflower</i>
<i>Kapusta</i>	<i>col</i>	<i>cabbage</i>
<i>Kukurica</i>	<i>maíz</i>	<i>corn</i>
<i>Mrkva</i>	<i>zanahoria</i>	<i>carrot</i>
<i>Oliva</i>	<i>aceitunas</i>	<i>olive</i>
<i>Paprika</i>	<i>pimiento</i>	<i>pepper</i>
<i>Paradajka</i>	<i>tomate</i>	<i>tomato</i>
<i>Pažitka</i>	<i>cebollino</i>	<i>chives</i>
<i>Petržlen</i>	<i>perejil</i>	<i>parsley</i>
<i>Pór</i>	<i>puerro</i>	<i>leek</i>
<i>Red'kovka</i>	<i>rábano</i>	<i>radish</i>
<i>Rukola</i>	<i>rúcola</i>	<i>rucola</i>
<i>Šampiňóny</i>	<i>champiñones</i>	<i>champignons</i>
<i>Špargľa</i>	<i>espárrago</i>	<i>asparagus</i>
<i>Špenát</i>	<i>espinacas</i>	<i>spinach</i>
<i>Tekvica</i>	<i>calabaza</i>	<i>pumpkin</i>
<i>Uhorka</i>	<i>pepino</i>	<i>cucumber</i>
<i>Zázvor</i>	<i>jengibre</i>	<i>ginger</i>
<i>Zeler</i>	<i>apio</i>	<i>celery</i>
<i>Zemiaky</i>	<i>patatas</i>	<i>potatoes</i>



## ***Strukoviny – Legumbres - Legumes***

***Bôb***

***Cícer***

***Fazul'a***

***Zelená fazul'ka***

***Hrach***

***Šošovica***

***haba***

***garbanzo***

***frijoles***

***judías verdes***

***guisantes***

***lenteja***

***broad bean***

***chickpea***

***bean***

***green bean***

***pea***

***lentil***



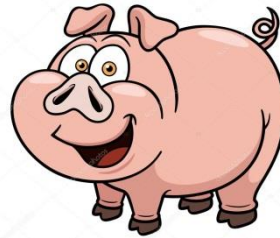
## **Mäso – Carne - Meat**

<b>Bravčové mäso</b>	<b>carne de cerdo</b>	<b>pork</b>
<b>Bifteč</b>	<b>bistec</b>	<b>beefsteak</b>
<b>Divina</b>	<b>carne de caza</b>	<b>game</b>
<b>Hovädzie mäso</b>	<b>carne de vaca</b>	<b>beef</b>
<b>Hus</b>	<b>ganso</b>	<b>goose</b>
<b>Hydina</b>	<b>carne de aves</b>	<b>poultry</b>
<b>Chudé mäso</b>	<b>carne magra</b>	<b>lean meat</b>
<b>Jahňacina</b>	<b>carne de cordero</b>	<b>lamb</b>
<b>Kačica</b>	<b>pato</b>	<b>duck</b>
<b>Klobása</b>	<b>chorizo</b>	<b>sausage</b>
<b>Kurča</b>	<b>pollo</b>	<b>chicken</b>
<b>Mleté mäso</b>	<b>carne picado</b>	<b>mincemeat</b>
<b>Mäso</b>	<b>carne</b>	<b>meat</b>
<b>Mäsové knedličky</b>	<b>albóndigas</b>	<b>meatballs</b>
<b>Moriak</b>	<b>pavo</b>	<b>turkey</b>
<b>Párky</b>	<b>salchichas</b>	<b>frankfurters</b>
<b>Pečeň-</b>	<b>hígado</b>	<b>liver / roast beef</b>
<b>Rezeň</b>	<b>filete /escalope</b>	<b>cutlet / schnitzel</b>
<b>Saláma</b>	<b>salchichón</b>	<b>salami</b>
<b>Slanina</b>	<b>tocino</b>	<b>bacon</b>
<b>Sliepka</b>	<b>gallina</b>	<b>chicken</b>
<b>Šunka</b>	<b>jamón</b>	<b>ham</b>
<b>Ťelacie</b>	<b>carne de ternera</b>	<b>veal</b>
<b>Tučné mäso</b>	<b>carne con grasa</b>	<b>fatty meat</b>



