

PESTO - UNIVERZÁLNĚ RECEPT

Ášter½, 02 Áervenec 2019

PESTO coby terminus technicus patÁ™Á- do letnÁ-ho vaÁ™enÁ-, neboÁ¥ nezapÁ™e svÁ-j jiÁ¾anskÁ½ pÁ-vod ve slunnÁ© ItÁ vÁjech pest zcela jednoznaÁnÁ, vynikÁ; a vede pesto bazalkovÁ©, pro prÁjzdninovou kuchyni majÁ- smysl i mnohÁ; dalÁjÁ- pesta. Hned vysvÁtlÁ-m proÁ. KdyÁ¾ se doma nebo v doÁasnÁ© letnÁ- kuchyni nachÁjzÁ- hotovÁ© pesto, jeho pouÁ¾itÁ- pÁ™inÁjÁjÁ- tyto klady a vÁ½hody:

Pesto zrychlÁ- pÁ™Á-pravu jÁ-dla, protoÁ¾e funguje jako studenÁj doprovodnÁj omÁjÁka. Nejen na noky a na tÁstoviny, ale taky tÁ™eba na grilovanÁj masa nebo na jinÁ© grilovanÁ© Ái peÁenÁ© suroviny Pesto dovede ochutit zÁjkladnÁ- salÁjovou zÁ oleje a octa, takÁ¾e letnÁ- salÁjt máÁ¾e chutnat zase trochu jinak Pesto krÁjsnÁ dohutÁ- kdejakÁ½ letnÁ- dip (Áili namÁjÁecÁ- omÁjÁku) Pesto poskytne letnÁ-m sendviÁm zajÁ-mavou chuÁ¥ Pesto se dáj pouÁ¾itÁ-t i na pizzu Pesto má½t vtipnÁj nÁjplÁ^ trhacÁ-ho chleba nebo trhacÁ-ho zÁvinu Pesto se skvÁle hodÁ- i do bramborovÁ©ho salÁjtu Pesto taky funguje v rizotu

A kdyÁ¾ se doma jeÁjtÁ hotovÁ© pesto nenachÁjzÁ-, jeho vÁ½roba pÁ™inese nÁsledujÁ-cÁ- pozitiva a kuchaÁ™skÁ© jistoty:

Do pesta se dájÁ- zpracovat vÁjechny pÁ™ebytky letnÁ-ch bylinek i letnÁ-ch natÁ-, vÁetnÁ natÁ, z mladÁ© Á™epy, mrkve nebo Á™edkviÁek Do pesta se dájÁ- zpracovat i zbytky listovÁ© zeleniny jako jsou mladÁ½ ÁjpenÁjt, polnÁ-Áek nebo rukola Pesto poskytne konejÁjivou nÁjruÁ pro zbytky sÁ½ra, kterÁ© by uÁ¾ nemÁly v Ájs doma vyuÁ¾itÁ- Do pesta máÁ¾ete zpracovat i zbytky nejráznÁjÁjÁ-ch oÁ™echÁ

Jak pesto pÁ™ipravit v cukru letu

NejznÁjmÁjÁjÁ- bazalkovÁ© pesto se sklÁdÁj z pÁti zÁjkladnÁ-ch surovin: bazalky, pecorina, piniovÁ½ch oÁ™Á-ÁjkÁ-, olivovÁ©ho oleje a Áesneku. Z toho lze odvodit obecnÁ½ recept na pesto. Budete potÁ™ebovat:

nÁjakÁ© aromatickÁ© listy nebo klidnÁ i zeleninu zbavenou vody (za chvÁ-li vysvÁtlÁ-m jak) aromatickÁ½, spÁ-Áj suÁjÁjÁ- sÁ½r: nejvhodnÁjÁjÁ- je parmazÁjn, pecorino nebo feta. Pro pesta urÁenÁj k okamÁ¾itÁ© nebo tÁ©mÁÁ™ okamÁ¾itÁ© spotÁ™ebÁ se nemusÁ-te bÁjt pouÁ¾itÁ-t i mákÁ- sÁ½ry, vÁ¾dyky je ale musÁ-te pÁ™edem nastrouhat nebo rozdrobitoÁ™echy a semÁ-nkalibovlnÁ½ za studena lisovanÁ½ oleja nÁco pikantnÁ-ho na dochucenÁ-: Áesnek, ÁerstvÁ© feferonky, koÁ™enÁ-, suÁjenÁ© bylinky, sardelky, urÁitÁ by Ájla pouÁ¾itÁ-t i sÁjovÁj omÁjÁka v malÁ©m mnoÁ¾stvÁ- nebo miso pasta

