

PESTO - UNIVERZÁLNĚ RECEPT

ĀšterĀ½, 02 Āervenec 2019

PESTO coby terminus technicus patĀ™Ā- do letnĀ-ho vaĀ™enĀ-, neboĀ¥ nezapĀ™e svĀ-j jiĀ¾anskĀ½ pĀ-vod ve slunnĀ© ItĀ vĀjech pest zcela jednoznaĀnĀ, vynikĀ; a vede pesto bazalkovĀ©, pro prĀ;zdinovou kuchyni majĀ- smysl i mnohĀ; dalĀjĀ- pesta. Hned vysvĀ-tlĀ-m proĀ. KdyĀ¾ se doma nebo v doĀ•asnĀ© letnĀ- kuchyni nachĀ;zĀ- hotovĀ© pesto, jeho pouĀ¾itĀ- pĀ™inĀ;ĀjĀ- tyto klady a vĀ½hody:

Pesto zrychlĀ- pĀ™Ā-pravu jĀ-dla, protoĀ¾e funguje jako studenĀ; doprovodnĀ; omĀ;Ā•ka. Nejen na noky a na tĀ-stoviny, ale taky tĀ™eba na grilovanĀ; masa nebo na jinĀ© grilovanĀ© Ā•i peĀ•enĀ© suroviny Pesto dovede ochutit zĀ;kladnĀ- salĀ;itovou zĀ oleje a octa, takĀ¾e letnĀ- salĀ;it mĀ-Ā¾e chutnat zase trochu jinak Pesto krĀ;snĀ dohutĀ- kdejakĀ½ letnĀ- dip (Ā•ili namĀ;Ā•ecĀ- omĀ;Ā•ku) Pesto poskytne letnĀ-m sendviĀĀ-m zajĀ-mavou chuĀ¥ Pesto se dĀ; pouĀ¾Ā-t i na pizzu Pesto mĀ½t vtipnĀ; nĀ;plĀ^ trhacĀ-ho chleba nebo trhacĀ-ho zĀ;vinu Pesto se skvĀ;le hodĀ- i do bramborovĀ©ho salĀ;tu Pesto taky funguje v rizotu

A kdyĀ¾ se doma jeĀ;tĀ hotovĀ© pesto nenachĀ;zĀ-, jeho vĀ½roba pĀ™inese nĀ;sledujĀ-cĀ- pozitiva a kuchaĀ™skĀ© jistoty:

Do pesta se dajĀ- zpracovat vĀ;echny pĀ™ebytky letnĀ-ch bylinek i letnĀ-ch natĀ-, vĀ•etnĀ natĀ, z mladĀ© Ā™epy, mrkve nebo Ā™edkviĀ•ek Do pesta se dajĀ- zpracovat i zbytky listovĀ© zeleniny jako jsou mladĀ½ Ā;penĀ;t, polnĀ-Ā•ek nebo rukola Pesto poskytne konejĀ;ivou nĀ;ruĀ• pro zbytky sĀ½ra, kterĀ© by uĀ¾ nemĀ;ly u Ā;s doma vyuĀ¾itĀ- Do pesta mĀ-Ā¾ete zpracovat i zbytky nejĀ-znĀ;jĀ;Ā-ch oĀ™echĀ-

Jak pesto pĀ™ipravit v cukru letu

NejznĀ;mĀ;jĀ;Ā- bazalkovĀ© pesto se sklĀ;dĀ; z pĀ;ti zĀ;kladnĀ-ch surovin: bazalky, pecorina, piniovĀ½ch oĀ™Ā-Ā;kĀ-, olivovĀ©ho oleje a Ā•esneku. Z toho lze odvodit obecnĀ½ recept na pesto. Budete potĀ™ebovat:

nĀ;jakĀ© aromatickĀ© listy nebo klidnĀ; i zeleninu zbavenou vody (za chvĀ-li vysvĀ-tlĀ-m jak) aromatickĀ½, spĀ-Ā; suĀ;ĀjĀ- sĀ½r: nejvhodnĀ;jĀ;Ā- je parmazĀ;n, pecorino nebo feta. Pro pesta urĀ•enĀ; k okamĀ¾itĀ© nebo tĀ©mĀĀ™ okamĀ¾itĀ© spotĀ™ebĀ se nemusĀ-te bĀ;t pouĀ¾Ā-t i mĀ;kĀ•Ā- sĀ½ry, vĀ¾dyky je ale musĀ-te pĀ™edem nastrouhat nebo rozdrobitoĀ™echy a semĀ-nkalibovlnĀ½ za studena lisovanĀ½ oleja nĀ;co pikantnĀ-ho na dochucenĀ:- Ā•esnek, Ā•erstvĀ© feferonky, koĀ™enĀ-, suĀ;jenĀ© bylinky, sardelky, urĀ•itĀ by Ā;la pouĀ¾Ā-t i sĀ¾ovĀ; omĀ;Ā•ka v malĀ©m mnoĀ¾stvĀ- nebo miso pasta

StĀ•Ā- dodrĀ¾et zĀ;kladnĀ- pomĀ;ry surovin a taky zĀ;kladnĀ- postup a vĀ¾dycky z toho dostanete zajĀ-mavĀ© 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 semínkového oleje

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 epkový – což vlastně není – totýž jako bílý a epkový olej vhodný na smažená, pádňá je zajímavý i domácí olej)

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

Základní postup na pesto

Pesto lze připravit několika způsoby, pokud jde o množství je jinak pracnější a vede k trochu jinému výsledku.

