

# Makaronowe specjały

**W**szyscy lubimy makaron. Ten popularny produkt, wytwarzany z mąki, wody i niekiedy jaj, często gości na naszych stołach. Makaron może mieć różne kształty, kolory i smaki. Do uzyskania barwnego makaronu używa się tylko naturalnych barwników. Przykładowo kolor czarny uzyskuje się barwnikiem pozyskanym z kałamarnicy lub mątwy, zielony ze szpinaku, a czerwony z marchewki. Smaki zaś osiąga się, dodając np. pieprz, cytrynę, czosnek czy paprykę.

Przygotowując potrawę z makaronu, musimy go najpierw ugotować. Dobrze przygotowany nie może być rozgotowany. Musi być półtwardy, czyli al dente. Jeżeli makaron ma być spożywany na ciepło, po ugotowaniu nie wolno go hartować, czyli przelewać zimną wodą, bo straci swój delikatny smak. Natomiast, jeżeli ma być składnikiem sałatki, to wówczas go hartujemy.

Dania wykonane z makaronu są niezwykle proste w wykonaniu. Szybko i bez większego wysiłku możemy przygotować smaczny, pożywny obiad.

## RURKI MAKARONOWE Z MIĘSEM



**500 g cannelloni • 250 g cielęciny • 250 g chudej wieprzowiny • 100 g wątróbki kurczaka • 2 cebule • 3 ząbki czosnku • 100 g parmezanu • 1 jajko • 10 listków bazylii • 1/2 łyżeczki rozmarynu • 2 szklanki bulionu drobiowego • 50 g masła extra • 3 łyżki oliwy z oliwek • 1 łyżka mąki pszennej tortowej • szczypta pieprzu • sól • 1,5 szklanki sosu beszamelowego • 1,5 szklanki sosu pomidorowego.**

Pokrojone w kostkę mięso i wątróbkę oprószyć mąką i podsmażyć na oliwie. Na pozostałej na patelni oliwie podsmażyć posiekaną cebulę, czosnek i rozmaryn. Wszystko przełożyć do rondla i dusić na małym ogniu około godziny, podlewając bulionem. Lekko ostudzone mięso dwukrotnie przepuścić przez maszynkę, dodać roztopione masło, jajko, pokrojoną bazylię, pieprz i sól, starannie wyrobić dłonią. Cannelloni obgotować w dużej ilości posolonej wody, delikatnie wyjąć łyżką

cedzakową i ułożyć na opłukanych talerzach. Szprycą lub malutką łyżeczką napełnić rurki farszem i ułożyć w natłuszczonym żaroodpornym naczyniu, starannie przykryć beszamelem, skropić sosem pomidorowym, posypać parmezanem. Zapiekać 30 minut w temperaturze 180 - 200° C. Podawać z sosem pomidorowym.

## MAKARON Z ŁOSOSIEM W KREMOWYM SOSIE



**350 g makaronu • 2 małe cebulki (np. dymki) • 1 - 2 ząbki czosnku • 1 łyżeczka mielonego czarnego pieprzu • 1 łyżeczka ulubionych suszonych ziół • 150 - 200 g wędzonego łososia • 100 g kremowego sera • 200 ml białego wina lub mleka • szpinak i rukola • świeże zioła (opcje).**

Makaron ugotować al dente we wrzącej, osolonej wodzie. Podsmażyć posiekaną dymkę z dodatkiem rozgniecionego czosnku i suszonych ziół na małym ogniu, dodać pieprz. Na patelnię dorzucić ugotowany i osuszony makaron. Dodać ser i mieszać cały czas, aż się rozpuści. Wlać wino, wmieszać łososia, szpinak i rukolę. Pozostawić na małym ogniu pod przykryciem przez 3 - 5 minut. Dodać posiekane świeże zioła (jeśli lubisz).

## LASAGNE Z KURCZAKIEM I WARZYWAMI



**Podwójna pierz z kurczaka • mała cukinia • średnia cebula • dwie papryki (żółta i czerwona) • różyczki z małego brokuła • 4 łyżki oliwy z oliwek • kulka mozzarelli (125 g) • ok. 350 gramów płatów makaronu lasagne.**

**Sos pomidorowy:** puszka pomidorów pelati • ząbek czosnku • 2 łyżeczki ziół prowansalskich • świeżo mielony pieprz • sól.

