Zapečená cuketa s cibulí, rajčaty a feta sýrem podle Hanky Kaslové

https://varimesmarcelou.cz/zeleninova-jidla-vc-vegetarianskych/zapecena-cuketa-s-cibuli-rajcaty-a-feta-syrem-podle-hanky-kaslove.html

Recept na zapečenou cuketu s cibulí, rajčaty a feta sýrem mám od Hanky už téměř 30 let a pravidelně každé léto recept několikrát připravuji. Oblíbil si ji můj manžel i můj bratr. Příprava je snadná a přesto, že v pokrmu není přítomno žádné maso, je mimořádně chutný.

Na přípravu 4 porcí zapečené cukety s cibulí, rajčaty a feta sýrem budeme potřebovat

(množství je orientační na 2 vrstvy, budeme-li chtít pokrm s vyšším počtem vrstev či strávníků, suroviny přidáme)

- 800 g cukety i se slupkou nakrájené na kolečka cca 1 cm silná
- 300 g rajčat nakrájených na kolečka 5 mm silná
- 2 velké cibule nakrájené na kolečka (půlkolečka)
- 150 g sýru feta (lze i balkánský sýr)
- Olivový olej na potření koleček cuket
- Sůl na posolení koleček cuket
- Lístky tymiánu ze dvou větviček
- 2 polévkové lžíce oleje na smažení cibule
- 30 g uzeného špeku nakrájeného na kostičky (lez vynechat, ale v pokrmu je chutný)
- 1 čajovou lžičku oregana
- Zapékací misku o průměru 20 cm
- Tuk na vymazání misky
- Strouhanku na vysypání zapékací misky

Kolečka cuket pečeme na 210 °C po dobu 30 minut

Navrstvený pokrm zapékáme na 210 °C rovněž po dobu 30 minut

Postup přípravy zapečené cukety s cibulí, rajčaty a feta sýrem

Kolečka cukety nasolíme z obou stran a vložíme je do cedníku.

Solí nešetříme, jde nám o to, aby cukety pustily co nejvíce tekutiny. Část soli odvede pryč tekutina z cuket a zbytek setřeme papírovou utěrkou. Pokrm nebude přesolený.

Cedník položíme na hrnec, aby tekutina mohla volně odtékat. Necháme ji svému osudu klidně hodinu. Sami uvidíte, kolik tekutiny z cukety odteče. Kdybychom nenechali cuketu „vyplakat“, pokrm by byl příliš vlhký, až vodnatý a to já nemám moc ráda.

Dejte nakrájené cuketě čas, aby se pomocí soli zbavila přebytečné tekutiny.

Zapékací misku vytřeme tukem, použila jsem sádlo, a vysypeme strouhankou. Na plech položíme

papír na pečení a zapneme si troubu na 210 °C.

Vyplakaná kolečka cuket osušíme papírovou utěrkou a rozložíme je na papír na pečení. Kolečka pokapeme olivovým olejem a posypeme lístky tymiánu.



Kolečka cuket s olivovým olejem a lístky tymiánu
Zdroj: Marcela Hackerová

Plech s cuketou vložíme doprostřed vyhřáté trouby na 210 °C a necháme ji péct 30 minut. Na část pečení lze zapnout i horkovzduch.

Na dobu mezi pečením cukety a zapékáním pokrmu troubu nevypínáme. Vrstvení pokrmu před zapečením trvá krátce.

Nyní si usmažíme cibuli.

Do pánve nalijeme 2 polévkové lžíce oleje a necháme ho zahřívat. Kdo chce, může do pánve přidat pár kostiček uzeného špeku. Když je olej horký, přidáme kolečka či půlkolečka cibule a zvolna ji smažíme 20–25 minut.

Slovo zvolna je důležité, protože cibule se nesmí připalovat ani hnědnout, jen zlátnout.



Usmažená cibule s kostičkami špeku
Zdroj: Marcela Hackerová

Po usmažení musí mít sladkou chuť a tu získá jen mírným a pozvolným opékáním na tuku. Samozřejmě musíme cibuli občas promíchat a hlídat, aby získala tu správnou barvu i chuť.

Cibuli smažte do zlatova pomalu, nespěchejte, zůstane tak sladká.

Cuketu máme upečenou a cibuli usmaženou, tak přistoupíme k vrstvení surovin do zapékací misky.

Na dno položíme polovinu upečené cukety, na cuketu rovnoměrně rozložíme polovinu usmažené cibule, na cibuli polovinu koleček rajčat. Rajčata zasypeme polovinou nadrobeného sýru feta (nebo balkánského sýra). Sýr posypeme oregánem.



Skládání jednotlivých vrstev surovin
Zdroj: Marcela Hackerová

Zbytek surovin navrstvíme do zapékací misky stejným způsobem tak, že vždy končíme nadrobeným sýrem feta a lehkým posypem oregana.

Naplněnou misku vložíme do vyhřáté trouby, kterou jsme po upečení cuket nevypnuli, a pečeme 30 minut. Řeknu vám, kuchyní se line úžasná vůně pokrmu, navoněná bylinkami.

Hotový pokrm lze podávat s bramborami, s chlebem či pečivem nebo jen tak. Je výborný i studený, jako předkrm nebo příloha ke grilovanému masu.