Obsah

Kapitola jemně hamletá

ETUDA O MASOVÝCH KULIČKÁCH A ŠIŠKÁCH Z CELÉHO SVĚTA *17*
— Italské masové kuličky v rajčatové omáčce *18*
— Švédské masové kuličky à la IKEA *22*
— Brambory Hasselbacken *24*
— Královecké klopsy *25*
— Masové kuličky ve vietnamském stylu *27*
— Vepřenky *30*
— Nastavovaná kaše *32*
— Šišky z jehněčího masa *33*
— Kořeněný kuskus *35*
— Cuketová raita *36*
— Pljeskavica *37*
— Paprikové brambory *39*

ETUDA SEMLETÁ DO OMÁČKY *41*
— Boloňská omáčka 2 ..... *42*
— Chilli con carne *44*
— Zapečené chilli con carne *47*
— Pastýřův koláč (čili Shepherd's pie) *48*
— Haše *51*

ETUDA DECHBEROUCÍ, PŘESTO NAMLETÁ *53*
— Sekaná pečeně *54*
— Štěpánská sekaná pečeně *57*
— Fašírky na přírodní způsob *58*
— Hedvábná bramborová kaše *59*
— Šťouchané brambory s jarní cibulkou *60*
— Hamburger *62*
— Hamburger pro milovníky dobře propečeného masa *65*
— Paštika z kachních jater *66*
— Pětiminutová karamelizovaná cibule *70*
— Plněné cukety (a pár paprik k tomu) *72*
— Plněná rajčata s bulgurem *74*
— Bazalkové pesto *76*
— Jemný vepřový holandský řízek *77*
— Mrkvové pyré *79*

Kapitola o menších kusech masa

ETUDA POKRÁJENÁ NA NUDLIČKY *83*
— Kuřecí gyros *84*
— Okurkové tzatziki *87*
— Kuřecí nugety *88*
— Sladkokyselá omáčka k namáčení *90*
— Desetiminutové kuře na citronu *91*
— Hovězí Stroganoff *94*
— Dušená, citronem parfémovaná rýže *97*
— Kuřecí soté *98*
— Vepřová čína *100*

ETUDA POKRÁJENÁ NA KOSTIČKY *105*
— Vepřové v mrkvi *106*
— Bramborové placky rösti *109*

— Vepřové v křenové omáčce 110
— Dýňáky čili dýňové bramboráčky 111
— Vepřové výpečky, málem dietní 112
— Trhané vepřové maso do sendviče 114
— Hovězí po burgundsku 116
— Vídeňský telecí guláš 119
— Rychlé špecle, vlastně spätzle 121
— Krůtí kostky ve slanině 122
— Kuřecí kokosové kari 124

ETUDA PLÁTKOVANÁ 129
— Kuřecí prsa na minutku 130
— Smetanový bulgur se špenátem 132
— Kuřecí řízky dopékané v troubě 133
— Vídeňský bramborový salát 135
— Saltimbocca 137
— Hrášek na římský způsob 140
— Dušené roštěnky 141
— Brambory v kožíšku 143
— Roštěnky Esterházy 144
— Vídeňská roštěná 147
— Vídeňská cibulka 150
— Rychlé bramborové krokety 151
— Krkovice na pivu 2 152
— Salát z kysaného zelí 154
— Krkovice pečená na zelí 155

ETUDA NAPLNĚNÁ 157
— Roláda z kuřecích prsou 158
— Kuřecí balíčky se šalvějí 160
— Beurre blanc 162
— Cordon bleu 163
— Bešamelová omáčka se žampiony 166
— Okurkový salát podle prababiček 167
— Plněná vepřová kotleta 168
— Petrželové brambory 171
— Kapsičky z vepřové pečeně 172
— Zeleninový krambl 175

Kapitola o větších kusech masa

ETUDA O OMÁČKÁCH K HOVĚZÍMU MASU 179
— V troubě vařené hovězí maso k tmavým omáčkám 180
— Rajská omáčka z čerstvých rajčat 182
— Česnekovo-majoránková omáčka 184
— Cibulová omáčka 185
— Tmavá houbová omáčka 186
— Pomalu vařené hovězí maso ke světlým omáčkám 188
— Smetanová pažitková omáčka 190
— Smetanová koprová omáčka 192
— Smetanová křenová omáčka 192
— Smetanová houbová omáčka 194
— Ztracené vejce ke smetanovým omáčkám 195
— Nekynuté houskové knedlíky 196
— Ubrouskový knedlík 197

ETUDA O PEČENÍ VELKÝCH PEČENÍ 201
— Bůček na vlastních kostech 202
— Vepřová pečeně s bylinkovou krustou 205
— Zadělávaná kukuřice s hráškem 207
— Hovězí pečeně na smetaně (svíčková) 208
— Bůčková roláda asijských chutí 212
— Melounový salát k masu 214
— Jehněčí ramínko s omáčkou z pečeného česneku 215

NEVYKOSTĚNÁ ETUDA 219
— Kuře cacciatore 220
— Kuskus 222
— Kuřecí frikasé 223
— Zelenina na anglický způsob 225
— Glazované cibulky 227
— Kuřecí paličky tandoori 228
— Králičí stehna na česneku 230
— Krémová polenta 231
— Osso buco 232
— Gremolata 234
— Milánské rizoto 234
— Jehněčí kolínka 236
— Smetanový špenát 238
— Česneková pohanka 239
— Bezpracné pečené vepřové koleno 240
— Vepřová žebra z pupku 242
— Bylinkový salát 243

ETUDA O KOSTECH V HLAVNÍ ROLI 245
— Základní masový domácí vývar pro jedno volné odpoledne 246
— Zrychlený drůbeží vývar 251
— Velouté 252
— Demi-glace 253
— Kachna dušená na vlastních kostech (a minutková prsa jako bonus) 254
— Minutková kachní prsa 259
— Dušené červené zelí 260
— Jemné bramborové noky 261
— Pečené morkové kosti 262
— Jehněčí žebírka 264

CELOZVÍŘECÍ ETUDA 267
— Kuře na paprice 1 268
— Kuře na paprice 2 271
— Dušený bulgur 274
— Pečené kuře s tradiční nádivkou 275
— Smažené kuře 278
— Slepičí polévka pro čtyři duše 280
— Celestýnské nudle 282
— Kuřecí roláda s nádivkou 283
— Jarní kuřátka pečená naplocho 290
— Králík na smetaně 291
— Pečená kachna 2 292
— Bleskové kedlubnové zelí 295

Kapitola o pokročilých technikách

ETUDA KRÁTKÁ A SYROVÁ 299
— Míchaný tatarák 300
— Falešný tatarák čili bramborová lutenice 302
— Lalok v soli 303
— Carpaccio 304

