

Hokaidový krém s tempehem a kroupami



Ingredience na 10 porcí

HOKAIDOVÝ KRÉM

hokkaido dýně – 3000 g

černá hořčice – 13 g

pepř mletý – 5 g

sůl – 13 g

slunečnicový olej – 50 g

PEČENÁ ČERVENÁ ŘEPA

řepa, syrová – 750 g

kmín celý – 13 g

sůl – g

slunečnicový olej – g

TEMPEH

tempeh – 475 g

slunečnicový olej – g

KROUPY

ječné kroupy – 700 g

sůl – 13 g

Hokaidový krém

Na rozpáleném oleji smažíme hořčičná semínka, dokud nezačnou pukat, přidáme očištěnou a na kostky nakrájenou dýni hokkaido, osmažíme do měkka. Osolíme, okořeníme a podlijeme vodou. Vaříme na mírném plamenu. Po úplném rozvaření tyčovým mixérem rozmixujeme na hladký krém.

Pečená červená řepa

Na hranolky nakrájenou řepu dáme na plech, smícháme s celým kmínem, solí a olejem. Pečeme při 200 °C asi 30 minut.

Tempeh

Tempeh nakrájený na kostky krátce opečeme na pánvi.

Kroupy

Ječné kroupy propláchneme, zalijeme vodou v poměru 1 : 2, přidáme lžičku soli a vaříme pomalu na mírném ohni, dokud se voda nevypaří.

Servírování

Krém podáváme s tempehem, kroupami a pečenou řepou.