

# BĀ•JEĀENĀ• KUSKUS - PODLE FLORENTĀ•NY

PondĀ•lĀ•, 23 listopad 2015

ZaĀ•inajĭ nĀm velmi hektickĕ dny, kdy vĀ•t&scaron;inou mĀlokerĀ mĀ nĀladu a Ā•as na nĀ•jakĕ sloĀ•itĕ vyvĀ•TMĕnĭ. A tak se jistĀ• bude hodit recept na chutnĕ a hlavnĀ• velmi rychlĕ jĭdlo. Ne kaĀ•dĀ ho znĀ a ne kaĀ•dĀ ho umĭ pĀ•TMĭpravit tak, aby to bylo opravdu dobrĕ. Perfektnĭ nĀvod a recept vĀm dnes posĭlĀ oblĭbenĀ Flo - Ā•ekla bych pĀ•TMĭmo "profesorka vaĀ•TMĕnĭ".

Pokud hledĀte ten nejlep&scaron;ĭ recept na kuskus, uĀ• dĀl nehledejte. Zde najdete v&scaron;echno &ndash; krok za krokem vysvĀ•tlenĭ postup zĀkladnĭ pĀ•TMĭpravy, vypilovanĭ k dokonalosti, a nakonec pĀ•TMĭidĀm i spoustu inspirace, kam a jak kuskus pouĀ•it.

KdyĀ• obzvlĀ•nĕ nestĭhĀm, mĀm dĭky kuskusu uvaĀ•TMĕno za deset minut, aĀ• za okny zuĀ•TMĭ zimnĭ vichĀ•TMĭce ne roztĕkĀ asphalt (mohu-li tedy mluvit obecnĀ•, protoĀ•e na&scaron;e lesnĭ &ndash; polnĭ &ndash; luĀ•nĭ cesta se asfaltu jen tak nedoĀ•kĀ). Kuskus &ndash; recept krok za krokem

ReceptĀ• na kuskus je pomĀ•rnĀ• dost, ale stejnĀ• se v&scaron;echny dobrĕ kuskusovĕ recepty upĭnĀjĭ k jednĕ a tĕ samĕ zĀkladnĭ pĀ•TMĭpravĀ•. S Ā•ĭm potom uvaĀ•TMĕnĭ kuskus smĭchĀte je samozĀ•ejmĀ• vĀ•c docela jinĀ. Okolnosti dobrĕho zĀkladnĭ postupu vypadajĭ asi takhle: Kuskus patĀ•TMĭ mezi tĀ•stoviny, ale klame hned ve tĀ•TMĕch vĀ•cech. VypadĀ jako malĀ rozemletĀ zrnĭĀ•ka, pĀ•TMĭtom je to p&scaron;eniĀ•nĀ mouka smĭchanĀ s vodou, rozdrobenĀ a usu&scaron;enĀ, pĀ•TMĕsnĀ• jako kterĕkoli jinĕ tĀ•stoviny. A dĀl, nevaĀ•TMĭ se ve velkĕm mnoĀ•stvĭ osolenĕ vody a nĀslednĀ• necedĭ, jak by se na kaĀ•dou tĀ•stovinu slu&scaron;elo, nĭbrĀ• se nechĀvĀ propĀ•TMĭt podobnĀ• jako rĭĀ•e, tedy s pĀ•TMĕsnĀ• odmĀ•TMĕnou se beze zbytku vsĀkne a zanechĀ kuskus kyprĭ. KdyĀ• pouĀ•ĭjete mĀlo vody, nez mĀ•kne, kdyĀ• moc, slepĭ se a rozmĀ•kne. Ani to je&scaron;tĀ• nejsou v&scaron;echny zvlĀ•tnosti. Kuskus uvaĀ•TMĭte bez pĀ•TMĭkonu tepla, nemusĭtĕ tedy vĀ•bec zapĭnat plotĭnku. StaĀ•ĭ, kdyĀ• ho zalijete horkou vodou nebo vĭvarem a on uĀ• si zmĀ•kne sĀm.

Zatĭmco rĭĀ•e mĀ svĀ•j pomĀ•r na du&scaron;enĭ 2:3 (anebo, jak je Ā•astĀ•ji uvĀdĀ•no, 1:1,5), kuskus se py&scaron;nĭ sloĀ•itĀ•j&scaron;ĭm a nezapamatovatelnĀ•j&scaron;ĭm ũdajem 5:8 (vydĀ•lila jsem to za vĀs, je to 1:1,6). Vĭmluvy o neexistujĭcĭ a ztracenĕ odmĀ•rce neberu, tohle docela snadno odhadnete. Je to jeden hrnek kuskusu na jeden a o trochu vĭc neĀ• pĀ•l hrnku horkĕ tekutiny.

HorkĀ voda staĀ•ĭ, ale nejdokonalĕj&scaron;ĭ a ũplnĀ• nejlep&scaron;ĭ kuskus pĀ•TMĭpravĭte s vĭvarem. Bude-li domĀcĭ, js hvdĀ•zda, ale pokud sĀhnete po nĀ•jakĕm zrychlovĀku v podobĀ• bezglutamĀtovĕho prĀ•skku nepĀ•TMĭlĭ&scaron; agresivnĭ prĀ•myslovĕ chuti, body za provedenĭ vĀm rozhodnĀ• nikdo strhĀvat nebude. KdyĀ• se budete pro klid du&scaron;e drĀ•et hesla &bdquo;ty, kdo jsi bez viny, hoĀ• po mnĀ• kamenem,&ldquo; vĀ•bec se nemusĭte bĀt, Ā•e by vĀs snad nĀ•co trefilo.

