

Poznámky:

PASTA & RISOTTO



PASTA

Žádná jiná kuchyně nezažila v posledních letech takové vítězné tažení jako kuchyně italská. Dokonce i ti nejlepší francouzští kuchaři museli vymýšlet nové recepty, aby v kuchařském umění nebyli překonáni svými italskými kolegy. Italská kuchyně okouzluje svou jednoduchostí, souhrou různých chutí a přirozeně také širokou paletou čerstvých surovin a v tom je její největší síla a chutnost. Každá oblast a téměř každé město může nabídnout své mistrovsky připravované speciality.

Kdo řekne „Pasta“, ten musí říci i omáčka. „Sugo“ a různé varianty omáček salsy jsou specialitou italských kuchařů. Každá oblast, každé město, každá rodina má své vlastní recepty.

O původu těstovin kolují různé pověsti. Nejspíše je ale vynalezli Siciláné. Odtud se vydaly v 18. století na své vítězné tažení napříč Itálií a pak do celého světa.

Těstoviny – pokrm bohů

Konečně jsme objevili tajemství, které Italové znají už celá staletí: těstovinami nic nezkazíte. Znáte snad jednodušší a chutnější jídlo, víte o něčem lákavějším, než je pohled na máslo a hoblinky parmazánu, které se pomalu rozpouštějí na špagetách? Těstoviny přinášejí lidem také pocit pohody – zahřejí, nasytí a jsou především velice chutné.

Velká obliba těstovin má hned několik důvodů: jsou levné, rychle a snadno se připravují, jsou chutné, výživné, můžeme je upravit na mnoho způsobů. Těstoviny byly oblíbené již od pradávna. Původně se vyráběly pouze z mouky a vody nebo mléka. Vzniklé těsto se pak protlačovalo sítem, a tak vznikly malé kuličky. Ty se poté sušily na slunci a následovně uchovávaly do zásoby. Italové obohatili sortiment o řadu tvarů, velikostí a chutí. Postupem času se začalo do těsta přidávat i vejce a rozběhla se též výroba ravioli či tortellini, těsta se začala barvit (špenát, rajčatový protlak, sepiová barva) a ochucovat např. bylinkami.

Základní rozdělení těstovin

PASTA FRESCA - čerstvé s obsahem vajec

PASTA SECA - sušená - tyto těstoviny koupíme běžně v každém obchodě

Druhy těstovin

SPAGHETTI - dlouhé kulaté těstoviny, které jsou uprostřed duté

LINGUINE - podobné špagetám, ale jsou mírně placaté

FETUCCELLE - širší verze linguin

FUSSILLI BUCATI LUNGHI - do spirály stočené kulaté nudle

LASAGNE - většinou obdélníkový plát těsta

LASAGNETTE - placaté nudle, šířka cca 1cm na okraji jsou zvrásněné

TAGLIATELLE – uzké placaté těstoviny

PAPPARDELLE - hodně široké placaté těstoviny

CANNELLONI - duté roury několika velikostí

FARFALLE - mašličky

FUSILLI - krátké spirálky

PENNE - tenké a duté roury

Ještě jsme se nezmínili třeba o **GNOCCHI**: Jsou to „těstoviny“ z bramborového těsta, prodávají se většinou předvařené, a proto je stačí jen prohřát v nějaké omáčce či orestovat na másle.

Viz: 200g hl. mouky, 1 vejce, 1kg brambor, sůl a muškátový oříšek.



Desert Zabaione – Vinná pěna

600 g modré hrozny | 2 ks citrón | 8 ks žloutek | 100 g cukr
160 ml marsala

- dezertní víno bílé nebo jiné sladké dezertní bílé víno
- může být sladké Martini
- meduňka nebo máta

Postup:

Hrozny omyjeme a necháme okapat. Hrozny podélně rozpůlíme a odstraníme zrníčka. Ovoce rozdělíme do mističek nebo na talíře. Citrón omyjeme a oťřeme, ostrouháme kůru. Citron poté rozpůlíme a vymačkáme šťávu. Žloutky, cukr, citrónovou kůru a šťávu vložíme do vhodné nádoby, abychom v ní mohli šlehat ve vodní lázni. Poté dolijeme dezertním vínem. Promícháme. Nádobu vložíme do hrnce s teplou vodou, ale voda se nesmí vařit. Žloutkovou směs šleháme asi 5 minut až je hmota hustá a nadýchaná. Poté přeléváme přes hrozny a podáváme zdobené mátou nebo meduňkou.