VELKÁ BIFTEKOVÁ ETUDA 307
— Hovězí biftek pro začátečníky i pokročilé 308
— Základní šťáva z výpeku v pánvi 313
— Pepřová smetanová omáčka 314
— Žampionová smetanová omáčka 315
— Holandská omáčka 316
— Domácí majonéza 317
— Rychlý domácí kečup 319
— Opékané brambory 320
— Domácí hranolky 321
— Pečené brambory 323
— Gratinované brambory 324
— Brambory z plechu 325
— Zelný salát Coleslaw 326

— Celerový salát 327
— Řecký salát 328
— Rostbíf na anglický způsob 329
— Medailonky z vepřové panenky 332
— Fazolky opékané se slaninou 335

ROZVÁŽNÁ ETUDA 337
— Pošírovaná kuřecí prsa 338
— Kuřecí prsa dušená v pórku 339
— Vařené hovězí čili Tafelspitz 340
— Houskový křen 343
— Jablečný křen 344
— Smetanový křen 345
— Konfitovaná kachní stehna snadno a rychle 346
— Rillettes 349
— Králík konfitovaný v olivovém oleji 350
— Vepřové ramínko pečené přes noc 352

ETUDA PRO GRIL A ŽHAVÉ UHLÍ 355
— Grilovaná kuřecí stehna bez kapky tuku 356
— Grilovaná panenka 359
— Biftek z grilu s bylinkovým máslem 360
— Vlažný bramborový salát s rukolou 363
— Salát z grilované zeleniny 364
— Tabbouleh 365
— Panzanella s grilovaným chlebem 366
— Okurkový salát s koprem 367
— Letní voda 367

ETUDA O VNITŘNÍCH ZÁLEŽITOSTECH 369
— Sádlo a škvarky 370
— Zadělávané kachní žaludky čili kaldoun 372
— Pomalu vařený vepřový jazyk 374
— Svarba čili hrách a kroupy 375
— Krůtí játra na víně 376
— Vlažný kuskusový salát 378
— Pěna z kuřecích jater 379
— Hovězí pečeně ve vepřové síťce 382

ETUDA UZENÁŘSKÁ A MYSLIVECKÁ 385
— Italské klobásky dušené na bylinkách 386
— Rajčatový salát 388
— Buřtgulášová polévka 389
— Špagety po uhlířsku čili pasta carbonara 390
— Jelení steaky s brusinkovou omáčkou 392
— Jemné knedlíčky 394
— Rychlá zeleninová příloha 395
— Zvěřinové ragú 396

Poslední kapitola

ETUDA O ZÁVĚREČNÉM MAJSTRŠTYKU 401
— Kuřecí prso s broskví a sýrem 402

ETUDA DĚKOVACÍ A UŽ OPRAVDU POSLEDNÍ 407

Etuda o masových kuličkách a šiškách z celého světa

„Chtěla bych namlít!“

„Ale samozřejmě, s radostí. Vepřové, hovězí, nebo obojí?“

„Chtěla bych něco na masové kuličky. Sousedka říkala, že jsou jednoduché a určitě je zvládnu. Víte, ona je dělá v mikrovlnce a má je strašně rychle hotové, tak takové maso kdybyste mi namlel.“

„Aha, tak vás tu pěkně vítám. Budete asi v řeznictví poprvé, že? Maso do mikrovlnky říkáte? Smím na vás mít troufalou prosbu? Vyberu vám to nejúžasnější maso na masové kuličky, ale vy mi za to slíbíte, že je nebudete vařit v mikrovlnce. To si klidně provádějte s mletým masem, co se prodává předevčírem zabalené na tácku tamhle v supermarketu. Už ho máte předem ochucené a zakonzervované, takže víc už mu ublížit nemůžete.“

„Proč bych měla masu ubližovat mikrovlnkou?“

„Mikrovlny mu nic nepřinesou, jenom ho rychle převedou ze syrového stavu do vařeného. Nepřidají mu žádnou další chuť, naopak ho spíš vysuší. Maso, které bylo semleto z trochu klihovatého kusu, a které proto potřebuje pomalé a dlouhé dušení nebo pečení, bude po rychlém uvaření v mikrovlnce tuhé, suché a rozpadavé. Prostě nepříjemné. Takže buď si teď ode mě necháte semlít panenku či svíčkovou, které jsou křehké a libové a zvládnou i těch pár minut v mikrovlnce, ale vůbec mě nepochválíte ani za účet, ani za chuť, anebo se domluvíme, že to zkusíte pěkně staromódně na pánvi, a já vám k tomu vyberu perfektní maso.“

„Nemám pocit, že mi dáváte na vybranou, i když to tak možná znělo. Říkal jste, že to maso nebudu mít od vás ochucené, že? Jak poznám, že jsem ho osolila dost, když to za mě nikdo neudělá? Není výhodnější koupit si maso ochucené?“

„Z vás bude jednou moje nejlepší zákaznice, víte to? Pro začátek se vždycky držte receptu, ochuťte maso kořením a osolte ho, jak je psáno. Ale předtím než z něj začnete válet svoje kuličky, vezměte malý kousek, uplácejte z něj váleček, placičku nebo motýla a buď ho osmahněte v pánvi, nebo ho uvařte v mikrovlnce. Pak ochutnejte, jestli je dobře ochucené. Když to bude potřeba, zbytek masa dosolíte, dopepříte a doladíte podle chuti.“

„Neříkal jste před chvílí, že vaše maso nesmí za žádných okolností do mikrovlnky? A teď ho tam sám dáváte?“

„Říkal. Taky ho tam, chraň vás pánbůh a svatý Vavřinec, nebudete vařit. Tohle byl jen vzorek kvůli ochucení, ten má výjimku. U něj je vám jedno, že není opečený dokřupava a že dostatečně nezmělkne. Zajímá vás jen míra soli a koření, nic víc. Syrové maso nemůžete ochutnat, tohle už ano. Tak proč se zdržovat přemýšlením, jestli vzorek do mikrovlnky patří, chápete? Stejně tak ho můžete uvařit v trošce vody nebo v polívce, kdyby vám zrovna nějaká stála v hrnci na sporáku. Ale to zatím není váš případ, hádám.“

„To ne, instantní polívky se přece dávají rovnou do hrnečku. To ví u nás doma každý.“

Italské masové kuličky v rajčatové omáčce

Masové kuličky vás naučí základním návykům práce s mletým masem. Pokud jste odkázáni na maso předem namleté a balené, myslete na to, že už může být ledasčím ochucené. V lepším případě pouze solí, v horším obsahuje i nějaké další, méně přírodní konzervanty, anebo dokonce nežádoucí ochucovadla. Bez protestů a bez výhrad čtěte složení na obalu. Soli se nebojte, tomu ostatnímu se pokud možno vyhněte a dochucené maso zásadně nekupujte – je jako vzdorovité dítě, které jen tak neuchlácholíte.