StÁÁ- dodrÁ¾et zÁjkladnÁ- pomÁry surovin a taky zÁjkladnÁ- postup a vÁ¾dycky z toho dostanete zajÁ-mavÁ© pesto.

rajčatová pesto

Základní poměry surovin na pesto

Aby pesto dobře chutnalo a zároveň mělo správnou hustotu, je potřeba dávat suroviny dohromady zhruba v tomto poměru:

40-50 g hlavních surovin, podle kterých se pesto jmenuje (tedy buď bylinky, nebo zeleninu)

40-50 g olivového nebo semánek

40-50 g nastrouhaného vyzrálého a různého sýra, jako je parmezán, pecorino nebo i pravý feta

100 ml oleje lisovaného za studena, aby měl různou chuť (nejen panenský olivový olej je na pesto skvělý, dobrý je i panenský slunečnicový, panenský épkový – což včec není – totý jako bádánový épkový olej vhodný na smažená, pádná je zajímavý i dýňový olej)

Vlastně stačí kombinovat suroviny, u kterých máte pocit, že by měly pasovat k sobě, anebo které jste už společně potkali v nějakém jiném jídle, kde vám dohromady chutnaly.

Základní postup na pesto

Pesto lze připravit několika způsoby, páč dý je jinak pracný a vede k trochu jinému výsledku.

Pokud budete suroviny sekat ručně, nožem na prknu, dokud nevznikne hrubá pasta, sice se trochu zapotíte a bude vám to poněkud trvat – po té s alespoň deseti minutami počivá práce s nožem – ale po zavržení směsi s olejem dostanete skutečně vynikající pesto, které se na vás bude smát z talíře, zejména pokud ho použijete na těstoviny, na noky nebo na brambory. Bude patřit jeho struktura a budou se na vás usmívat veselými rozmanitými kousky jednotlivých surovin. Podmínkou je opravdu ostrý nástroj, jinak budete suroviny spíše dít a mákat.

Pokud máte dostatečně velké množství hmoty, můžete suroviny rozmákat a rozetít v něm. Když pak nakonec budete postupně přidávat olej a stáje pesto promíchávat, výsledkem vám bude velmi hebký, krémový, opravdu jedinečný pesto. Rozetím surovin a následně v nich vmícháním oleje totiž stačí vzniknout krásná sametová emulze, kterou jiným způsobem nejde připravit. Zde je podmínkou špičková tlouček hmoty, která se dá zároveň dít i roztát.

No a konečně pokud máte robot se sekacím nástavcem, nebo ponorný mixér s nasazovací sekací nádobkou, pádná malý samostatný elektrizovaný sekáč, anebo i smoothie maker, není nic jednoduššího než suroviny rozmixovat v něm. Trvá to pár vteřin a můžete takto připravit i váš těstový

množství- pesta. Podle druhu mixéru se klidně můžete stříhat, ale budete potřebovat stroj nebo kolikrát zastavovat a stříhat suroviny ze strany do strany, ale jiný pracovní komplikace tu nehrozí. Ovšem riziko tohoto postupu spočívá hlavně v tom, že si uděláte pesto potřeba-li jemnější, potřeba-li homogenní, prostě pesto, ve kterém se všechny suroviny slévají- v jedno, protože je ostré nože nadrté- potřeba-li nadrobno. Taky takhle často bývají oleje nebo dvě potřeba- Je dost možná, že proti vodnému rozpisu budete muset přidat 20-50 ml oleje potřeba, aby robot vytvořil nikoli suchou drůbku, ale pastu.

Co se všechno můžete použít do pesta

Všechny jedlé zelené listy s nějakou zajímavou chutí- dovedou posloužit jako základ pesta. Máta, bazalka, petrželka, koriandr, mrkvová, mladší, mladší, mladší, mladší, mladší, dokonce i kadláček.

Jediným problémem, kterým se s nimi nese, je nepříjemná skutečnost, že po pár hodinách začnou rozsekat listy a ztratit svou první zelenou barvu.

Děj se tomu zabránit jedním způsobem: zelenou rychle spařit v horké vodě, rychle vylovit a stejně rychle zchladit v ledové vodě. Tím se zakonzervuje barva, ovšem s malou újmou na chuti. Chuť natě se změní- a nebude tak rozdílná jako první. Vše o spařování- jsem psala v samostatném článku o bazalkovém pestu.

spařené listy na koriandrové pesto

U zelenou budete jen umívat nebo se rozhodnete ji spařit, vždycky pamatujte na to, že ji musíte zbavit vody z namáčení. Voda dělá nepříjemnou uskladnění- a umožní ujet rostlině, co v pestu určitě nechcete. Nejlepší- na vysušení- je samozřejmě salátová odšťavňovačka.