**Beszel:** 50 g masła • 200 ml mleka • 2 łyżki mąki pszennej • sól • pieprz • szczypta gałki muszkatołowej.

Warzywa i kurczaka pokroić w dość drobną kostkę. Na patelni rozgrzać oliwę, podsmażyć kurczaka wraz z posiekaną cebulą. Po ok. 5 minutach dodać pozostałe warzywa, dusić pod przykryciem, podlane niewielką ilością wody. Za pomocą blendera przygotować sos pomidorowy - zmiksować pomidory z puszki z zębkiem czosnku i ziołami, doprawić do smaku pieprzem i solą. 4/5 sosu pomidorowego wlać do duszących się warzyw, pozostałą część zachować.

W rondlu przygotować beszamel: rozpuścić masło, dodać mąkę, zasmażyć. Wlać mleko i energicznie mieszać, aż sos stanie się gęsty. Doprawić do smaku.

Na dno formy do pieczenia wylać niewielką ilość beszamelu. Ułożyć płaty makaronu, przykryć warstwą warzyw z kurczakiem. Posypać porwaną na drobne kawałki mozzarellą, polać odrobiną beszamelu i przykryć płatami makaronu. Czynność powtarzać, aż zapełnimy całą formę. Ostatnią warstwę powinny stanowić płaty makaronu polane pozostałym sosem pomidorowym, beszamelem oraz posypane mozzarellą. Piec w temperaturze 200° C przez około 30 minut.

### SAŁATKA Z CIEMNEGO MAKARONU I KURCZAKA



**3 filety z kurczaka • opakowanie brązowego makaronu • 1 duża czerwona cebula • biała część pora • puszka czerwonej fasolki • słoik ogórków konserwowych • puszka ananasów • talerz rzeżuchy (opcjonalnie) • majonez • sól • pieprz.**

Makaron ugotować w osolonej wodzie, według instrukcji na opakowaniu. Filety oczyścić, pokroić w kostkę, usmażyć. Cebulę pokroić w krążki, sparzyć wrzątkiem. Pora pokroić w talarki, posolić, aby zmiękł. Ananasy wyjąć z puszki, odsączyć i pokroić w większą kostkę. Fasolę wyciągnąć z puszki, odsączyć. Ogórki pokroić w kostkę, wyłożyć na sitko. Wszystkie składniki wrzucić do miski, doprawić solą i pieprzem, dokładnie wymieszać. Opcjonalnie można dodać rzeżuchę (pociąć nożyczkami i wrzucić do sałatki). Majonez wymieszać z sokiem z ananasa, można jeszcze doprawić, składniki ponownie wymieszać.

### ZAPIEKANE MUSZLE



**250 g makaronu conchiglie (duże muszle) • 700 g mielonego mięsa • 2 - 3 ząbki czosnku • 1 puszka pomidorów • 3 łyżki koncentratu pomidorowego • 1 cebula • olej do smażenia • ser żółty • sól • pieprz • bazylią.**

Makaron ugotować al dente. Oblać zimną wodą i wyłożyć pojedynczo muszle. Posatkowaną cebulę i czosnek podsmażyć chwilę na rozgrzanym oleju. Dodać mięso i smażyć aż mięso nie będzie surowe. Doprawić solą i pieprzem, dodać posiekaną bazylię. Pomidory z puszki pokroić na kawałki i dodać do mięsa razem z koncentratem pomidorowym, wymieszać i chwilę razem smażyć. Sos z puszki pomidorów wymieszać z bazylią i wylać na dno naczynia żaroodpornego.

Muszle nadziać mięsem i ułożyć w naczyniu. Całość posypać tartym serem. Zapiekać w piekarniku nagrzanym do 180° C przez około 15 minut.

### MUSZLE ZAPIEKANE Z TUŃCZYKIEM



**Makaron conchiglie • tuńczyk w oleju • marchew • papryka • por • groszek • cebula • mozzarella • przecier pomidorowy • węgierska pasta paprykowa • sól • pieprz • zioła prowansalskie • olej.**

Makaron ugotować al dente. Marchew i pora pokroić w półplasterki, cebulę i paprykę w kostkę. Na patelni rozgrzać niewielką ilość oleju, wrzucić warzywa i podsmażyć. Dodać tuńczyka i groszek z puszki. Przyprawić do smaku. Na koniec dodać pastę paprykową i przecier pomidorowy. Wszystko dokładnie wymieszać i podgrzewać jeszcze chwilę razem. Muszle na-

dziewać tuńczykiem z warzywami i układać w żaroodpornym naczyniu. Posypać tartą mozzarellą i włożyć do nagrzanego piekarnika. Zapiekać, aż wierzch znacznie się lekko rumienić.