Masové kuličky, stejně jako celá italská kuchyně, jsou velmi ležérní. Když vezmete směs mletého masa, ochutíte solí, parmazánem a zelenou petrželkou, zjemníte vajíčkem a zahustíte strouhankou, aby se vám se směsí dobře pracovalo, uválíte kuličky a vhodíte je do omáčky z rajčatového pyré z konzervy, nemůžete v zásadě nikde udělat chybu. V obvyklém případě za půl hodiny servírujete vonící večeři, obnášející tuhle jednoduchost spolu s čerstvě vařenými těstovinami a závěj právě nastrouhaného parmazánu.

Jelikož se ale s obyčejným jídlem nelze spokojit natrvalo, neboť člověk se vyvíjí a touží po uznání, ukážu vám, jak i tuto základní položku ve vašem kuchařském repertoáru vynést do výšin, kam se dostane jen málokterá kuchařka. Finty k zapamatování jsou tu hned dvě; zapište si také, že je můžete využít i u jiných receptů z mletého masa.

Za prvé, strouhanka sice zlepšuje tvárnost masové směsi a zabraňuje rozpadání kuliček v počátku vaření, bez ní jsou však kuličky mnohem jemnější a hebké jako obláček. Podobné pravidlo platí i pro mouku: pokud vám jakýkoli recept radí, abyste ji k mletému masu přidali ve větším množství, pohrozte mu prstem a mouku uberte, anebo ji nahraďte strouhankou, je-li to opravdu nezbytné.

Za druhé, čím déle se kuličky dusí, tím lépe. Hotové a připravené k podávání jsou sice už za 15–20 minut, ale delší dušení v rajčatovém prostředí jim nesmírně prospívá a zvyšuje lahodnost. Hodina je fajn a měli byste k ní směřovat, dvě hodiny luxus. Tak jako tak, na přesné odpočítávání času si tu v žádném případě nikdo nehraje, je to jen na vás, v jakém shonu zrovna vaříte.

Sekaná pečeně

Sekané se dost domácích kuchařek bojí, ovšem zbytečně. Při její přípravě se mohou objevit hlavně dva problémy: buď praskne, nebo je na povrchu příliš vysušená. Jakmile je vychytáte a získáte jistotu, snadno přejdete k vyšším cílům: plněné sekané pečeni.

Jako náplň se nabízejí především vařená vajíčka, která v české i rakouské kuchyni stačí na to, aby pozměnila název na štěpánskou sekanou pečeni. Vmíchat můžete i větší kostky dalších surovin, aby se na řezu vytvořila mozaika: šunku, spařený špek, kapie, okurky. Vždy však dbejte na to, aby základní masová hmota převládala nad hmotou náplně, jinak se změní pojivé vlastnosti natolik, že začnete pečeni ladit od začátku. Popraská a vyschne.

Popraskání způsobí, když nedostatečně propracujete směs masa s ostatními surovinami. Lepší pojivosti dosáhnete celkem snadno: Jakmile vše smícháte dohromady, naberte směs v misce do dlaní a z výšky třiceti centimetrů ji pusťte zpět do misky. Pleskne to, mlaskne to a v masu se zvýší soudržnost. Zopakujte několikrát, a prasknutí nehrozí.

Proti přílišnému schnutí na povrchu se dá bojovat tukem. Sekaná se peče odkrytá a celkem dlouho, vzhledem ke své velikosti 45–60 minut, takže má dost času na to, aby přišla o část vláčnosti. Naštěstí ji můžete pokrýt plátky slaniny, posypat kostičkami špeku nebo zabalit do vepřové sítky, což je tenoučká, tukovými žilkami prorostlá pobřišnice. Seženete ji za pár korun u některých řezníků, takže stojí za to se na ni zeptat. O tom, jak s ní naložit, píšu na jiném místě (strana 382), protože v tomto receptu jde hlavně o správnou práci s masem.

Pro 4 osoby

- 500–600 g směsi mletého masa (1 : 1 vepřové a hovězí, případně s malou převahou vepřového)
- 2 rohlíky
- 1 střední cibule
- 1 stroužek česneku
- 2 lžíce oleje
- 1 vajíčko (a 1 žloutek, pokud máte navíc)
- 4 snítky hladkolisté petrželky
- ½ lžičky sušené majoránky
- 50 g plátků slaniny nebo 50 g špeku v celku
- 1 lžička soli

1. Z rohlíků odkrojte tvrdé patky a snězte je. Překrojte v polovině, naskládejte do vhodně velké misky a zalijte studenou vodou. Potřebují něčím zatížit (například talířkem), aby zůstaly ponořené. Nechte 10–15 minut zcela nasáknout.

2. Cibuli i česnek oloupejte a nasekejte nadrobno. V kastrůlku mírně rozehřejte 1 lžíci oleje a cibuli na něm zvolna poduste do změknutí, zhruba 3 minuty. Přidejte česnek a ještě chvíli nechte dusit, až změkne i ten. Odstavte stranou a nechte vychladnout. Lístky petrželky oberte ze stonků a nasekejte je nahrubo. Stonky můžete použít do vývaru, pokud nějaký tvoříte.

3. Rohlíky vyjměte z vody a zlehka vyždímejte, aby z nich už samovolně nevytekla ani kapka tekutiny. Na prkénku je cik cak nasekejte, jako byste sekali bylinky, měla by z nich vzniknout hrubá kaše. Maso smíchejte s rozmočenými nasekanými rohlíky, vajíčkem, solí, zchladlou cibulí a česnekem, petrželkou a majoránkou.

Dobře propracujte. Jakmile směs vypadá stejnoměrně, vezměte ji celou do dlaní a z výšky 30 cm pusťte zpět do misky. Opakujte 5–10krát, berte to třeba jako terapii, pokud potřebujete. Pomůže to masu i vám.

4. Dno menšího pekáčku vytřete zbytkem oleje a troubu vyhřejte na 200 stupňů. Masová směs je poměrně řídká, přesto se z ní dá vytvarovat velká šiška, dlouhá zhruba 25 cm. Navlhčete si pro tento úkon ruce a snažte se, ať pečeně není moc placatá, spíš si ji představujte jako válec. Buď ji můžete připravovat rovnou v pekáčku, anebo na prkénku a pak ji opatrně přenést. Přestože se jí zrovna dvakrát nechce, jde to. Na hřbetě ji pokryjte plátky slaniny, anebo posypte špekem nakrájeným na malé kostičky.

5. Sekanou pečte 45–60 minut, dokud není pevná na dotyk a nemá správně zlatohnědou barvu. Protože není zakrytá, pravidelně ji během pobytu v troubě přelévejte vypečeným tukem, přinejmenším každých deset minut v druhé polovině pečení.

6. Sekaná se obvykle podává bez vypečené šťávy, jen s bramborovou kaší přelitou rozpuštěným máslem. V pekáčku však zůstane mnoho přípečků, ze kterých by se dala výborná přírodní šťáva udělat. Pokud o ni stojíte, následujte závěr receptu na vepřové fašírky, který najdete o kousek dál v této etudě, jen s tím rozdílem, že budete pracovat s pekáčkem místo s pánví.

