

JÍDLO

in.ihned.cz/jidlo



Při přípravě chřestu je většinou méně více – to znamená nevařit ho příliš dlouho – musí zůstat křupavý i pod omáčkou.

FOTO: ARCHIV

Informace

Zbarvení

Podle normy EU se druhy chřestu podle zbarvení dělí do čtyř skupin:

1. bílý, 2. fialový – hlavička je růžová nebo fialově-purpurová, spodní část dřívku musí být bílá, 3. zelenofialový, 4. zelený

Třídy

Extra – výhonky musí mít nejméně dvanáct milimetrů v průměru, zelený a zelenofialový deset mm. Zelený chřest musí být celý zelený. Všechny výhonky musí být rovné. Nesmí jevit žádné známky dřevnatosti.

I. třída – výhonky mohou být mírně zahnuté, v průměru minimálně deset mm, u zeleného osm. S výjimkou bílého mohou na dolním konci dřívku mít známky dřevnatosti lehce odstranitelné běžným oškrábáním.

II. třída – průměr nejméně šest milimetrů, výhonky mohou být více zahnuté, hlavičky mohou být lehce rozvinuté. I bílý druh může být lehce zbarvený. Přípustná je mírná dřevnatost a řezná plocha na dolním konci smí být lehce zkosená.



čer, kdy se výhonky (prýty) vyřezávají speciálním nožem s dutou čepelí. Když je dostatečné teplo, dokáže výhonek vyrůst až o čtyři centimetry za den. Z jedné rostliny jich pěstitelé sklídí kolem kilogramu. V Evropě trvá sklizňové období od března do června a prakticky se tak kryje s jarem. V Německu dokonce slaví 24. června Den posledního výřezu.

Chřest jako symbol

Už botanický přídomek *officinalis* naznačuje, že si chřestu vážili pro jeho léčivé účinky. Má nízký energetický obsah a hodně vlákniny, je bohatý na provitamin A, C a E i celou skupinu vitamínu B. Jsou v něm hojně zastoupeny i pro lidský organismus důležité minerální látky jako draslík, vápník, sodík, fosfor, mangan, křemík, draselné soli a železo. Jenom nemocní dnou si musí dávat pozor, v chřestu je také kyselina šťavelová. Pochoptitelně nejlepší je co nejčerstvější, nepoškozený a bez jakýchkoliv stop po plísňích a parazitech. Ideální je ho konzumovat v týž den, kdy byl sklizen. Musí mít lesklou slupku a při jemném stisku lehce křupne. V řezu musí být šťavnatý a pružný s pevně stisknutou hlavičkou bez odstávajících výčnělků. Zasedlá nebo zahnědlá řezná plocha svědčí o dlouhém skladování.

Chřestové tipy

- Od 8. do 15. 5. pořádá **restaurace U Vladaře** (Maltézské nám. 10, Praha 1) chřestové hody. Mimo jiné jemný chřestový krém, chřestové ragú z bílého a zeleného chřestu s pórkem na šampaňském.
- Chřest na všechny způsoby, **Hotel Renaissance**, V Celnici 7, Praha 1
- Chřestové dny 15. – 25. 5. **Le Restaurant de Dini**, Úzká 635, Jihlava
- Chřestový květen, **Hotel Marriott**, V Celnici 8, Praha 1
- Na chřestu si můžete pochutnat i v pražských restauracích **Ambiente**. Namátkou: v obou Brasileirích na salátu ze zeleného a bílého chřestu, v Mánesově, Celetné a Savoy na pyré ze zeleného chřestu.
- 19. – 20. 5. **Slavnosti chřestu v Ivančicích**

Vařte s námi

Chřestové snopečky v parmské šunce s vařenou brokolicí a holandskou omáčkou s karotkou

4 porce

600 g čerstvého chřestu (může být zelený i bílý) • 100 g parmské šunky • 3 vejce
• 1 menší brokolice • 20 g malých mrkviček
• 1,5 dl vývaru • lžička slunečnicového oleje
• lžička másla • citron • sůl

Čerstvý chřest opatrně oloupeme a uvaříme v osolené vodě nebo v páře tak, aby zůstal křupavý. Zároveň s chřestem můžeme uvařit také růžičky brokolice a mladou karotku. Chřest poté překrojíme na poloviny nebo na třetiny, podle délky, uděláme z něj svazečky a ty zabalíme do tenkých plátků parmské šunky, potřeme olejem a dáme zapéct asi 10 minut ve vyhřáté troubě.



FOTO: ARCHIV

Do vlažného vývaru dáme vaječné žloutky a ve vodní lázni je za neustálého šlehání vaříme, dokud nemá omáčka správnou hustotu. Dochutíme pár kapkami citrónové šťávy a pomalu přimícháme rozpuštěné máslo. Svazečky chřestu a brokolice dáme na talíř, přelijeme omáčkou a posypeme na kolečka nakrájenou karotkou.

Chřest je také už od dob starých Řeků a Římanů považován za významné afrodisiakum a ve Francii bylo dokonce jeho podávání považováno za výzvu k milostným hrátkám. Aby nevyvolával v jejich světenkách nevhodné představy a zbytečně nedráždil jejich smysly, zakázaly ho v 19. století v církevních dívčích internátech řádové sestry podávat. ■

LIBOR ŠEVČÍK
libor.sevcik@economia.cz