Kuskus odmĀ•TMĕte a zakĀpnĀ•te vĀ•t&scaron;ĭm neĀ• vĭznamnĭm mnoĀ•stvĭm dobrĕho oleje. Pak vidliĀ•kou mĭchejĭ aĀ• se v&scaron;echna zrnka obalĭ tukem. Nebojte se, je to strĀ•nĀ• rychlĕ, mlĀdĭ vĀm u toho nestihne utĕct ani za roh.

KdyĀ• se rozhodnete kuskus ochutĭt koĀ•TMĕnĭm, nejdĀ•TMĭv koĀ•TMĕnĭ nasucho opeĀ•te v pĀnvi, odstavte, pĀ•TMĭdejte olej v&scaron;e promĭchejte a pak teprve pokračĀ•jte podle pokynĀ• v postupu. Tĭm se chuĀ• koĀ•TMĕnĭ mnohem lĕpe spojĭ s kuskusem. Pokud je to v receptu jinak, zvaĀ•te, jestli by mu takhle zmĀ•na tĀ•TMĕba neprospĀ•la.

Pokud pĀ•TMĭpravujete vĭc neĀ• dvĀ• porce kuskusu, volte radĀ•ji plochou a &scaron;irokou nĀdobu. KdyĀ• totiĀ• vezmĭ tradiĀ•nĭ mĭsu z klasickĕch i mĕnĀ• klasickĕch materiĀlĀ•, s obrĀzkem anebo bez, spodnĭ vrstva hotovĕho kuskusu bude vlivem velkĕ vĀhy nad nĭ pomĀ•rnĀ• upĀ•chovanĀ, slepenĀ, v krajnĭm pĀ•TMĭpadĀ• aĀ• nepouĀ•itelnĀ. TakĀ•e radĀ•jĭ v&scaron;echno rozprostĀ•mete spĭ&scaron; do &scaron;ĭTMĭky, aĀ• se vĀm kuskus u dna nemaĀ•kĀ.

A za sedmĕ a za poslednĭ, kuskus by mĀ•l bĭt pĀ•TMĭ bobtnĀnĭ a mĀ•knutĭ pĀ•TMĭkrytĭ, aby se zapaĀ•TMĭil. PomĀ•Ā•e mu to kyprosti. Nehledejte na to speciĀlnĭ vybavenĭ, postaĀ•ĭ tĀ•TMĕba i pekĀ•ek na peĀ•enĭ pĀ•TMĕtĀhnutĭ potravĭnĀ•skou fĭlĭi.

Kam s nĭm

MĀ•kkĭ, teplĭ nebo vlaĀ•nĭ kuskus pouĀ•ĭjte, jak je libo: Samotnĭ vĭbornĀ• poslouĀ•ĭ jako pĀ•TMĭloha k masu, ale stejnĀ• j tĀ•stoviny, i on se v lĕtĀ• velmi rĀd upotĀ•TMĕbĭ do salĀtu. Moje oblĭbenĀ verze je s rajĀ•aty, okurkami a okapanou konzervovanou cizrnou, kterĀ pĀ•TMĭdĀ potĀ•TMĕbnou bĭlkovinnou sytivost. Dal&scaron;ĭ vĭbornĕ kombinace spoĀ•ĭvajĭ ve spoust letnĭch bylinek, a taky v konzervovanĕm tuĀ•kovĭ a Ā•erstvĕch, na mĀsle podu&scaron;enĕch zrnkĀch mladĕ kukuĀ•TMĭce.

Taky vás nadchne spojení s rukolou, černými olivami a sušenými rajčaty. A poslední trumf v rukávu, který často vytahují, je kuskus ochucený směsí kari koření, smíchaný s rozinkami a nasekanými loupanými mandlemi. K letnímu masovému grilování úplně neprokonatelný.

K úplnosti, tedy k vytvoření a založení, tu máte celý recept na základní přípravu porcí kuskusu. A dle upozornění - hotový kuskus zpracujte nebo podávejte bez prodlevy. Bez diskuse. Jsou to těstoviny, které stáním ztrácejí na kvalitě.

Suroviny 250 g kuskusu 400 ml vroucí vody 1 lžíce olivového oleje 1 lžička soli

#### Postup

- Kuskus nasype do kastrálku nebo do jiné vhodné, ploché nádoby, zalijte olejem, osolte a promíchejte vidličkou, dokud se zrnička rovnoměrně neobalí tukem.
- Takto připravený kuskus odměrnou vroucí vodou, anebo lépe jemným vývarem a zakryjte dobře padnoucí poklicí. Dopřejte mu 5 minut odpočinku. Kuskus by měl být po celou dobu zakrytý a stát mimo zdroj tepla.
- Měkký kuskus nasekejte a prohrábněte vidličkou, nejlépe to jde dvouzubou, která má svou zásadní funkci při porcování masa.

Kdo jste dočetli opravdu až sem, zasloužíte si bonus. Tak tady ho máte: namísto kuskusu klidně někdy použijte i vietnamské nudle. Tedy poté, co je rozlámete na menší kousky a vyhodíte všechny ochucovací pytlíčky, které v nich najdete. Mějte se krásně a hlavně: vaření zdar,

FLORENTÝNA