Štěpánská sekaná pečeně

Do štěpánské sekané potřebujete několik natvrdo uvařených vajec, která se pak objeví na řezu. Vajíčka vařte striktně jen 8 minut a poté krátce šokově zchlaďte ve studené vodě, aby se už dál nevařila a taky se dala líp oloupat. Odřízněte jim špičku a patku, ať se odhalí část žloutku. Budou tak na sebe uvnitř sekané lépe navazovat a na řezu se vždycky objeví bílá i žlutá část vejce. Počítejte s tím, že podle velikosti vajec jich na náplň budete potřebovat aspoň 4–5 kousků.

Sekanou připravte podle předchozího receptu a do syrové masové šišky udělejte hřbetem ruky prohlubeň. Vložte do ní vajíčka, jedno těsně za druhým, a sekanou opět uzavřete. Pečte stejným způsobem, jak bylo uvedeno.

Fašírky na přírodní způsob

Do třetice ještě jedno jídlo vytvořené ze směsi masa na sekanou pečeni. Tentokrát z ní vzniknou šťavnaté oválné placičky s přírodní šťávou, která je dělá ještě šťavnatějšími. Nemusejí být každý den jen karbanátky!

Pro 4 osoby

- masová směs podle receptu na sekanou pečeni
- 300 ml domácího vývaru (s vodou to moc nefunguje)
- 2 lžíce másla
- olej na opékání fašírek

1. Vypracujte masovou směs. Rozdělte ji na 8 dílů a z každého nejprve utvořte kouli, načež ji na dlani doslova rozpleskejte na asi centimetr vysokou oválnou placku.

2. Použijte buď nepřilnavou pánev, nebo pánev z jiného materiálu, které věříte a ke které se toho po všech vašich společných kuchařských dobrodružstvích už moc nechytá, neboť je – s prominutím – zajetá. Budete-li následovat druhou zmíněnou volbu, čeká vás nakonec lepší a výraznější šťáva, protože v pánvi vznikne víc přípečků, díky kterým získá výsledné jídlo na chuti. Pánev rozehřejte a nalijte do ní 1–2 lžíce oleje, aby bylo pokryté dno. Vložte do ní tolik placiček, kolik se do ní s menšími rozestupy vejde. Opékejte je spíš zvolna, tedy aspoň 5 minut po jedné straně, až navrchu vlivem tepla viditelně zesvětlají. Pak je obraťte a ještě 3–4 minuty opékejte po straně druhé. Pokud se placičky přes veškerou snahu přilepují k pánvi a nejdou otočit, odškrábněte je vhodnou obracečkou, obvykle se to podaří bez zásadních ztrát, takže fašírky stále vypadají k světu. Berte to pozitivně, budete mít lepší šťávu. Odlepení fašírek napomůže také podlití malým množstvím vody.

3. Opečené fašírky uchovejte v teple. Na přípečky v pánvi nalijte vývar a nechte vařit zhruba 5 minut, až se polovina vývaru odpaří, přípečky částečně rozpustí, šťáva krásně zhnědne a trochu zhoustne.

4. Odstavte z plotýnky a do šťávy vhoďte máslo nakrájené na kousky. Metličkou míchejte, dokud se všechno máslo nerozpustí. Šťáva tím sice trochu zesvětlí, ale taky zhoustne a zjemní. Přeceďte, dosolte a dopepřete podle chuti a hned podávejte. Šťávu nemůžete uchovat na později, protože se vzhledem k máslové emulzi, kterou jste právě vyrobili a využili ji pro zahuštění, nedá ohřívat.

Rada: Vodu místo vývaru nepoužívejte, přípečky z pánve by nestačily na její dostatečné ochucení a šťáva by tak byla velmi mdlá. Dalo by se sice uvažovat o menším množství vody (a másla), ale tím zase získáte šťávu sotva na jednu porci.

[*HEDVÁBNÁ BRAMBOROVÁ KAŠE*]

Kaše připravená podle tohoto receptu je velmi sytá a určitě by dokázala vydat za samostatné a výživné jídlo, zejména mezi dětskými strávníky. Kuchařské zaklínadlo zní: hodně másla, horké mléko, nenahraditelná a vydatná práce metličkou. Doporučuji ji někdy porovnat s méně luxusní podobou, abyste věděli, o jaký požitek můžete přijít.

Pro 4 osoby

- 1 kg brambor, varný typ C (pyré)
- 100 g másla
- 300 ml horkého mléka
- 1 lžička soli

1. Brambory oškrábejte a přepulte, rozčtvrťte nebo jinak pokrájejte, aby všechny kousky byly zhruba stejně velké a uvařily se ve stejnou dobu. V hrnci je zalijte studenou vodou (měly by být těsně ponořené), osolte zarovnanou lžičkou soli a přiveďte k varu. Vařte, dokud nejsou brambory zcela měkké, zhruba 15 minut. Poklička není nezbytná, ale šetří energii.

2. Brambory slijte a nechte 1–2 minuty v horkém hrnci odpařit. Přidejte máslo nakrájené na menší kousky a šťouchadlem je rozmačkejte co nejvíc dohladka.

3. Ve dvou krocích přilijte horké mléko a metličkou zašlehávejte, dokud se nevstřebá. Pokračujte ve šlehání, až se kaše odtahuje a odlepuje ode dna, trvá to sotva minutu. Dosolte podle chuti. Pokud kaši nepotřebujete hned podávat, uchovejte chvíli pod pokličkou.

[ŠŤOUCHANÉ BRAMBORY S JARNÍ CIBULKOU]

Tuhle přílohu oceníte hned dvakrát. Až se vám někdy – omylem – rozvaří brambory, nemusíte se omlouvat za jejich podivný vzhled. Prostě jim tímto způsobem pozměňte vizáž a dělejte, že to byl od samého začátku váš úmysl.

Druhý důvod, proč mít šťouchačky ve svém repertoáru, je čistě estetický. Pokud se dá nějaká příloha snadno tvarovat na talíři, pak jsou to ony. Můžete z nich velkými lžícemi vytvořit krásné noky, můžete je napěchovat do kulatého tvořítka a to pak sejmout. Stačí vykrajovátko na koblihy, nebo si nechte od spřáteleného instalatéra uříznout pěticentimetrový kousek novodurové trubky s průměrem kolem 8–10 cm. Ale i kdybyste z nich jen udělali hromádku na talíři, nerozjede se do stran.

Smím-li zmínit ještě jeden důvod, proč je milovat, pak je to jejich schopnost nechat se pozměnit a ochutit téměř vším, co vám v lednici zbývá: pestem, slaninou, sušenými rajčaty, houbami, bylinkami. Vždy volte takové ochucení, aby se na talíři neopakovalo v dalších součástech jídla, ale aby zároveň ladilo s ostatními použitými surovinami.