**Časti bravčového mäsa - Partes de carne de cerdo –Parts of  
pork meat**

<i>Bôčik</i>	<i>panceta</i>	<i>belly pork / flich</i>
<i>Chvostík</i>	<i>rabo</i>	<i>tail</i>
<i>Karé</i>	<i>chuleta</i>	<i>chop</i>
<i>Kolienko</i>	<i>codillo</i>	<i>pork knuckle</i>
<i>Krkovička</i>	<i>aguja</i>	<i>pork neck</i>
<i>Lalok</i>	<i>papada</i>	<i>pork lobe</i>
<i>Paprčky</i>	<i>manitas</i>	<i>pettitoes</i>
<i>Pliecko</i>	<i>paleta</i>	<i>pork shoulder</i>
<i>Stehno</i>	<i>jamón</i>	<i>round</i>
<i>Sviečková</i>	<i>solomillo</i>	<i>tenderloin</i>



**Časti hovädzieho mäsa– Partes de carne de vaca- Parts  
of beef meat**

<i>Bôčik</i>	<i>falda</i>	<i>flank</i>
<i>Chvost</i>	<i>rabo</i>	<i>oxtail</i>
<i>Krkovička</i>	<i>aguja</i>	<i>neck</i>
<i>Nízka roštenka</i>	<i>lomo bajo</i>	<i>short loin</i>
<i>Plece</i>	<i>espaldilla</i>	<i>chuck</i>
<i>Stehno</i>	<i>cadera de vaca</i>	<i>round</i>
<i>Sviečková</i>	<i>solomillo</i>	<i>tenderloin</i>
<i>Vysoká roštenka</i>	<i>lomo alto</i>	<i>rib</i>



## ***Ryby a mořské plody – Pescado y mariscos –***

### ***Fish and seafood***

<b><i>Chobotnica</i></b>	<b><i>pulpo</i></b>	<b><i>octopus</i></b>
<b><i>Homár</i></b>	<b><i>bogavante</i></b>	<b><i>lobster</i></b>
<b><i>Kalamár</i></b>	<b><i>calamar</i></b>	<b><i>calamari</i></b>
<b><i>Kapor</i></b>	<b><i>carpa</i></b>	<b><i>carp</i></b>
<b><i>Kreveta</i></b>	<b><i>gamba</i></b>	<b><i>prawn</i></b>
<b><i>Krab</i></b>	<b><i>cangrejo</i></b>	<b><i>crab</i></b>
<b><i>Losos</i></b>	<b><i>salmón</i></b>	<b><i>salmon</i></b>
<b><i>Makrela</i></b>	<b><i>caballa</i></b>	<b><i>mackerel</i></b>
<b><i>Morský čert</i></b>	<b><i>rape</i></b>	<b><i>monkfish</i></b>
<b><i>Morský jazyk</i></b>	<b><i>lenguado</i></b>	<b><i>sole</i></b>
<b><i>Pražma</i></b>	<b><i>brema</i></b>	<b><i>sea bream</i></b>
<b><i>Pstruh</i></b>	<b><i>trucha</i></b>	<b><i>trout</i></b>
<b><i>Sardinka</i></b>	<b><i>sardina</i></b>	<b><i>sardine</i></b>
<b><i>Sleď</i></b>	<b><i>arenque</i></b>	<b><i>herring</i></b>
<b><i>Slávka</i></b>	<b><i>mejillones</i></b>	<b><i>mussel</i></b>
<b><i>Štuka</i></b>	<b><i>lucio</i></b>	<b><i>pike</i></b>
<b><i>Treska</i></b>	<b><i>bacalao</i></b>	<b><i>cod</i></b>
<b><i>Treska(druh)</i></b>	<b><i>merluza</i></b>	<b><i>haddock</i></b>
<b><i>Tuniak</i></b>	<b><i>atún</i></b>	<b><i>tuna</i></b>
<b><i>Ustrica</i></b>	<b><i>ostra</i></b>	<b><i>oyster</i></b>
<b><i>Žralok</i></b>	<b><i>tiburón</i></b>	<b><i>shark</i></b>