### ŁOSOSIOWE DELICJE



**2 duże dzwonka świeżego łososia (może być inna ryba np. maślana lub tuńczyk) • 3 łyżki masła • łyżka oliwy • cebula • ząbek czosnku • 200 g śmietany • pęczek koperku • 400 g spaghetti • sól • pieprz.**

Rybę usmażyć na maśle, zdjąć z patelni i podzielić na mniejsze kawałki. Do pozostałego na patelni masła wlać oliwę. Podsmarzyć pokrojoną cebulę i zmiążdżony czosnek. Dolać śmietanę, zamieszać i zdjąć z ognia. Doprawić solą, wrzucić posiekany koperek (gałązkę odłożyć). Makaron ugotować. Delikatnie wymieszać z łososiem i sosem. Wyłożyć na talerz, udekorować gałązką koperku i posypać grubo zmielonym pieprzem.

### MAKARON Z SOSEM PESTO



**1/2 paczki makaronu włoskiego typu kokardki • 2 łyżki oliwy • sól.**

**Sos pesto: 3/4 szklanki oliwy • 10 łyżek posiekanych listków bazylii • 4 orzechy włoskie • szklanka startego parmezanu • 2 duże ząbki czosnku • sól.**

Przygotować pesto: bazylię i lekko uprażone na suchej patelni orzechy wrzucić do malaksiera i przez

chwilę rozdrabniać. Następnie – włączając i wyłączając malakser – powoli wlewać oliwę, dodać posiekany czosnek, a na koniec – sól i starty parmezan. Sos jest gotowy, gdy wszystkie składniki dobrze się połączą.

W dużym garnku zagotować wodę z oliwą i solą, wrzucić makaron i gotować, aż będzie jędrny, ale już nie surowy. Odcedzić. Włożyć z powrotem do garnka, zalać odpowiednią ilością sosu pesto, wymieszać dwoma widelcami.

### MAKARON PO CHIŃSKU



**Cukinia • papryka żółta i czerwona • seler naciowy • cebula • kilka gałązek kolendry • korzeń imbiru (3 cm) • makaron wstążki (3 gniazdka) • olej • sos sojowy i ostrygowy • sól • pieprz.**

Cukinię, papryki, seler umyć i pokroić w paski, cebulę w piórka. Kolendrę i imbir posiekać. Makaron ugotować w lekko osolonej wodzie. Na patelni rozgrzać olej. Podsmarzyć lekko imbir. Dodać pozostałe warzywa. Doprawić sosem sojowym (ostrożnie, bo jest słony) i ostrygowym. Warzywa powinny być dobrze usmażone, ale chrupkie. Na koniec dodać makaron i posiekaną kolendrę. W razie potrzeby doprawić pieprzem i solą.

### ZAPIEKANKA RZYMSKA

**30 dag makaronu (wstążki lub grube spaghetti) • 2 brokuły (ok. 35 dag) • po 10 dag boczku i salami • 15 dag startego ementalera • słoik sosu pomidorowego z papryką • 3 łyżki oliwy z oliwek • łyżka masła • sól • 1/2 łyżeczki pieprzu cytrynowego • pieprz czarny • tłuszcz do naczynia żaroodpornego.**

W dużej ilości osolonej wody z dodatkiem łyżki oliwy ugotować al dente połamany makaron, odcedzić. Umyte brokuły podzielić na różyczki (łodyżki pokroić w kostkę), wrzucić na kilka minut do osolonego wrzą-

ku, wyjąć na sitko. Boczek i salami pokroić w kostkę. Na dużej patelni rozgrzać pozostałą oliwę, wrzucić boczek, chwilę smażyć, dodać salami i smażyć jeszcze kilka minut, wlać sos pomidorowy, wymieszać, zagotować, doprowadzić do smaku solą i pieprzem. W naczyniu żaroodpornym wysmarowanym tłuszczem układać warstwami makaron i brokuły i każdą warstwę polewać sosem i posypywać serem. Ostatnią warstwą powinien być makaron polany resztką sosu oraz posypyany serem i wiórkami masła. Zapiekankę wstawić do piekarnika nagrzanego do temperatury 200° C mniej więcej na 30 minut. Przed podaniem posypać pieprzem cytrynowym.