Pro 4 osoby

- 1 kg brambor, varný typ B nebo C
- 60 g másla nebo sádla
- 5 jarních cibulek i s natí
- 50 ml vody nebo mléka
- 1 lžička soli

1. Brambory oloupejte a překrojte na stejně velké kousky. Vložte do hrnce, zalijte studenou vodou, přidejte rovnou lžičku soli a nechte uvařit doměkka, podobně jako v případě bramborové kaše.

2. Zatímco se brambory vaří, očistěte cibulky. Odřízněte jim kořínky a rozpulte je v místě, kde světle zelená nať přechází v jasně zelenou. Ze spodních částí cibulek sloupněte horní vrstvu, pokud je příliš oschlá nebo jinak poškozená. Ze zelené natě odřízněte konce, které uvadají nebo nejsou pohledné. Všechny použitelné části cibulek omyjte, dbejte hlavně na to, aby nezůstaly nečistoty v záhybech zelené natě. Nakonec všechno pokrájejte na tenká kolečka.

3. V kastrůlku rozehřejte tuk a přidejte cibulku. Pozvolna pár minut míchejte a duste, až cibulky změknou a ztratí syrovou pálivost, ale nezačnou ztrácet svěží zelenou barvu. Odstavte stranou.

4. Uvařené brambory slijte a nechte minutu odpařit na vypnuté, avšak stále ještě teplé plotýnce. Nahrubo je rozšťouchejte, přidejte do pánve k opečeným cibulkám a znovu začněte společně zahřívat.

5. Pečlivě pracujte vařečkou. Jakmile se brambory dost zahřejí a natáhnou do sebe tuk, začne se na dně pánve tvořit slabá přichycená vrstva. Vydržte v míchání tak dlouho, než začne hrozit její připálení, čili sotva minutu. Pak na nic nečekejte a brambory podlijte vodou nebo mlékem.

6. Dál míchejte, až tekutina rozpustí přichycenou vrstvu a následně se vsákne do brambor. Odstavte a dosolte podle potřeby. Podávejte obratem.

Rada: Stejným způsobem skvěle upotřebíte i brambory zbylé ze včerejška. Rozšťouchejte je studené, tak jak jsou z lednice, následně se na pánvi s cibulkou rychle prohřejí.

V troubě vařené hovězí maso k tmavým omáčkám

Tak a máte to. Omáčky k hovězímu masu jsou tradiční záležitostí a měli bychom je chránit jako národní kulinární bohatství.

Bohužel tomu někteří řezníci a prodejci masa nejsou zcela nakloněni, jelikož tvrdošíjně dělí hovězí zjednodušeně na přední a zadní. Jenomže hovězí maso se skládá z mnoha svalů, z nichž se každý chová v kuchyni trochu jinak, takže i když vás řezník bude ubezpečovat, že zadní je pro vaše úmysly báječné, má pravdu jen asi v polovině případů. Do zadního masa totiž spadá celá složitá kýta s horním a dolním šálem, malým a velkým ořechem, roštěnec, svíčková, a taky třeba plec čili maso z ramene. Všechno ostatní, z řeznického pohledu méně kvalitní maso, je tzv. přední, i kdyby mělo být až z oháňky.

Na dlouhé dušení v troubě, kdy je maso zcela ponořené ve vývaru nebo v jiné voňavé tekutině, budete potřebovat pomalý teplotní start, dost času a trochu prorostlé maso. Smyslem dlouhého dušení je rozpustit klihovatinu, nechat maso změknout a přivést ho ke šťavnatosti.

Když se prorostlé části masa nedostane dostatečného pobytu v teple, zůstane žvýkavá a tuhá. Prorostlejší jsou vždycky ty svaly, které pomáhají zvířeti se hýbat. Je to tedy maso z nohou, dýchací svaly, žvýkací svaly. Ty musejí být zároveň více prokrvené, a tak má tohle maso o něco tmavší barvu než ostatní části. Snadný příklad najdete na kuřeti, na němž libová, neprorostlá prsíčka mnoho pohybu nezajišťují, zatímco stehna jsou členitější, blanitější, tmavší a náročnější na dobu tepelné úpravy.

Pokud se zařídíte podle tohoto receptu, výsledkem vám bude měkké maso a výborný tmavý vývar, který se hodí do tmavších omáček k hovězímu masu. Ty budou následovat v dalších receptech.

Pro 4 osoby

- 600–750 g masa (velká plec nebo velký ořech, případně i kližka)
- 1 velká lžíce sádla nebo 2 lžíce oleje
- 1 větší mrkev
- 1 petržel
- 2 stonky řapíkatého celeru nebo ¼ hlízy bulvového celeru
- 1 cibule
- 100 ml červeného vína
- asi 1 lžička soli

1. Maso omyjte, osušte a zbavte povrchových blan, které by se při dušení rychle smrskly a mohly ho deformovat. Kuchyňským provázkem svažte maso do válečku, tím zajistíte tvar a i snadnější porcování. Na povrchu jemně osolte. Zeleninu očistěte a nakrájejte nahrubo, řapíkatý celer nezapomeňte při čištění oloupat škrabkou na zaoblené straně.

2. Troubu rozehřejte na 90 stupňů. V pánvi rozpusťte sádlo a maso na něm velmi zprudka ze všech stran osmahněte. Získáte tím výraznější chuť hotového jídla. Nezapomeňte na zástěru, prská to.

3. Vyjměte maso do menšího, hlubšího pekáčku nebo kastrolu, který můžete později vložit do trouby. Do výpeku v pánvi vhoďte kořenovou zeleninu a zprudka minutu nebo dvě opékejte, až se začne barvit dohněda. Pak teprve přidejte cibuli, případně řapíkatý celer, částečně ztlumte žár a pokračujte v opékání ještě asi 5 minut, až vše zezlátne. Pokud byste měli pocit, že se dno pánve začíná příliš připékat, přilijte pár lžic vody a nebezpečné, zhořknutím hrozící přípečky rozpusťte. Voda se odpaří a můžete v opékání pokračovat.

4. Osmahnutou zeleninu podlijte vínem a vydržte, dokud se víno zcela neodpaří. Nakonec zalijte litrem vody, osolte zhruba lžičkou soli, aby vám slanost byla příjemná, a přiveďte k varu. Horký obsah pánve nalijte do pekáčku na maso. To by mělo být zcela ponořené, takže pokud vám voda nestačí, přidejte další. Zakryjte padnoucí poklicí a vložte do teplé trouby. Na 2,5 hodiny klidně na maso zapomeňte.

5. Zvyšte teplotu na 120 stupňů a pokračujte v pečení další hodinu. Po uplynutí této doby kontrolujte každých 30 minut, zda už maso není dost měkké a rozplývavé. Celková doba pečení se podle povahy masa může pohybovat mezi 3,5–6 hodinami. A to ještě nemáte zcela hotovo.

6. Měkké maso nechte zchladnout v tekutině, ve které se dusilo. Při dušení má tendenci ztrácet šťávu, ale chladnutím v tekutině ji dokáže částečně natáhnout zpět. Ze zchladlého masa odstraňte provázek a maso nakrájejte na plátky. Tmavý vývar sceďte, vyvařenou zeleninu už asi k ničemu nevyužijete.