## ***Mliečne výrobky- Productos lácteos - Dairy products***

<b><i>Jogurt</i></b>	<b><i>yogur</i></b>	<b><i>yoghurt</i></b>
<b><i>Maslo</i></b>	<b><i>mantequilla</i></b>	<b><i>butter</i></b>
<b><i>Mlieko</i></b>	<b><i>leche</i></b>	<b><i>milk</i></b>
<b><i>Mlieko plnotučné</i></b>	<b><i>leche entera</i></b>	<b><i>whole milk</i></b>
<b><i>Mlieko polotučné</i></b>	<b><i>leche semidesnatada</i></b>	<b><i>semi – skimmed milk</i></b>
<b><i>Mlieko odtučnené</i></b>	<b><i>leche desnatada</i></b>	<b><i>skim milk</i></b>
<b><i>Smotana</i></b>	<b><i>crema</i></b>	<b><i>cream</i></b>
<b><i>Syr</i></b>	<b><i>queso</i></b>	<b><i>cheese</i></b>
<b><i>Tvaroh</i></b>	<b><i>requesón</i></b>	<b><i>cottage cheese</i></b>
<b><i>Vajce</i></b>	<b><i>huevo</i></b>	<b><i>egg</i></b>
<b><i>Bielok</i></b>	<b><i>clara</i></b>	<b><i>egg white</i></b>
<b><i>Žltok</i></b>	<b><i>yema</i></b>	<b><i>egg yolk</i></b>



## ***Múčne výrobky – Productos de harina -***

<b><i>Buchta</i></b>	<b><i>bollo</i></b>	<b><i>bun</i></b>
<b><i>Cestoviny</i></b>	<b><i>pasta</i></b>	<b><i>pasta</i></b>
<b><i>Chlieb</i></b>	<b><i>pan</i></b>	<b><i>bread</i></b>
<b><i>Celozrnný chlieb</i></b>	<b><i>pan integral</i></b>	<b><i>whole wheat bread</i></b>
<b><i>Múka</i></b>	<b><i>harina</i></b>	<b><i>flour</i></b>
<b><i>Rezance</i></b>	<b><i>fideos</i></b>	<b><i>noodle</i></b>
<b><i>Rožok</i></b>	<b><i>panecillo</i></b>	<b><i>roll</i></b>
<b><i>Strúhanka</i></b>	<b><i>pan rallado</i></b>	<b><i>breadcrumbs</i></b>
<b><i>Špagety</i></b>	<b><i>espaguetis</i></b>	<b><i>spaghetti</i></b>



## ***Nápoje – Bebidas - Drinks***

<b><i>Alkoholické nápoje</i></b>	<b><i>bebidas alcohólicas</i></b>	<b><i>alcoholic drinks</i></b>
<b><i>Čaj</i></b>	<b><i>té</i></b>	<b><i>tea</i></b>
<b><i>Džús</i></b>	<b><i>zumo</i></b>	<b><i>juice</i></b>
<b><i>Káva</i></b>	<b><i>café</i></b>	<b><i>coffe</i></b>
<b><i>Káva s mliekom</i></b>	<b><i>café con leche</i></b>	<b><i>coffee with milk</i></b>
<b><i>Koktejl</i></b>	<b><i>coctél</i></b>	<b><i>cocktail</i></b>
<b><i>Nealkoholické nápoje</i></b>	<b><i>bebidas sin alcohol</i></b>	<b><i>soft drinks</i></b>
<b><i>Pivo</i></b>	<b><i>cerveza</i></b>	<b><i>beer</i></b>
<b><i>Pivo fľaškové</i></b>	<b><i>cerveza de botella</i></b>	<b><i>bottled beer</i></b>
<b><i>Pivo čapované</i></b>	<b><i>cerveza de barril</i></b>	<b><i>draught beer</i></b>
<b><i>Slamka</i></b>	<b><i>pajita</i></b>	<b><i>drinking straw</i></b>
<b><i>Víno</i></b>	<b><i>vino</i></b>	<b><i>wine</i></b>
<b><i>Víno biele</i></b>	<b><i>vino blanco</i></b>	<b><i>white wine</i></b>
<b><i>Víno červené</i></b>	<b><i>vino tinto</i></b>	<b><i>red wine</i></b>
<b><i>Víno ružové</i></b>	<b><i>vino rosado</i></b>	<b><i>rosé wine</i></b>
<b><i>Voda</i></b>	<b><i>agua</i></b>	<b><i>water</i></b>
<b><i>Voda minerálna</i></b>	<b><i>agua mineral</i></b>	<b><i>mineral water</i></b>
<b><i>Voda nesýtená</i></b>	<b><i>agua sin gas</i></b>	<b><i>still water</i></b>
<b><i>Voda sýtená</i></b>	<b><i>agua con gas</i></b>	<b><i>sparkling water</i></b>



