

JÍDLO

in.ihned.cz/jidlo



Dýňový koláč

nou podle babiččina rodinného receptu) s vařenou hovězí špičkou, smažené bedly a hříbky, klasickou smaženici i šumavské houbové fleky.

Ochutnejte lahůdku

Tykev obecná (*Cucurbita pepo* L.), mezi lidmi známá jako dýně, se k nám dostala s mořeplavci ze Střední Ameriky. Lodyhy dosahují až dvanácti metrů. Dobře uskladněné plody, odborně zvané bobule, o váze i několik kilogramů vydrží až do jara.

Z neznámých důvodů se v české kuchyni v minulosti moc neuplatnily, možná s výjimkou nepříliš chutné varianty sladkého zavařovaného kompotu, který měl nahrazo-

vat ananas. Dýně tak končily mnohdy jen jako vyřezávané strašidlo – obdoba těch, jimiž Američané vyzdobují své domovy při svátku Halloween. Přitom na západ i na jih od našich hranic patří pokrmy z dýně (zvláště nyní na podzim) k vyhledávaným lahůdkám. Dýňová polévka tam v tento čas nesmí chybět v žádné slušnější restauraci.

Díky některým šéfkuchařům, jako je třeba Michal Göth z brněnské restaurace U Kastlelána, který už v roce 2003 připravil celé dýňové menu (viz IN magazín č. 42/2003), se pomalu začínají pokrmy z této rostliny objevovat i na našich stolech. Před dvěma lety například vydala Lenka Požárová kuchařku nazvanou stručně Dýně.

Samostatnou kapitolou při využití dýně je olej lisovaný z jejích semínek. Skvěle ho dovedou dělat v Rakousku (*Kürbiskernöl*) a ve Slovinsku. Ve Štýrsku pro něj dokonce získali známku Evropské unie potvrzující geografický původ, která mu zajišťuje obdobné postavení, jaké má například francouzské šampaňské nebo parmská šunka.

Na jeden litr tohoto oleje je potřeba 2,5 až 3 kg semínek ze třiceti až čtyřiceti dýní. Výrobci tvrdí, že má stejně povzbuzující účinky jako viagra, blahodárný je i pro prostatiky. Neobsahuje cholesterol a jsou v něm zdravé prospěšné antioxidanty, vitamíny A, B1, B2, B6, C, D a E a vzácné stopové prvky jako zinek, draslík a selen. Pár kapek temně zelenkavě zbarveného oleje na dýňovou polévku ji nejenom ozdobí, ale udělá i chutnější. Stejně jako když jím zakápnete salát, míchaná vejíčka nebo obyčejnou bramborovou kaši. ■

LIBOR ŠEVČÍK

libor.sevcik@economia.cz



Houbová omáčka podle babiččina receptu

Varíte s námi

Jednoduchá pikantérie podle Lenky Požárové

pro 4 osoby

• 1 kg očištěné dýně • 100 g tučnějšího tvrdého sýra • sůl • chilli paprička

Na kostičky nakrájenou dužinu z dýně vaříme v 700 ml vody, až se začne rozvařovat. Potom ji rozmixujeme a vrátíme do hrnce, přidáme kostičky sýra a nadrobno nakrájenou chilli papričku. Osolíme a vaříme, až se sýr roztaví.

Kürbissuppe

(dýňová polévka)

podle naší rakouské čtenářky
Nataschi Kames

pro 4 osoby

• 1 kg očištěné dýně • kořenová zelenina (malý celer, mrkev a petržel) • hrst nadrobno nakrájeného póru • 1 l zeleninového vývaru • olivový olej • creme fraiche • čerstvý zázvor • cukr, pepř • sůl • chilli paprička

Na rozpáleném oleji opečeme nakrájený pórek, zázvor, kostičky dýně a nadrobno nakrájenou kořenovou zeleninu (celer, mrkev, petržel). Zalijeme litrem zeleninového vývaru, osolíme, opepříme a vaříme doměkka. Potom vše rozmixujeme na jemnou kaši, přidáme kuličky creme fraiche nebo smetany a povaříme. Na talíři pokapeme olejem z dýňových semínek a posypeme vyloupanými praženými dýňovými semínky. Podáváme s chlebem nebo opečenou vekou.

