Domácí zeleninový bujón

https://www.varimesmarcelou.cz/zavarovani-konzervovani-nakladani/domaci-zeleninovy-bujon.html

V červenci a srpnu bývá zelenina nejlevnější, a pokud vám roste doma na zahradě, mám pro vás TIP. Připravte si svůj domácí zeleninový bujón. Příprava netrvá dlouho, potom stačí jen otevřít mrazák a během několika minut máte připravený zeleninový bujón.

Na přípravu 28-30 kostek (5,0 x 3,0 x 1,5 cm) zeleninového bujónu budeme potřebovat:

celkem 900 g zeleniny v tomto složení

- 1 větší oloupanou bramboru
- 2 velké oloupané mrkve
- ½ velké oloupané cibule
- 1 středně velkou neoloupanou cuketu (nebo 2 menší)
- 2 stonky řapíkatého celeru
- 50 g očištěné bulvy celeru

Výše uvedené suroviny jsem použila já. Vy si ale zvolte druhy zeleniny podle vlastního uvážení a možností. Musíte jen dodržet celkovou hmotnost 900 gramů.

Dále použijeme:

- 1 polévkovou lžíci olivového oleje
- 120-150 g soli (1,5 l vody na polévku+kostka bujónu o obsahu 4-5 g soli)

Dále si připravíme:

- Pánev se širším dnem
- Sekáček (Food procesor)
- Alobal
- Tác o rozměru minimálně 30 x 20 cm

Postup přípravy domácího zeleninového bujónu

Do větší pánve nalijeme 1 polévkovou lžíci olivového oleje a necháme zahřívat. Připravenou zeleninu nakrájíme na menší kousky a přidáme ji do pánve.

Od prvního zasyčení tuku zeleninu smažíme 10 minut. Za tuto dobu ji několikrát promícháme.

Po 10 minutách smažení k zelenině přisypeme připravenou sůl. Nyní zelenina díky soli pustí více tekutiny. Dalších 10 minut mícháme a smažíme. Pak zdroj tepla vypneme.

Po přidání soli zelenina pustí hodně vlastní tekutiny. Zredukujte ji.

Zelenina po zredukování tekutiny
Zdroj: Marcela Hackerová

Obsah pánve přesuneme do sekáčku (food procesoru) a necháme dokonale rozsekat na kaši. Kašovitou směs zeleniny z nádoby sekáčku vrátíme zpět do pánve a za stálého míchání 10 – 15 minut redukujeme tekutinu.

Zeleninovou hmotu vyklopíme na arch alobalu, který jsme si rozprostřeli na obdélníkový tác a urovnáme ji do obdélníkového tvaru o rozměru přibližně d 28 x š 18 x v 1,5 cm. Milimetry nehrají roli.

Rozetřenou hmotu bujónu si předkrájíme tak, aby se nám druhý den lámala jako tabulky čokolády!

Nožem s delší čepelí uděláme 2 horizontální řezy tak, abychom hmotu na bujón rozdělili na třetiny. Pak provedeme 7 vertikálních řezů, tak jak je znázorněno na fotografii. Tímto rozdělením získáme 24-28 kostek zeleninového bujónu. Bujón necháme vychladnout.

Rozdělení (nařezání) zeleninového bujónu před zamrazením
Zdroj:Marcela Hackerová

Tác s nezakrytým nakrájeným bujónem vložíme do mrazáku na mínus 20 °C a necháme ho tam do druhého dne.

Na závěr si ještě připravíme (nastřiháme-nařežeme) čtverce alobalu (celkem 24-28 kusů), abychom do nich mohli druhý den zabalit jednotlivé kusy bujónu.

Druhý den tác vyjmeme z mrazáku a jednotlivé kusy odlamujeme, asi jako tabulku čokolády, a pokládáme je na připravené čtverce alobalu.

Každou kostku bujónu zabalíme samostatně. Jako TIP uvádím alternativu uskladnění bujónu. Hotový bujón lze rozdělit do 3-4 plastových krabiček s víčkem a následně uložit do mrzáku. Pak jen odebírat lžičkou.

Každý kus zabalíme do samostatného balíčku. Všechny balíčky naskládáme do uzavíratelné plastové nádoby, a tu uložíme do mrazáku.

Zeleninový bujón můžeme použít všude tam, kde jsme zvyklí, tj. do polévek, do omáček, pod maso, do dušené zeleniny, do kuskusu, k pokrmům s houbami …….

Zeleninový bojón můžeme použít i jako základ zeleninové polévky při dietě č. 4. Já bych v tomto případě při přípravě bujónu vynechala cibuli. Místo lžíce olivového oleje bych použila lžíci vody a zeleninu bych nesmažila, ale dusila. Jinak postup zpracování je stejný.