## ***Kuchynský riad – Utensilios de cocina- Kitchenware***

<b><i>Cedník</i></b>	<b><i>escurridor</i></b>	<b><i>colander</i></b>
<b><i>Hrniec</i></b>	<b><i>olla, cazuela</i></b>	<b><i>cooking pot</i></b>
<b><i>Chladnička</i></b>	<b><i>nevera</i></b>	<b><i>fridge</i></b>
<b><i>Lievik</i></b>	<b><i>embudo</i></b>	<b><i>funnel</i></b>
<b><i>Lyžica</i></b>	<b><i>cuchara</i></b>	<b><i>spoon</i></b>
<b><i>Lyžička</i></b>	<b><i>cucharilla</i></b>	<b><i>teaspoon</i></b>
<b><i>Miska</i></b>	<b><i>bol, cuenco</i></b>	<b><i>bowl</i></b>
<b><i>Mixér</i></b>	<b><i>batidora</i></b>	<b><i>mixer</i></b>
<b><i>Mraznička</i></b>	<b><i>congelador</i></b>	<b><i>freezer</i></b>
<b><i>Naberačka</i></b>	<b><i>cucharón</i></b>	<b><i>ladle</i></b>
<b><i>Nôž</i></b>	<b><i>cuchillo</i></b>	<b><i>knife</i></b>
<b><i>Otvárač na konzervy</i></b>	<b><i>abrelatas</i></b>	<b><i>tin - opener</i></b>
<b><i>Otvárač na víno</i></b>	<b><i>sacacorchos</i></b>	<b><i>corkscrew</i></b>
<b><i>Panvica</i></b>	<b><i>satrén</i></b>	<b><i>frying pan</i></b>
<b><i>Pekáč</i></b>	<b><i>cacerola</i></b>	<b><i>roasting pan</i></b>
<b><i>Pohár</i></b>	<b><i>vaso</i></b>	<b><i>glass</i></b>
<b><i>Pohár na víno</i></b>	<b><i>copa</i></b>	<b><i>wine glass</i></b>
<b><i>Pokrievka</i></b>	<b><i>cubierta</i></b>	<b><i>pot lid</i></b>
<b><i>Príbor</i></b>	<b><i>cubirtos</i></b>	<b><i>cutlery</i></b>
<b><i>Rúra</i></b>	<b><i>horno</i></b>	<b><i>oven</i></b>
<b><i>Sitko</i></b>	<b><i>colador</i></b>	<b><i>sieve</i></b>
<b><i>Strúhadlo</i></b>	<b><i>rallador</i></b>	<b><i>grater</i></b>
<b><i>Škrabka</i></b>	<b><i>pelador</i></b>	<b><i>peeler</i></b>
<b><i>Tanier</i></b>	<b><i>plato</i></b>	<b><i>plate</i></b>
<b><i>Tanier dezertný</i></b>	<b><i>plato de postre</i></b>	<b><i>dessert plate</i></b>
<b><i>Tanier hlboký</i></b>	<b><i>plato hondo</i></b>	<b><i>soup plate</i></b>
<b><i>Tanier plytký</i></b>	<b><i>plato llano</i></b>	<b><i>dinner plate</i></b>
<b><i>Valček</i></b>	<b><i>rodillo</i></b>	<b><i>rolling pin</i></b>
<b><i>Varecha</i></b>	<b><i>cuchara de madera</i></b>	<b><i>wooden spoon</i></b>
<b><i>Vydlička</i></b>	<b><i>tenedor</i></b>	<b><i>fork</i></b>





