

## GRILOVANÁ KRKOVIČKA S KMÍNOVÝM OLEJEM

Ingredience:

- + 6 PLÁTKŮ KRKOVIČKY
- + 3 POLÉVKOVÉ LŽÍCE ŘEPKOVÉHO OLEJE  
ZA STUDENA LISOVANÉHO
- + PÁR KAPEK KMÍNOVÉHO OLEJE  
ZA STUDENA LISOVANÉHO
- + SŮL

Postup:

1. Krkovičku dobře omyjeme, osušíme, nakrájíme na šest silnějších plátků, nařízneme v krajích, případně ji naklepeme (pokud je krkovička silná 1,5-2 cm, pak maso již nenaklepáváme, naopak tenčí plátky v krajích nařízneme a naklepeme, aby se nekroutili při grilování)

2. Maso položíme na mřížku rozehřátého grilu potřenu tukem a grilujeme, na rozehřátých uhlících, z obou stran 6 až 13 minut (záleží na velikosti masa, tenké plátky grilujeme zprudka 1-2 minuty z každé strany, silnější plátky zprudka opečeme z obou stran a poté pozvolna dopékáme).

3. Ke konci grilování si připravíme marinádu na finální dochucení steaků. Smícháme tři polévkové lžíce řepkového oleje s pár kapkami kmínového oleje, intenzitu výsledné chutě a celkové aroma kmínu lze upravit dle chuti každého. Touto směsí potřeme steaky před koncem grilování (cca 1 minutu před dokončením), zároveň snížíme teplotu grilu. Hotové steaky vyjmeme na talíř a necháme chvíli odpočinout, poté ochutíme solí.

## ZDE NALEZNETE NAŠE OLEJE

RESTAURACE S PEKÁRNOU ESKA KARLÍN - AMBIENTE,  
PERNEROVA 49, KARLÍN  
186 00 PRAHA 8

ŘEZNICTVÍ NAŠE MASO, DLOUHÁ 727/39,  
110 00 STARÉ MĚSTO PRAHA

SLÁMOVO UZENÁŘSTVÍ, MASARYKOVO NÁM. 4,  
595 01 VELKÁ BÍTEŠ

PRODEJNA FARMÁŘKA, MASARYKOVO NÁM. 99,  
586 01 JIHLAVA

ŘEZNICTVÍ U MALEČKŮ,  
HORNOMĚSTSKÁ 392/42, VELKÉ MEZIŘÍČÍ

PRODEJNA OLEJOVÉHO MLÝNA, NÁMĚSTÍ 80/4, 594  
01 VELKÉ MEZIŘÍČÍ

## KONTAKTY

PRODEJNA OLEJOVÉHO MLÝNA, NÁMĚSTÍ 80/4,  
594 01 VELKÉ MEZIŘÍČÍ

KAREL JONÁK .....776 818 281

ING. MARTINA HOMOLOVÁ .....725 777 403

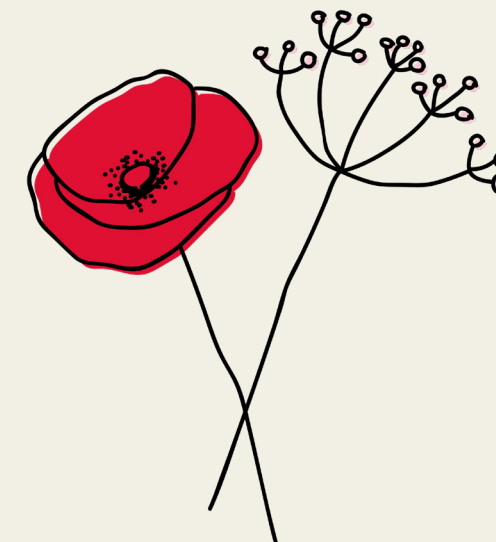
## PROVOZOVNA

PETRÁVEČ 105

594 01 VELKÉ MEZIŘÍČÍ

INFO@BIOGASBOHEMIA.CZ

OLEJ-Z-PETRAVCE.WEBNODE.CZ



# OLEJOVÝ MLÝN PETRÁVEČ

“NENI OLEJ

JAKO OLEJ ”



## INFORMACE O NÁS

Olejový Mlýn Petráveč, to je společné nadšení Martiny a Karla pro jednoduchou věc. Moderní přístup a kreativita založena na tradiční technologii lisování za studena, přenesena do samého srdce Vysočiny. Rozvíjíme nové myšlenky a postupy, abychom dali vzniknout špičkovým výrobkům té nejvyšší kvality.

Objevte nezaměnitelnou chuť našich prémiových jednodruhových a macerovaných olejů z našeho olejového mlýna na Vysočině, lisovaných výlučně do 40 stupňů Celsia. Téměř veškeré suroviny pro výrobu našich olejů pocházejí od tuzemských pěstitelů, kteří hospodaří v systému organického hospodaření tzn. plodiny jsou hnojeny pouze organickými statkovými hnojivy. Kvalitní surovina, šetrné lisování, přirozená sedimentace, důsledné skladování a ruční stáčení do tmavých skleněných lahví nám umožňuje připravit pro Vaši kuchyni to nejlepší, co příroda stvořila.



## JAK POZNAT ZA STUDENA LISOVANÝ OLEJ DO 40°C?

Nabízíme Vám tedy velmi jednoduchá pravidla při určení kvality oleje.