7. Z vývaru připravte omáčku podle některého z následujících receptů. Část vývaru si můžete ponechat a jemně v něm před podáváním maso prohřát, nicméně abyste zachovali jeho šťavnatost, spokojte se s teplotou jen kolem 60–70 stupňů. Maso také můžete ohřát nad párou v paráčku, pokud už vám žádný vývar nezbyl, anebo třetí možnost nabízí krátký rekondiční pobyt v horké hotové omáčce.

[*RAJSKÁ OMÁČKA Z ČERSTVÝCH RAJČAT*]

Rajská omáčka z protlaku snese poměrně hodně koření: bobkový list, nové koření i skořici. Ne však tahle. Čerstvá rajčata, byť vyzrálá a sluníčkem vybarvená, se vám budou v kastrůlku kamarádit tak nanejvýš se snítkou nějaké té bylinky.

Pokud chcete na závěr sypat omáčku strouhaným perníkem, jakože by to rozhodně bylo stylové, pak buďte skoupí i na něj. Omáčka je úmyslně řidší, abyste viděli, jak se na talíři třpytí a natřásá; k ní si můžete trochu perníku přece jen dopřát aspoň na letmé dohuštění na závěr.

Pro 4 osoby

- 1 vrchovatá lžíce másla
- 5 rajčat
- 400 ml vývaru z předchozího receptu
- 25 g másla
- 25 g hladké mouky
- pár lžiček strouhaného perníku
- ¼–½ lžičky soli

1. Rajčata umyjte a nakrájejte na osminy. V kastrolu rozpusťte vrchovatou lžíci másla, vhoďte na něj rajčata, osolte dvěma špetkami soli, přiklopte poklicí a nechte půl hodiny zvolna dusit. Čas od času promíchejte nebo protřeste, spíš abyste nevyšli ze cviku než proto, že by hrozilo připálení.

2. Zatímco se rajčata dusí, v jiném kastrůlku rozehřejte druhou část másla. Zasypte moukou a na středně silném plameni nechte nejprve zpěnit a pak za stálého míchání zezlátnout, trvá to asi 3 minuty, během kterých to vypadá, že se v kastrůlku vlastně vůbec nic neděje. Kdybyste ho nechali bez dozoru, začne se jíška velmi rychle připalovat ke dnu – a na to byste přišli až po promíchání.

3. Hotovou jíšku zalijte třetinou vlažného nebo studeného vývaru a míchejte, dokud nevznikne hustá kaše. Na ni vlijte druhou třetinu vývaru a opět rozmíchejte, pak teprve přidejte i zbytek. Přiveďte k varu, kastrůlek o malý kousek – asi o jeden až dva centimetry – posuňte a postavte mimo plotýnku a nechte zvolna vařit alespoň 20 minut. Tím, že kastrůlek nestojí na plotýnce celý, bude se omáčka provářet jen z jedné strany, zatímco na té vychýlené se začne hromadit šlem, pěna a uvolněný tuk. Postupně tyto nečistoty odebírejte lžící a pozorujte, jak tím omáčka dostává stále jasnější barvu. Je to trik, který můžete použít na všech omáčkách, kde se musí jíška provařit s vývarem nebo jinou tekutinou.

Pokračování na další straně

4. Podušená rajčata slijte přes cedník k omáčce v druhém kastrůlku, která se mezitím dostatečně provařila a zhoustla. Vařečkou nebo lžící obsah cedníku částečně propasírujte, zachycené by měly zůstat hlavně slupky, semínka a další pevné části rajčat.

5. Hotovou omáčku ještě minutu nebo dvě povařte, aby se chutě spojily, a nakonec podle svého gusta dosolte. Na talíře rozdělte horké knedlíky a teplé maso, přelijte omáčkou a lehce, opravdu lehce, ji zasypte strouhaným perníkem.

[ČESNEKOVO-MAJORÁNKOVÁ OMÁČKA]

Tahle tmavá omáčka má velmi blízko k našim českým chutím. Rozhodně si tu dejte pozor, ať česnek v jíšce nesežehnete, a majoránku přidejte až ke konci vaření, protože jinak se jí zbytečně kazí chuť i vůně.

Pro 4 osoby

- 25 g másla
- 25 g hladké mouky
- 400 ml tmavého hovězího vývaru z masa vařeného v troubě, viz strana 180
- 2 stroužky kvalitního, výrazného česneku
- 1–2 špetky sušené majoránky, případně pár snítek čerstvé na ozdobení
- malá špetka soli a čerstvě mletý pepř

1. Česnek oloupejte a nakrájejte na tenké plátky. V kastrůlku rozpusťte máslo, zasypte moukou a nechte zpěnit. Za bedlivého dohledu vařečkou míchejte, až vznikne zlatavá jíška. V tu chvíli přidejte česnek a jen krátce nechte osmahnout. Jakmile začne česnek měnit barvu, zalijte třetinou vývaru a vymíchejte hustou kaši. Přilijte druhou třetinu, znovu rozmíchejte a pak vlijte i zbytek vývaru.

2. Omáčku přiveďte k mírnému varu, kastrůlek maličko poodsuňte ze středu plotýnky a nechte 20–30 minut provářet a houstnout. V místě, kde kastrůlek nestojí na plotýnce, se začne hromadit pěna a uvolněný tuk, občas tyto nečistoty odeberte lžící, omáčka se tím pročistí. Taky čas od času omáčkou promíchejte, aby se nepřipálila.

3. Na závěr promněte v dlani majoránku a přidejte ji do kastrůlku. Už jen krátce povařte, asi minutu, dosolte a dochuťte čerstvě mletým pepřem a podávejte. Pokud chcete omáčku hladkou, bez kousků česneku, nejprve ji proceďte, pak teprve zasypte majoránkou a nechte přejít varem.

[CIBULOVÁ OMÁČKA]

Kolik omáček umíš, tolikrát jsi člověkem. Takže se, vážení, naučte i tuhle snadnou cibulovou, ať si na vás jen tak někdo nepřijde. Navzdory očekáváním v ní žádné kousky cibule neplavou, takže vlastně vůbec nejde o tuctovou omáčku.

Pro 4 osoby

- 40 g másla
- 1 velká cibule
- 25 g hladké mouky
- 400 ml tmavého vývaru z masa vařeného v troubě, viz strana 180
- zhruba špetka soli a čerstvě mletý pepř podle chuti

1. Cibuli oloupejte a nakrájejte nadrobno. V kastrůlku rozehřejte máslo, vhoďte cibuli a zprudka ji opečte. Míchejte, dokud cibule nezíská zlatavou barvu, a bedlivě sledujte dno kastrůlku. Kdyby se začalo připékat a vyhrožovalo zhořknutím budoucí omáčky, zatrhněte mu to několika lžícemi vody. Ta se sice okamžitě odpaří, ale stihne všechny přípečky rozpustit a pomůže cibuli získat tmavší barvu.