## ***V reštaurácii – En el restaurante – In a restaurant***

<b><i>Časník</i></b>	<b><i>camarero</i></b>	<b><i>waiter</i></b>
<b><i>Dezert</i></b>	<b><i>postre</i></b>	<b><i>dessert</i></b>
<b><i>Chod</i></b>	<b><i>plato</i></b>	<b><i>course</i></b>
<b><i>Prvý chod</i></b>	<b><i>primer plato</i></b>	<b><i>first course</i></b>
<b><i>Druhý chod</i></b>	<b><i>segundo plato</i></b>	<b><i>second course</i></b>
<b><i>Jedálny lístok</i></b>	<b><i>carta</i></b>	<b><i>menu</i></b>
<b><i>Obed</i></b>	<b><i>almuerzo</i></b>	<b><i>dinner</i></b>
<b><i>Objednať</i></b>	<b><i>ordenar</i></b>	<b><i>order</i></b>
<b><i>Odporučiť</i></b>	<b><i>recomendar</i></b>	<b><i>recommend</i></b>
<b><i>Polievka</i></b>	<b><i>sopa</i></b>	<b><i>soup</i></b>
<b><i>Platiť</i></b>	<b><i>pagar</i></b>	<b><i>pay</i></b>
<b><i>Platiť v hotovosti</i></b>	<b><i>pagar en efectivo</i></b>	<b><i>pay in cash</i></b>
<b><i>Platiť kartou</i></b>	<b><i>pagar con tarjeta</i></b>	<b><i>pay by credit card</i></b>
<b><i>Poradiť</i></b>	<b><i>aconsejar</i></b>	<b><i>advise</i></b>
<b><i>Predjedlo</i></b>	<b><i>entremés</i></b>	<b><i>starter</i></b>
<b><i>Raňajky</i></b>	<b><i>desayuno</i></b>	<b><i>breakfest</i></b>
<b><i>Servítka</i></b>	<b><i>servilleta</i></b>	<b><i>napkin</i></b>
<b><i>Sprepité</i></b>	<b><i>propina</i></b>	<b><i>tip</i></b>
<b><i>Stôl</i></b>	<b><i>mesa</i></b>	<b><i>table</i></b>
<b><i>Šalát</i></b>	<b><i>ensalada</i></b>	<b><i>salad</i></b>
<b><i>Večera</i></b>	<b><i>cena</i></b>	<b><i>supper</i></b>
<b><i>Účet</i></b>	<b><i>cuenta</i></b>	<b><i>bill</i></b>



## **Použité obrázky**

[https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/6e9ac1737153850c64371bb52d423227bac1e2dc\\_r600\\_400\\_framed\\_5.jpg](https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/6e9ac1737153850c64371bb52d423227bac1e2dc_r600_400_framed_5.jpg)

<https://www.hostelerialalamanca.es/fotos/14610834132.jpg>

<https://eastofmalaga.files.wordpress.com/2012/07/alhama-de-granada-053.jpg>

<https://cocina-casera.com/wp-content/uploads/2017/07/croquetas.jpg>

[https://i.ytimg.com/vi/U-7vr\\_6lYZk/maxresdefault.jpg](https://i.ytimg.com/vi/U-7vr_6lYZk/maxresdefault.jpg)

[https://t1.uc.ltmcndn.com/images/o/8/8/img\\_como\\_hacer\\_una\\_tortilla\\_de\\_bacalao\\_5880\\_600.jpg](https://t1.uc.ltmcndn.com/images/o/8/8/img_como_hacer_una_tortilla_de_bacalao_5880_600.jpg)