A jelikož voda opravdu dělá nepříjemnou, je potřeba se jí zbavit i v případě jiných zelenin, kterou byste chtěli promíchat na pesto. Klidně si můžete vyrobit pesto houbové, mrkvové, cuketové, rajčatové, paprikové a co vám napadne. Jen nechte zeleninu nejprve projít takovou tepelnou úpravou, která vysušuje. Ideální je na to pečená- potřeba vysokých teplot, potřeba podle receptu na pečenou zeleninu. Příkladně- například na toto všechno je zde: pečená zelenina.

Další možnost- je nechat zeleninu aspoň z poloviny vysušit v mraze a pootevřeně troubě, anebo v sušičce na ovoce a zeleninu. Rozhodně nemusíte sušit dokupava, stačí- do takového stupně, který by vám byl milý naložený do oleje.

A jako poslední k vám surovin je třeba uvést, že existuje také pesto křůvkové, které sice nemá se zeleninou vůbec nic společného, ale zároveň nemá chybu zejména v kombinaci s vařenými nebo pečenými bramborami nebo s opečeným pečivem.

Jak pesto uchovat?

I když zeleninu odvodníte a bylinky spařete, nemíte vbec žádnou záruku, že pesto ve skleněnce nezkrasne. Naopak, zkrasne, a rádo.

Jedině, co drží pesto nezkrasne, je olej, ten brání pátému stupu vzduchu a tedy zpomaluje rozkladné procesy. Pesto se uvnitř pesta budou nacházet drobné uvně v vzduchové bublinky, které mohou spustit nežádoucí reakci. Můžete klepat skleněnou, jak chcete, stejně tam nájak zstanou.

Kupování pesta má ve složení konzervat, která brání kažení. Doma něco takového asi chtít používat nebudete. Jedinou další možnost, jak prodloužit trvanlivost pesta, je uložen v chladu.

V lednici má pesto bezpečnou trvanlivost zhruba týden, chovejte se k nim tedy jako k surovinám, které jsou první. Vrstvíka oleje na povrchu rozhodně nemůžete uškodit, ale zároveň nenájemocní. Je dost možná, že se z týdne klidně stane měsíc a pesto stáje bude v pohodě, ale zaručit se to dá jen tak.

Já nejraději pesta na zimu ukládám do mrazáku, protože se dobře mrazí a proto je jim mraz neublíží. Mám na něj silikonovou formu, která má poměrně velkou a objemnou prohlubni, takže jeden kousek pak stačí na stoviny pro šest lidí.

Zavařování pestem nepomůže, naopak jim spíše ublíží. Pesto obsahuje ve složení sůl, což je surovina, kterou rozhodně nechcete podrobovat teplotám kolem 80 stupňů. Zahřívání se v pestu hodně změně, nechte si ho proto až na okamžik směchání s horkými surovinami.

Pár variant pesta na vyzkoušení

Ano, jsou to přeměně ty skleněky, které můžete vidět na fotkách:

Houbové pesto: houby opečené na olivovém oleji (tím se z nich vydusí voda a zůzrazně chuť), parmazán, slunečnicová semínka, olivový olej, kmín, kapka lánových oleje a stroušek esneku na dochucení.

Petrželovo-koriandrové pesto: spařené petrželky a koriandrové listy včetně stonků, parmazán, pražené nesolené arašidy, olivový olej, drcené

koriandrová; semínka na dochucení-

Cuketová pesto:

cuketa nakrájená; a upečená; s olivovým olejem a domácí m. grilovací kořením, parmazán, loupané mandle, olivový olej, jedna šerstvá m. r. p. živá; feferonka na dochucení-

Hrášková pesto:

spařená mladá hrášek, parmazán, d. ová; semínka, d. ová olej, s. l. na dochucení- (upozornění: hrášek má hodně vody, kterou se nedá zbavit, ani by hrášek zjednul nebo ztvrdnul. Pesto proto potěbuje bu. hned zamrazit, nebo spotěbovat nanejví do 3 dnů)

Pesto ze sušených

rajat: sušená rajata, parmazán, loupané mandle, olivový olej, jedna šerstvá m. r. p. živá; feferonka na dochucení-

Hezké! s pestem!

FLORENTINA