



FOTO: ARCHIV

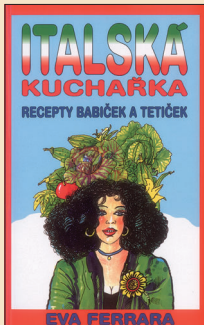


# Známé neznámé artyčoky

## KNIŽNÍ TIP

**Eva Ferrara – Italská kuchařka  
(Recepty babiček a tetiček)**

Obľiba italské kuchyně u nás neustále roste. Milovníci kuchyně najdou v knize další inspiraci. Autorka prožila dvacet let v jižní Itálii a záhy pochopila, že jídlo je pro Italy pravděpodobně nejdůležitější věc v životě. Muže nestačí jenom nasytit, jídlo musí být skutečně dobré a s láskou připravené. Nasbírala od početných manželových příbuzných, sousedek a kamarádek množství osvědčených receptů. Dají se podle nich připravit „úžasná jídla, která vyžadují minimum peněz a času, zato hodně fantazie“. Italská kuchařka není pouhou sumarizací receptů, ale zachycuje i podstatu tamní kuchyně a nechává nahlédnout do zákulisí italské rodiny. Knihu ilustroval Jan A. Pacák, který má k italské kuchyni rovněž velmi kladný vztah.



Cena 159 Kč včetně DPH a můžete si ji písemně objednat na adrese Economia, Dobrovského 25, 170 55, Praha 7, e-mail: zdenka.mejzlíkova@economia.cz nebo <http://knihy.ihned.cz>. Informace na tel.: 267 092 256. Členové HN klubu, kteří uvedou na objednávkové pořádové číslo své členské karty, obdrží 20 % slevy.

**D**íky otevřeným hranicím se stále častěji setkáváme s jídly a potravinami, které jsme ještě před pár lety znali maximálně z doslechu či z literatury. Už můžeme volně cestovat a v cizině ochutnávat i pokrmy neznámé. A pokud se nám po nich doma zasteskne, není problém zajít do restaurace, kde je umí udělat. Pokud si na to troufneme, můžeme si čerstvé suroviny koupit a pokusit se z nich něco podobného originálu doma připravit. Dnes bude řeč o artyčokách, které pro většinu z nás patří k těm znovuobjevovaným.

Artyčok (*Cynara scolymus*) patří do čeledi hvězdnicovitých (Asteraceae). Je to složnokvětá rostlina podobná bodláku a pochází ze severní Afriky a západní Asie. V historických dokumentech se praví, že se artyčoky začaly pěstovat v patnáctém století na Sicílii a od té doby je jejich hlavní světová

produkční oblast soustředěna kolem Středozemního moře. Největší plochy mají vysázeny ve Španělsku, Francii a Itálii. Znalci tvrdí, že by mohla přežít i u nás tam, kde roste vinná réva. Na zimu by se však rostliny musely přikrývat.

Artyčok je vytrvalá rostlina, která dorůstá až do výšky 150 centimetrů. Sklízají se jejich pupence kryté okvětními lístky, které mají až velikost pěsti. Je to teplomilná rostlina, které se daří v hluboké půdě s dostatkem živin a vláhy. Podle barvy pupenců se pěstují druhy bílé, zelené a fialové. Artyčoky se sklízí od poloviny května až do listopadu, v některých oblastech dokonce dvakrát za sezonu. Pupence je třeba ručně odříznout od stvolu těsně předtím, než rozkvetou, protože potom hořknou. Sezóna je dlouhá proto, že pupence na rostlinách dozrávají postupně. Kvalitní