[https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/6d2cc66d3aa2cdb7c9a84e1717556c3b43f763c3\\_r900\\_480\\_2.jpg](https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/6d2cc66d3aa2cdb7c9a84e1717556c3b43f763c3_r900_480_2.jpg)

<https://devourmalagafoodtours.com/wpcontent/uploads/2015/05/GAZPACHUEL O.jpg>

[http://www.mindmegette.hu/images/102/O/113784\\_gazpachoo2-201510171233.jpg](http://www.mindmegette.hu/images/102/O/113784_gazpachoo2-201510171233.jpg)

<https://inlandandaluciablog.files.wordpress.com/2014/09/porra-antequerana-andalucian-inland-dish-4.jpg?w=440>

[https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/4e8c94de9e93c1f25ea49a4207dff89f57e8818b\\_r900\\_480\\_2.jpg](https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/4e8c94de9e93c1f25ea49a4207dff89f57e8818b_r900_480_2.jpg)

<https://img.saboresdehoy.com/receta/531/pulpo-encebollado.jpg>

<http://facefood.es/wp-content/uploads/2012/09/una-receta-de-mejillones-a-la-marinera-para-chuparse-los-dedos-1-jpg1.jpg>

[https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/b66a452adddd307cb9b518ea9e2bb8451b8d2f2\\_r900\\_480\\_2.jpg](https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/b66a452adddd307cb9b518ea9e2bb8451b8d2f2_r900_480_2.jpg)

<http://elcocinero casero.com/imagen/receta/1000/1000/2015-10-15-18-21/bacalao-al-horno-con-patatas-panadera.jpeg>

[https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/1283cb6285881085d371172cc7273dd5aefd35f\\_r900\\_480\\_2.jpg](https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/1283cb6285881085d371172cc7273dd5aefd35f_r900_480_2.jpg)

<http://merluzahorno.com/img/filetes-de-merluza-al-horno-708.jpg>

[https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/ef245d69c166d8526b3c43bb8689ba01fa916621\\_r900\\_480\\_2.jpg](https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/ef245d69c166d8526b3c43bb8689ba01fa916621_r900_480_2.jpg)

[https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/a477714c194d03222eb9ea97e77803f903358676\\_r900\\_480\\_2.jpg](https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/a477714c194d03222eb9ea97e77803f903358676_r900_480_2.jpg)

[https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/e19b194a56d8fc691a50c18560d4941862b2168b\\_r900\\_480\\_2.jpg](https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/e19b194a56d8fc691a50c18560d4941862b2168b_r900_480_2.jpg)

[https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/142a9433cbe18f7a036263a6be8ffb09d084d07f\\_r900\\_480\\_2.jpg](https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/142a9433cbe18f7a036263a6be8ffb09d084d07f_r900_480_2.jpg)

<http://uniquevideos.net/wp-content/uploads/2015/10/54.jpg>

[https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/edd34d1ea7a917eee715498461946045db49ba08\\_r900\\_480\\_2.jpg](https://www.gallinablanca.es/files/thumbs/edd34d1ea7a917eee715498461946045db49ba08_r900_480_2.jpg)

<http://recetasfaciles.co/wp-content/uploads/2012/04/ensalada-gambas-1.jpg>

<http://www.spanish-food.org/images/vegeta-pipirrana.jpg>

<http://canalcocina.es/medias/cache/zoom-18a96de1285038cf36224f9191f904b6-920-518.jpg>

[https://www.lacocinadealimerka.com/web/uploads/recetas/.thumbs/ensaladillarsa\\_2\\_e7efcb.jpg](https://www.lacocinadealimerka.com/web/uploads/recetas/.thumbs/ensaladillarsa_2_e7efcb.jpg)  
[https://www.hogaruniversal.com/sites/default/files/recetas/flansitio\\_o.png](https://www.hogaruniversal.com/sites/default/files/recetas/flansitio_o.png)  
<http://images-gmi-pmc.edge-generalmills.com/77bc3b7a-7b97-46dd-8dcb-523c40824892.jpg>