2. Opečenou cibuli vyjměte děrovanou lžící, aby tuk zůstal v kastrůlku. Pokud cibule absorbovala většinu tuku a v kastrůlku téměř žádný nezbyl, přidejte tolik nového másla, abyste měli k dispozici celou jednu lžíci. Zahřejte, zasypte moukou a nechte chvíli zpěnit. Míchejte, dokud mouka nezezlátne, asi 3 minuty.

3. Vzniklou jíšku zalijte třetinou studeného vývaru a rozmíchejte na hladkou kaši. Přilijte další třetinu vývaru, znovu rozmíchejte dohladka, a pak teprve dolijte zbytek. Vraťte do kastrůlku cibuli, vše přiveďte k mírnému varu, poodsuňte mimo střed plotýnky a zvolna vařte 20–30 minut. Sbírejte pěnu a tukový škraloup, které se hromadí na odsunuté straně kastrůlku, omáčka se tím pročistí. Občas ji také promíchejte, ať se vám zbytečně nepřipaluje.

4. Nakonec omáčku dochuťte solí a pepřem a proceďte, tím jí dodáte noblesu a odstraníte vyvařenou cibuli. Podávejte s masem a knedlíkem, jak se v téhle etudě očekává.

[*TMAVÁ HOUBOVÁ OMÁČKA*]

Houbové omáčky máme u nás v české kuchyni dvě: tmavou a světlou. Možná tři, pravděpodobně totiž najdete v rodině ještě nějakou vaši, co se zatím neprobojovala do celonárodního povědomí.

Na tmavou omáčku potřebujete tmavší vývar, tmavší jíšku a trochu kmínu. Dál nějaké čerstvé houby, které mimo sezónu můžete nahradit sušenými, když je dostatečně předem namočíte do studené vody. Též lze použít kupované žampiony, pro tmavou sice přednostně hnědé, ale bílými vlastně taky nic nezkazíte.

Pro 4 osoby

- 400 ml tmavého hovězího vývaru z dušení v troubě, viz strana 180
- 25 g másla
- 25 g hladké mouky
- 1 lžíce másla na opečení hub
- 250 g čerstvých hub nebo hrst sušených, nejméně hodinu předem namočených do studené vody
- šťáva ze ¼ citronu, používáte-li kupované žampiony
- velká špetka celého kmínu
- 2 špetky soli
- hrst lístků zelené hladkolisté petrželky nebo několik stonků pažitky

1. V kastrůlku na středním plameni zpěňte máslo, zasypte moukou a vařečkou nebo metličkou míchejte, dokud se nepřestane tvořit pěna a jíška pozvolna nezezlátne, celkem asi 5 minut. Nepřestávejte míchat, i když to vypadá, že se nic neděje.

2. Přilijte třetinu vývaru a pokračujte v míchání, dokud se nevytvoří hustá kaše. Dolijte další třetinou a znovu rozmíchejte dohladka, nakonec přilijte zbytek a přiveďte k varu. Pokud používáte sušené (a předem namočené) houby, vylovte je, přidejte k omáčce, a stejně tak vodu, ve které se máčely. Jen dejte pozor na nečistoty u dna, ty pokud možno do omáčky vůbec nepouštějte. Způsobem, který jsem popsala v předchozím receptu, pozvolna a trochu posunuté z plotýnky provářejte 20–30 minut.

3. Zatímco se vaří omáčkový základ, očistěte čerstvé houby, větší kousky přepulte nebo rozčtvrťte a nakrájejte na tenké plátky. Pokud používáte žampiony, po nakrájení je rovnou vhazujte do vody okyselené citronovou šťávou, aby nešedly a neoxidovaly.

4. V druhém kastrůlku rozehřejte máslo, přihoďte houby, osolte dvěma špetkami soli, zasypte kmínem a zprudka opékejte, dokud houby nepustí svou vlastní šťávu a ta se pak znovu nevydusí až na původní tuk. Odstavte, tuk z hub nyní můžete slít, už ho nebudete potřebovat. Opečené houby přimíchejte do hotové, provařené omáčky.

5. Petrželovou nať nasekejte nahrubo a vmíchejte k omáčce až těsně před podáváním. Na talíř rozdělte knedlíky a ohřáté maso a přelijte omáčkou.

Medailonky z vepřové panenky s hořčično-medovou omáčkou

Vepřová panenka má všechny předpoklady k tomu, aby se nechala přeměnit na působivé medailonky: vypadá jako rovnoměrný váleček, což značně usnadňuje práci kuchařovu, má velmi jemné, minutkové maso a sluší jí nepropečená úprava.

Medailonky můžete z panenky nakrájet ještě před opékáním a pak je nechat mihnout se horkou pánví, ale připravíte se o velký podíl šťavnatého, uvnitř ne zcela propečeného masa. Zato si přivodíte starosti, jak uhlídat stejné propečení všech kousků v pánvi. Pokud vám mohu poradit, opékejte panenku v celku, což v tomto případě znamená v přibližně 15 cm dlouhých špalíčcích, které by měly mít všude stejnou tloušťku.

S tímto ohledem vybírejte maso už u řezníka; věnujte přitom pozornost i tenkým, světlým blankám, které budete muset před opečením odříznout. Čím čistší maso, tím méně ořezu a méně práce. Konci panenky, takzvanému palci, se tentokrát vyhněte, je širší a tenký. Sice se také skvěle hodí na rychlou úpravu, ale spíš v podobě nudliček. Pokud už doma máte méně pravidelný kousek panenky, můžete si pomoct kuchyňským provázkem. Zahněte jakýkoli tenký konec masa zpět a sešněrujte tak, aby se ze všech známých a popsaných geometrických těles nejvíce podobal válečku.

Pro 4 osoby

- 600–800 g vepřové panenky (2 pěkné, rovnoměrně silné kousky dlouhé asi 15 cm)
- 1 lžíce sádla
- 1 vrchovatá lžička anglické hrubozrnné hořčice
- 100 ml červeného vína
- 1 lžička medu
- 50 g másla
- ½ lžičky soli
- čerstvě mletý pepř

1. Očistěte maso od stříbřitých povrchových blan: malým nožíkem zajeďte pod kousek blanky a veďte nůž těsně pod jejím povrchem směrem k bližšímu konci panenky. Chytněte blanku za volný kousek a odřízněte ho i směrem k druhému konci panenky. Stejným způsobem zbavte maso ostatních blan.

2. Maso jemně osolte a opepřete. V pánvi rozehřejte sádlo, plotýnka by měla být zapnutá asi tak na dvě třetiny svého výkonu. Vložte oba kousky masa a postupně je kolem dokola opečte. Vždy nechte minutu až dvě opékat, než vespod zezlátnou, pak lze maso snadno odlepit od pánve. Kousek pootočte a opékejte dál. Na krátkých koncích maso neopékejte a na výšku ho nestavte, soustřeďte se jen na obvod.