Tip: jako nápoj k vinné pěně doporučuji italské šumivé víno nejlépe suché



Italská focaccia s rozmarýnem

(1 hodina na kynutí, práce 15 min, 15 min pečení)

500g hladké mouky | 2 dl mléka | 200ml vody | 2 lžičce sekaného rozmarýnu | 25g droždí nebo ½ sáčku instantního droždí | 10g cukru
20g másla nebo olivového oleje | 15g soli

Postup:

Rozmícháme si v mléce droždí s cukrem a necháme od stát 10 min. Poté pečlivě smícháme všechny ingredience a uhněteme v hladké těsto, které necháme kynout víc jak 1 hodinu v teple.

Vyválíme slabý plát těsta, dáme ho do olejem vymazaného pekáče. Posolíme hrubou solí a necháme nakynout 30 minut.

Během pečení potřísníme focaccio vodou.

Pečme na program s horním a dolním topným tělesem nebo bez ventilace na 220°C/ 10-15 minut. Doporučuji použít „pizza stone“

Těsto můžeme vykrajovat jako kolečka nebo uplést dlouhý cop a posypat parmazánem.

Risotto

V čem je základní rozdíl oproti risottu, které známe již z dřívějších dob? Pravá italská risotta se vaří z rýže, která se nazývá Arborio. Je to rýže, která se nerozvaří, ale krásně lepí a tím docílíte kašovitě konzistence risotta.

Jak uvařit kvalitní a dobré risotto

Na jemno nakrájíme šalotku nebo bílou cibuli. Na olivovém oleji a másle orestujeme do sklovata, přidáme rýži a zarestujeme, ochutíme snítkou tymiánu, solí a pepřem. Poté zalijeme bílým vínem a vývarem (ideální je kuřecí nebo zeleninový), vaříme a postupně doléváme vývar až je rýže měkká a risotto spojené a kompaktní. Na závěr přidáme máslo a strouhaný parmazán, promícháme a necháme krátce odstát pod pokličkou. Podáváme. Risotta se dále ochucují a kombinují např. se smetanou, bylinkami, houbami, rajčaty, různými víny a vývary, masem, rybami, mořskými plody či zeleninou a to jak na sladko tak slano.

Proprát rýži na risotto? Samozřejmě, že když rýži propláchneme studenou vodou, tak nic nezkažíme, ale doporučuji rýži nepropírat. Rýže, kterou nepropereme má daleko lepší vlastnosti vytvořit kašovitou konzistenci.



Risotto s mušlemi (4 osoby - doba vaření rizota: 20 min)

350 g rýže arborio | 800 g mušlí | 1 cibule | 250 g malých cuket
½ lžičky šafránu | 1 stonk řepíkatého celeru | svazek petrželky
30 dkg másla | 2 lžíce olivového oleje | 2 dl bílého vína | 2 dl vody
pepř a sůl dle potřeby
½ l rybí vývar (popřípadě jen zeleninový nebo bujón)
Postup (vývar): 1 l vody | 1 cibule | ½ pórků | 1 rajče | 1 mrkev | celer
rybí hlava či pár krevet nebo kus tresky | sůl a pepř

Příprava mušlí:

Mušle předem propláchneme pod tekoucí vodou, očistíme je od vláken a kartáčkem je zbavíme nečistot.

Na prudkém ohni ve velkém hrnci je podlijte olejem, troškou bílého vína a sklenicí vody. Během 4 minut se otevrou. Ty, které zůstanou zavřené vyhodte. Mušle dejte stranou a část jich vyloupejte, na ozdobu jich nechte pár s krunýřem. Vývar z nich přefiltrujte a též uschovejte.

Příprava risotta:

V hrnci orestujte na oleji pokrájenou cibuli a kousky celeru, přihodte rýži a opražte ji. Zalijte bílým vínem a nechte jej odpařit. Poté dolévejte po sběračkách teplý vývar, pokaždé když se absorbuje do rýže.

Po cca 12 minutách přidejte kolečka cuket (osmažená) a šafrán a dobře promýchejte.

Vařte dalších 5 minut a přidejte nyní mušle i s jejich vývarem.

Rizoto by mělo být „ al dente.“ Pánev stáhněte z ohně, ochutte pepřem, posekanou petrželkou a nakonec vmýchejte lžící másla.

Nechte ho ještě pár minut odstát a podávejte.



