



Letní tip: V létě nemusíte stát u sporáku. Vsad'te na lehká jídla plná chuti

Léto přeje lehčím jídlům z čerstvých surovin. Když venku panují vysoké teploty, málokdo dostane chuť na hutné pokrmy nebo dlouhé vaření. Přesto je důležité nezapomínat na pravidelné a vyvážené stravování, které dodá tělu potřebné živiny a energii i během horkých dnů.

Praktickým pomocníkem při přípravě letních receptů může být **Hollandia Originál Selský bílý**, který letos slaví **35 let na českém trhu**. Vyrábí se z kvalitního českého mléka **a zraje tradičním způsobem přímo v kelímku**. Právě tento způsob výroby mu dodává typickou krémovou konzistenci a plnou chuť bez potřeby zahušťovadel nebo stabilizátorů. Díky své univerzálnosti se skvěle hodí do sladkých i slaných letních receptů.

Vedle klasické snídaně s ovocem nebo granolou najde své místo také ve slané kuchyni. Poslouží jako základ marinád, dipů, zálivek i lehkých omáček ke grilovanému masu nebo zelenině a dodá jim příjemně krémovou texturu.

Recepty:

Tortilla s nakládanou červenou cibulí a kuřecím masem marinovaným v jogurtu Hollandia Originál Selský bílý

Ingredience:

- Hollandia Originál Selský bílý
- kuřecí prsa
- pšeničné tortilly
- červená cibule
- ledový salát
- stroužek česneku
- lžička sladké papriky
- šťáva z citronu
- sůl, pepř



Nakládaná cibule:

- 100 ml vinného octa
- 100 ml vody
- 1 lžíce cukru
- špetka soli

Postup:

1. Smíchejte selský jogurt Hollandia s česnekem, citronovou šťávou, paprikou, solí a pepřem.
2. Kuřecí maso nakrájejte na proužky a nechte v marinádě alespoň 2 hodiny odležet.
3. Červenou cibuli nakrájejte na tenké plátky a naložte do směsi octa, vody, cukru a soli minimálně na 30 minut.
4. Marinované maso opečte dozlatova.
5. Tortilly krátce nahřejte, naplňte salátem, kuřecím masem a nakládanou cibulí.
6. Zarolujte, nakrájejte na menší porce a podávejte.



Palačinky s borůvkovým krémem z jogurtu Hollandia Originál Selský bílý a bílou čokoládou

Ingredience:

- Hollandia Originál Selský bílý
- 8 tenkých palačinek
- 200 g borůvek
- 2 lžíce moučkového cukru
- 100 g bílé čokolády
- hrst čerstvých borůvek
- jedlé květy na ozdobu

Postup:

1. Část borůvek rozmixujte se selským jogurtem Hollandia a moučkovým cukrem do hladkého krému.
2. Krém rozdělte na talíře nebo jím potřete palačinky.
3. Palačinky přeložte do trojúhelníků nebo volně srolujte.
4. Položte je na borůvkový krém a doplňte několika celými borůvkami.
5. Navrch nastrouhejte bílou čokoládu.
6. Ozdobte jedlými květy a ihned servírujte.



O společnosti HOLLANDIA Karlovy Vary, s.r.o.

Společnost HOLLANDIA Karlovy Vary, s.r.o. je český výrobce mléčných produktů s tradicí od roku 1991. Výroba probíhá v Krásném Údolí v Karlovarském kraji, v prostředí, které se dlouhodobě promítá do přístupu značky ke kvalitě i samotné výrobě.

Hollandia staví na mléce výběrové kvality, pečlivě vybraných surovinách a výrobním procesu, který dává prostor přirozenému zrání jogurtu přímo v kelímku. Bílé jogurty neobsahují stabilizátory konzistence a vznikají bez zbytečných zásahů, které by ovlivňovaly jejich charakter. Klíčovým produktem značky je Originál Selský jogurt, který dlouhodobě reprezentuje její přístup k výrobě i výsledné chuti.

Společnost je držitelem mezinárodního certifikátu bezpečnosti potravin IFS a prochází pravidelnými audity nezávislých organizací. Je součástí skupiny HOPI HOLDING, a.s., jejíž logistické zázemí umožňuje distribuci výrobků nejen v České republice, ale i v rámci dalších evropských trhů.

Více informací naleznete na www.hollandia.cz.