Zapiekanka rzymska

### ZAPIEKANKA ALZACKA



**40 dag makaronu • 1/2 kurczaka z rożna (ok. 1 kg) • 25 dag pieczarek • łyżeczka soku z cytryny • 1/4 łyżeczki suszonego tymianku • 2 jaja • 3/4 szklanki śmietany • łyżka mąki • 3 łyżki masła • szklanka bulionu z kury (może być z kostki) • sól • pieprz • tłuszcz do naczynia żaroodpornego.**

Ugotować makaron w osolonej wodzie, odcedzić, przelać zimną wodą. Obrane z kości mięso kurczaka pokroić na kawałki. Umyte i osuszone pieczarki porządkować w grube paski, skropić sokiem z cytryny, posypać tymiankiem, usmażyć na łyżce masła, pod koniec doprowadzić do smaku solą i pieprzem.

Przygotować sos - z drugiej łyżki masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją zimnym bulio-

nem i gotować, stale mieszając, na małym ogniu, póki sos nie zgęstnieje. Jaja rozkłócić ze śmietaną, dodać do sosu wraz z pieczarkami i pokrojonym mięsem kurczaka. Sos dokładnie wymieszać.

Do naczynia żaroodpornego wysmarowanego tłuszczem włożyć połowę makaronu, połączyć go sosem, przykryć resztą makaronu, posypać wiórkami z pozostałego masła. Zapiekankę wstawić do nagrzanego piekarnika na 40 - 50 minut. Podawać z zieloną sałatą.

### LASAGNE ZE SZPINAKIEM



**1 pomidor bez skórki • 7 ząbków czosnku • sól • cukier • 1 łyżka octu balsamicznego • pieprz • 900 g szpinaku mrożonego • 500 g makaronu lasagne • 2 mozzarelle • 10 dag sera gouda tłustego • 1 kostka masła extra • 1/4 szklanki mąki pszennej krupczatki • 1 szklanka mleka • gałka muszkatołowa • 1 łyżeczka świeżej bazylii • 2 łyżki oliwy z oliwek • 3 cebule.**

Sos pomidorowy: rozgrzać niewielką ilość oliwy i wcisnąć 2 ząbki czosnku, króciutko podsmażyć. Dodać przetartego przez sitko pomidora, odrobinę cukru, sól. Chwilkę poddusić i na koniec dodać 4 - 5 kropelek octu balsamicznego i drobno pokrojoną bazylię. Odstawić.

Masa szpinakowa: rozgrzać niewielką ilość oliwy, wrzucić pokrojoną w drobną kostkę cebulkę, chwilę podsmażyć i wcisnąć czosnek. Szpinaku nie rozmrażać, tylko dodać zamrożony do cebuli z czosnkiem. Dusić aż woda odparuje. Przyprawić solą i pieprzem.

Sos beszamelowy: stopić kostkę masła i do stopionego masła wsypać mąkę. Mieszając, potrzymać na ogniu krótką chwilę. Mleko podgrzać i wlać do mąki, cały czas mieszając, aż masa zrobi się jednolita. Jeżeli sos jest za gęsty, dodać jeszcze mleko. Doprawić solą i gałką.

Przygotować foremki, np. keksówki. Wyłożyć folią aluminiową (można użyć foremki jednorazowe). Na spód foremki wlać jedną część sosu beszamelowego i na nim ułożyć płaty lasagne, następnie dać sos pomidorowy i płaty, jedną część masy szpinakowej i posypać startym żółtym serem, płaty, drugą część sosu beszamelowego i płaty, szpinak, ser żółty, płaty i resztę sosu beszamelowego. Wstawić do piekarnika nagrzanego do 200° C. Po pół godzinie wyciągnąć i na wierzch położyć pokrojoną w plastry mozzarellę. Przykryć folią i włożyć na około 10 minut do piekarnika.