- Vůně oleje je vždy typická pro každou olejinu, olej musí charakteristicky vonět po lisované plodině, vždy v příjemných oříškových tónech.
- Chuť oleje je vždy typická po lisované plodině, nesmí být nikdy hořká!!! Hořká chuť značí oxidaci oleje a tím i jeho znehodnocení. Výjimkou jsou pouze určité druhy olivových olejů, které mají přirozeně lehce nahořklou chuť.
- Za studena lisovaný olej musí být vždy skladován ve skleněné tmavé lahvi. Skladování by mělo být v suchu, temnu a chladu (max. do 20 °C) Světlo je totiž pro tento druh oleje velmi nežádoucí a urychluje jeho zkázu. Po otevření láhve jej vždy ukládejte uzavřený do chladničky.
- Viskozita oleje je mnohem vyšší než u rafinovaných olejů

## OLEJ Z BÍLÉHO MÁKU

Tento olej má lehkou oříškovou chuť a typickou jemnou vůni máku. Má světlou zlatou barvu a příjemnou svěží chuť. Je vhodný pro ochucení salátů, studených omáček, lze jej použít při pečení moučnicků či dochucení finálních dezertů (např. potírat jím čerstvě vytažený jablečkový závin). Je výborný také při dochucování hotového drůbežního masa. Mák obsahuje nejvíce vápníku ze všech nám dostupných potravin až 1400 mg/100 g. Vzhledem k vysokému obsahu vápníku a hořčičku se doporučuje jej konzumovat při špatné kvalitě vlasů a nehtů, při osteoporóze, pálení žáhy, při neurózách. Uklidňuje nervovou soustavu, uvolňuje svalové křeče a tlumí bolesti v týlu hlavy. Skvělý také pro použití na jemnou a citlivou pokožku kojenců.

Původ semen: kraj Vysočina



## KMÍNŮVÝ OLEJ

Vítěz regionální potraviny pro kraj Vysočina roku 2018.

Jsme výlučnými výrobci tohoto oleje v Evropě.

Tradiční český dvouletý kmín kořený dal vzniknout zcela novému unikátnímu výrobku s charakteristickou, silně aromatickou chutí tohoto koření. Vysoce koncentrovaný obsah silic, obsažený v tomto oleji předurčuje jeho roli při dochucování pokrmů, dresinků, zeleniny a masa. Je vhodný pro nakládání masa a zeleniny. Pro jeho velmi silnou chuť doporučujeme kmínový olej ředit s jiným olejem např. řepkovým za studena lisovaným. Doporučuje se užívat jej při kolikách, zklidňuje trávicí systém, má příznivý vliv na dýchací systém, předchází respiračním onemocněním, blahodárně působí na laktaci kojících žen.

Původ semen: kraj Vysočina

## BODLÁKOVÝ OLEJ (SVĚTLICE BARVÍŘSKÁ)

Světlíčkový olej (někdy nazývaný též saflorový či falešný šafrán) vyniká přírodní chutí a vůní s jemným tónem oříšků. Používá se k ochucování salátů jako součást dresinků a zálivek. Dále pak při pečení a dušení zeleninových pokrmů nebo k ochucení již hotového pokrmu. Je výborný do pomazánek, omáček a majonéz, může se použít k přípravě moučnicků. Vynikající je v obilných pokrmech (kaších či salátech).

Má velmi vysoký obsah vícenásobně nenasycených mastných kyselin až 77 %. Pomáhá snižovat hladinu cholesterolu a cukru v krvi, působí blahodárně na vysoký krevní tlak, regeneruje jaterní buňky aj.

Původ semen: kraj Vysočina

## ŘEPKOVÝ OLEJ

Řepkový olej má tmavší zlatou barvu, má specifickou lehkou a jemnou chuť po vlašských oříšcích. Řepkový olej lze použít na smažení a pečení všech druhů masa a zeleniny. Je ideální pro teplou i studenou kuchyni, pro přípravu marinády, omáček, dipů, salátů, pomazánek či dezertů a moučnicků. Pokrmy připravené s tímto olejem získají jeho typicky příjemnou oříškovou chuť.

Řepkový olej se svým složením podobá oleji olivovému. Jako jedina z mála potravin, je olej z řepky zdrojem omega-3 nenasycených mastných kyselin. Tyto kyseliny se nacházejí zejména v mořských rybách nebo je obsahují vlašské ořechy. Omega-3 nenasycené mastné kyseliny pomáhají účinně bojovat se srdečně-cévními onemocněními a předcházet jim. Konzumace řepkového oleje zlepšuje naši imunitu, dokáže si poradit s nervovými poruchami a také velmi příznivě působí během těhotenství. Je také skvělý pro posílení funkce mozku a na zlepšení paměti a koncentrace.

Původ semen: kraj Vysočina

## SLUNEČNICOVÝ OLEJ

Je možné jej použít do teploty 120 °C, proto je vhodný pro studenou i teplou kuchyni. Je ideální na dušení, výrobu domácí majonézy, pomazánek, dipů, studených omáček či ochucení zeleninových salátů. Má světle žlutou barvu a lehkou chuť a vůni typickou po slunečnicových semínkách.

Původ semen: Jihomoravský kraj

## MACEROVANÉ OLEJE

Základem macerovaných olejů je náš za studena lisovaný řepkový olej, proto je možné je použít jak do studené i do teplé kuchyně. Všechny macerované oleje mají charakteristickou chuť i vůni po každé dodané bylince. Chuť i vůně řepkového oleje zde není tak výrazná. Vyrábíme macerovaný olej bazalkový, chilli, tymiánový a oreganový.



OLEJOVÝ MLÝN  
PETRÁVEČ