Domácí příprava těstovin

300 g hladká mouka | 3 ks vejce | 1 pl olivového oleje | 2 kl soli

Postup:

Z mouky vytvoříme kopeček, do středu vytvoříme důlek, do kterého vložíme vejce, olivový olej a sůl. Vidličkou vmícháme do mouky až nám vznikne z vejce a mouky drobenka. Poté vidličku odložíme a drobenku dobře vypracujeme se zbytkem mouky v jednolitě těsto. Takto připravené těsto zabalíme do potravinářské folie a můžeme uchovat v lednici týden.

Z těsta můžeme krájet a tvarovat různé druhy těstovin, které můžeme sušit nebo mrazit. Těstoviny poté vaříme v osolené vodě s olivovým olejem.



Pesto – základní italská omáčka

60 g parmazán | 2 g česnek | 1 hrst čerstvé bazalky
2 g čerstvě sekaná petrželová nať | 50 g piniové ořechy
20 ml olivový olej Extra Virgine | sůl | 1/2 citrónu

Postup:

Kousky parmazánu, česnek, bazalku, petrželovou nať, piniové ořechy rozdrtíme v hmoždíři nebo rozmixujeme a vymícháme s olivovým olejem Extra Virgine a citrónovou šťávou.

Ta zabarví bazalku na tmavou barvu. Pro zajímavější chuť nastroháme do pesta i trochu z citrónové kůry. Takto připravené pesto se hodí nejen na těstoviny, ale i k rybám.

Italové do pesta dávají i ovčí sýr peccorino a pokud chcete pesto světle zelené barvy rozmixujete ho s kostkami ledu bez citrónové šťávy .



Základní bešamelová omáčka

A) 100g másla | 100g hl. mouky | 1 l mléka | muškátový oříšek
základ na bešamel, který se používá do lasagní nebo zapečených těstovin...

B) Bešamelová omáčka (Soubise) | 100 g máslo | 2 ks šalotka
100 g mouka hladká | 800 ml mléko | sůl | mletý bílý pepř čerstvý
muškátový oříšek | 1 dl suchého vína

Postup:

Šalotku nakrájíme na jemno a na másle opražíme, aby zesklivatěla. Přidáme mouku a uděláme světlou jíšku, zalijeme vínem a poté přidáme mléko, za míchání 10 minut provaříme.

Přidáním dalších surovin tvoříme složitější omáčky např., bylinková, houbová, lanýžová a jiné variace...
Tato omáčka je výborná i k rybám nebo drůbežímú masu.



Domácí ragù

základní teplá omáčka alla bolognese

200 g mrkev | 200 g cibule | 20 g česnek | 160 g řapíkatý celer
200 g mleté vepřové maso | 300 g mleté hovězí maso
200 g parmská šunka | 800 g čerstvé comcasé z rajčat
500 ml rajčatová šťáva – pyré | 80 g máslo | 6 pl rajský protlak
250 ml masový vývar | Sůl, čerstvě mletý pepř | olej
petrželová nat

Postup:

Jemně krájenou cibuli, česnek, mrkev a celer opečeme na oleji do zlatova, přidáme mleté maso a opečeme. Přidáme parmskou šunku krájenou na jemno, comcasé, rajský protlak a krátce zarestujeme. Poté přidáme vývar, rajskou šťávu a dusíme až je maso měkké. Ochutíme máslem, solí, čerstvě mletým pepřem a jemně sekanou petrželovou natí.



Rajčatová omáčka česnekem, zeleninou a bazalkou

900 g zralých rajčat (spaříme je nakrojené ve vroucí vodě
na 15 sekund, ochladíme ve studené vodě a oloupeme) | 1 lžíce másla
2 lžíce olivového oleje | 10 lístků bazalky

Zelenina: cca 100g | 1 mrkev | 1 stonek řepíkatého cerel | 2 šalotky

Postup:

Osmažíme šalotku na másle a oleji, pak přidáme najemno posekanou zeleninu

A ještě chvíli smažíme.

Rajčata spaříme ve vroucí vodě 15 sekund lehce nakrojené a poté oloupeme slupku a nakrájíme na kostičky.

Vše pak dusíme se zeleninou cca 15 min.

Nakonec ochutíme solí, pepřem, lístky bazalky na malou lžičkou cukru.

Tato omáčka může být i jako základ k dalším variacím...se slaninou, tuňákem, lilkem, olivami...



P660SS

**Baumatic**[®]