

# Szybkie sposoby na pieczone ziemniaki

Gdy mamy ochotę na pożywny, prosty i lekki posiłek lub przystawkę, możemy przygotować ziemniaki w mundurkach z nadzieniem lub dodatkami.

## Jakie ziemniaki

Wybierz odmianę nadającą się do pieczenia. Lepsze będą ziemniaki bogate w skrobię, mączyste lub uniwersalne niż sałatkowe, które są bardziej wodniste. Sprawdzą się na przykład odmiany ibis, tajfun lub bryza. Piec można również bataty.

## Pieczenie

Rozgrzać piekarnik do temperatury 200°C. Wyszorować twardą szczoteczką pod bieżącą wodą 1 bądź 2 ziemniaki o wadze 300 g. Osuszyć papierowym ręcznikiem i nakłuć w kilku miejscach widelcem lub małym, ostrym nożem (w przeciwnym razie pod wpływem rosnącego ciśnienia w ich wnętrzu mogą się rozpaść w czasie pieczenia i pobrudzić piekarnik). Piec 1,5 godziny, aż skórka będzie chrupiąca, a miąższ miękki po nakłuciu szpikulcem lub małym nożem.

## Na skróty

Posmarować wyszorowane, osuszone i ponakłuwane ziemniaki niewielką ilością oliwy z oliwek, po czym ułożyć na papierowym ręczniku. Piec 8 minut w kuchence mikrofalowej – w połowie pieczenia odwrócić na drugą stronę. Skórka nie będzie tak chrupiąca jak po wyjęciu z piekarnika, ale czas przygotowania zdecydowanie się skróci.

## **Nadzienie lub dodatki**

Odkroić plasterek upieczonego ziemniaka i wydrążyć środek (pozostawić przy skórce warstwę mięszu grubości 1 cm). Utłuc mięsz z pozostałymi składnikami nadzienia, doprawić solą i świeżo zmielonym czarnym pieprzem, a następnie nałożyć z powrotem do środka.

Drugi sposób: przekroić ziemniaka wzdłuż na pół i wzruszyć widelcem mięsz, po czym nałożyć dodatki. Odgrzewać tak przygotowane ziemniaki 10–15 minut w piekarniku, zwłaszcza jeśli w nadzieniu jest ser, który powinien się roztopić.

### **Serowe pyszności**

Utłuc mięsz ze startym cheddarem, pokrojoną dymką lub posiekanym szczypiorkiem i niewielką ilością masła. Można użyć również sera brie, niebieskiego sera pleśniowego lub fety.

### **Świeże zioła**

Rozgnieść mięsz z posiekanymi ziołami, na przykład rozmarynem, szczypiorkiem, natką pietruszki, tymiankiem lub bazylią – można użyć jednego rodzaju ziół lub kilku naraz. Dodać trochę masła, po czym posypać solą i pieprzem (smak zaostrzy odrobina posiekanej papryczki chili i/lub czosnku, usmażonych na oleju lub maśle).

### **Salsa pomidorowa**

Wydrążyć mięsz i utłuc ze startym cheddarem. Nałożyć z powrotem do środka. Przykryć sałatką z drobno pokrojonych pomidorów, osączonej kukurydzy z puszki i pokrojonego w kostkę awokado z odrobiną soku z cytryny lub limonki.

### **Ryby i owoce morza**

Wymieszać mięsz z odsączonym łososiem, tuńczykiem, sardynkami z puszki lub małymi gotowanymi krewetkami, kawałkami wędzonego łososia albo śledzia, rozdrobnionym gotowanym dorszem lub łupaczem. Udekorować śmietaną.

### **Warzywna uczta**

Podsmażyć na oliwie plasterki cukinii, pieczarek, i czosnku oraz talarki cebuli. Dodać przekrojone na pół pomidorki koktajlowe i usmażyć. Doprawić do smaku i nałożyć do ziemniaków.

### **Dla mięsożerców**

Wymieszać rozgnieciony mięsz z salami; musztardą i drobno pokrojoną szynką; pieczoną wołowiną i chrzanem śmietankowym; usmażonym, pokrojonym w kostkę boczkiem lub chorizo.

### **Śródziemnomorska magia**

Przekroić ziemniaka na pół, wzruszyć mięsz i nałożyć sos bolognese lub trochę ratatui. Posypać parmezanem i bazylią.

### **Pyszne jajko**

Wymieszać mięsz z posiekanymi, ugotowanymi na twardo jajkami, szczypiorkiem i łyżką majonezu.

## **Dekoracyjna przystawka**

Jeśli pieczone ziemniaki podajemy jako dodatek do dania głównego, wystarczy nałożyć na nie nieco masła, kwaśnej śmietany, majonezu, serka śmietankowego czy jogurtu naturalnego i ewentualnie połączyć je kilkoma kroplami słodkiego sosu chili.