Medailonky z vepřové panenky s hořčično-medovou omáčkou

3. Zhruba po deseti minutách by mělo být maso rovnoměrně opečené kolem dokola a na dotyk nikoli měkké, ale pružné. Pokud je stále příliš měkké, dopřejte mu ještě jednu rychlou opékací otočku. Přemístěte z pánve do hlubokého talíře, kastrůlku nebo misky a postavte někam do tepla – do trouby vyhřáté na 80 stupňů nebo na mírně teplou plotýnku.

4. Z výpeku v pánvi slijte všechen tuk, přípečky ale zachraňte. Přidejte hořčici a chvíli, zhruba půl minuty, míchejte na mírném plameni. Zalijte vínem, ze dna odškrábněte všechny přípečky a nechte je rozpustit. Vařte asi minutu, dokud se tekutina neodpaří a pánev nezačne opět vypadat jako suchá, tím se barvivo z červeného vína promění z nepřitažlivé, zašlé fialové na sytě hnědou.

5. Zalijte 100 ml vody nebo vývaru, přilijte i šťávu, kterou mezitím pustilo odpočívající maso, a přiveďte krátce k varu. Vařte, dokud omáčka nezačne mít konzistenci sirupu, mělo by stačit doslova pár minut.

6. Odstavte, zapracujte med a máslo nakrájené na několik kousků. Metličkou rychle míchejte, dokud se máslo nerozpustí a nevstřebá, tím se šťáva zahustí a zjemní. Dochuťte solí, případně čerstvě mletým pepřem.

7. Odpočívající maso nakrájejte na plátky silné jako prst a podávejte přelité omáčkou. Skvěle se k nim hodí fazolky se slaninou a jakákoli bramborová příloha.

[FAZOLKY OPÉKANÉ SE SLANINOU]

Ani čerstvé, ani mražené fazolky nelze jen tak přihodit do pánve ke slanině, zprudka opéct a čekat povzbudivé ohlasy. Čerstvé fazolky nejprve potřebují krátce povařit a zchladit šokem, aby se zbavily toxických látek a přitom zůstaly křupavé. Mražené fazolky už nejspíš touto procedurou prošly ještě před upadnutím do zimního spánku při minus 18 stupních, potřebují ovšem rozmrazit a oživit. Takže ať už máte čerstvé, nebo mražené, ze všeho nejdřív by je měl čekat velký hrnec s vroucí vodou.

Pro 4 osoby

- 250 g čerstvých nebo mražených zelených fazolových lusků (pokud mražených, tak celých, nikoli krájených nebo sekaných)
- 100 g slaniny
- 2 lžičky soli
- čerstvě mletý pepř

1. Máte-li čerstvé fazolky, odkrojte jim špičky a zároveň jedním tahem sloupněte boční tuhá vlákna. Přiveďte k varu hrnec s 3–4 litry vody, osolte 2 vrchovatými lžičkami soli. Jakmile začne voda silně vřít, vhoďte do ní fazolky a krátce povařte: čerstvé fazolky tak, aby byly měkké a křupavé na skus, ovšem nikoli rozměklé, tedy 3–5 minut; u mražených déle trvá, než voda začne znovu vřít, tím jsou ovšem hotové.

2. Uvařené fazolky vylovte a nebo slijte a okamžitě přemístěte do většího množství ledově studené vody, například do velké mísy nebo do čistého dřezu. Chlaďte 2 minuty, pak sceďte a nechte okapat.

3. Slaninu nakrájejte na kostičky, nasypte do pánve a podlijte dvěma lžícemi vody. Pozvolna zahřívejte, aby se slanina prohřála a začala pouštět tuk, pak můžete zvýšit výkon plotýnky a opéct ji dozlatova.

4. Na závěr zapněte plotýnku na maximum, ke slanině přidejte předvařené, vychlazené a scezené fazolky a zprudka a krátce prohřejte. Osolte, opepřete a ihned podávejte.

Špagety po uhlířsku čili pasta carbonara

Předpokládám, že už se k vám doneslo, čemu tyhle těstoviny vděčí za svou krémovou konzistenci. Určitě víte, že o hebkost se postarají žloutky, které se v uvařených těstovinách pouze prohřejí a zhoustnou, ale už se nestačí teplem srazit. Ne vždycky se to povede, takže v některých receptech se bere na pomoc smetana, která srážení žloutků zpomaluje. Za skvělou chutí jídla rozhodně hledejte i dobré těstoviny, zejména čerstvé vaječné, a dobrou slaninu. Když to bude pancetta, zasloužíte si pochvalu před nastoupenou jednotkou.

Pro 4 osoby

- 400 g suchých nebo 4 porce čerstvých těstovin, ideálně špaget
- 200 g pancetty nebo jiné slaniny
- 4–6 žloutků
- 60 g parmazánu
- 2–3 lžičky soli
- čerstvě mletý černý pepř na posypání

Rada: Pokud nemáte dost velkou pánev, ve které by se mohly těstoviny bez problému a beze ztrát promíchat s opečenou slaninou, použijte uvolněný hrnec, ve kterém se vařily. Připravenou vyškvařenou slaninu do něj slijte i s vypečeným tukem, přilijte vodu z těstovin a postupujte dál podle receptu.

1. Dejte vařit 3–4 litry vody na těstoviny a osolte ji 2 vrchovatými lžičkami soli. Zatím nakrájejte na malé kostičky slaninu, vhoďte ji do velké pánve, podlijte lžící vody a nechte chvíli na středním plameni prohřát. Jakmile začne slanina pouštět tuk, můžete trochu zvýšit teplotu a za občasného míchání opéct dozlatova. Odstavte, ale tuk neslévejte. Sýr nastrouhejte a čtvrtinu smíchejte s připravenými žloutky.

2. Těstoviny uvařte ve vroucí vodě, nezakryté, podle návodu na obalu. Jakmile změknou, odeberte si stranou hrnek vody, ve které se vařily, pak teprve těstoviny slijte. 100 ml z odebrané vody nalijte do pánve ke slanině, vraťte na plotýnku a přiveďte k varu. Přisypte scezené těstoviny, zhruba půl minuty míchejte, aby se vše spojilo, prohřálo a voda se trochu vsákla a odpařila.

3. Pánev opět odstavte. Ke žloutkům se sýrem nalijte dalších 100 ml horké vody z těstovin, prošlehejte vidličkou a hned přilijte k horkým špagetám. Míchejte tak dlouho, až vznikne krémová omáčka. Žloutky se ve zbytkovém teple zahřejí, zhoustnou, ale nesrazí – přesně o to vám jde. Pokud se vám zdá, že je vzniklé omáčky málo, přilijte do pánve i zbytek odebrané vody z těstovin. Na nic nečekejte, těstoviny rozdělte na talíře, posypte zbývajícím sýrem, čerstvě mletým pepřem a obratem pošlete na stůl.