Pokud budete suroviny sekat ručně, nechte na prkénku, 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 smíjet 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 nůž, jinak budete suroviny spíše drtit a mlet.

Pokud máte dostatečně velké množství hmoty, můžete je suroviny rozmělnit 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 mlýně oleje totiž vzniknou krásné sametové emulze, kterou jiným způsobem nejde připravit. Zde je podmínkou špičková tloušťka hmoty, která se dá zářivě drtit i roztírat.

No a konečně pokud máte robot se sekacím nástavcem, nebo ponorný mixér s nasazovací sekací nádobkou, pádňá 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 větší množství.

mnohá stvĚ- pesta. Podle druhu mixĚru se klidnĚ mĚ-Ě stĚit, Ěe budete pĚ-Ěstroj nĚ kolikrĚ zastavovat a stĚ-rat suroviny ze stĚ-n nĚidoby, ale jinĚ pracovnĚ-komplikace tu nehrozĚ. OvĚjem riziko tohoto postupu spoĚ-vĚj hlavnĚ v tom, Ěe si udĚlĚte pesto pĚ-Ě-liĚj jemnĚ, pĚ-Ě-liĚj homogennĚ-, prostĚ pesto, ve kterĚm se vĚjechny suroviny slĚvĚjĚ- v jedno, protoĚe je ostrĚ noĚe nadrtĚ- pĚ-Ě-liĚj nadrobno. Taky tahle cesta spotĚbuje vĚ-c oleje neĚ obĚ dvĚ pĚedchozĚ-. Je dost moĚnĚ, Ěe proti pĚ-vodnĚ-mu rozpisu budete muset dalĚ-ch 20-50 ml oleje pĚilĚ-t, aby robot vytvoĚil nikoli suchou drĚ, ale pastu.

Co se vĚjecho no mĚ-Ě pouĚ-t do pesta

VĚjechny jednĚ zelenĚ listy s nĚjakou zajĚ-mavou chutĚ- dovedou poslout jako zĚklad pesta. MĚta, bazalka, petrĚelka, koriandr, mrkvovĚ naĚ, mladĚ naĚ ĚĚpy i ĚĚkviĚek, mandol, dokonce i kadeĚĚk.

JedinĚ½ problĚm, kterĚ½ se s nimi nese, je nepĚ-jemnĚ skuteĚnost, Ěe po pĚir hodinĚch zaĚnou rozsekanĚ listy Ějednout a ztrĚcet svou ĚerstvĚ zelenou barvu.

DĚj se tomu zabrĚnit jednĚ½m zpĚsobem: zelenou naĚ rychle spaĚit v horkĚ vodĚ, rychle vylovit a stejnĚ rychle zchladit v ledovĚ vodĚ. TĚm se zakonzervuje barva, ovĚjem s malou ujmou na chuti. ChuĚ natĚ se zmĚrnĚ- a nebude tak vĚ½rznĚj jako ĚerstvĚj. VĚ-c o spaĚovĚnĚ- jsem psala v samostatnĚm ĚĚĚnku na tĚma bazalkovĚ pesto.

spaĚenĚ listy na koriandrovĚ pesto

ĚĚ uĚ zelenou naĚ budete jen umĚvat nebo se rozhodnete ji spaĚit, vĚdycky pamatujte na to, Ěe ji musĚte zbavit vody z namĚĚnĚ-. Voda dĚlĚ neplechu pĚi uskladnĚnĚ- a umoĚĚuje rĚst nĚĚeho, co v pestu urĚitĚ nechcete. NejlepĚ- na vysuĚnĚ- je samozĚjmĚ salĚitovĚj odstĚedivka.

A jelikoĚ voda opravdu dĚlĚ neplechu, je potĚba se jĚ- zbavit i v pĚ-padĚ jinĚ zeleniny, kterou byste chtĚli promĚnit na pesto. KlidnĚ si mĚ-Ě vyrobĚ pesto houbovĚ, mrkvovĚ, cuketovĚ, rajĚatovĚ, paprikovĚ ĚĚ co vĚjs napadne. Jen nechte zeleninu nejprve projĚ-t takovou tepelnou Ěpravou, kterĚj vysuĚjuje. IdeĚlnĚ- je na to peĚnĚ- pĚi vysokĚ½ch teplotĚch, pĚesnĚ podle receptu na peĚenou zeleninu. PĚ-sluĚnĚ ĚĚĚnek na toto tĚma je zde: peĚenĚj zelenina.

DalĚ- moĚnostĚ- je nechat zeleninu aspoĚ zploviny vysuĚit v mĚ-rnĚ a pootevĚnĚ troubĚ, anebo v suĚiĚce na ovoce a zeleninu. RozhodnĚ nemusĚte suĚit dokĚupava, staĚ- do takovĚho stupnĚ, kterĚ½ by vĚim byl milĚ½ naloĚenĚ½ do oleje.

A jako perliĚku k vĚ½bĚru surovin jeĚtĚ uvedu, Ěe existuje taky pesto ĚkvarkovĚ, kterĚ sice nemĚj se zeleninou vĚbec nic spoĚnĚho, ale zĚroveĚ nemĚj chybu zejmĚna v kombinaci s vaĚenĚmi nebo peĚenĚmi bramborami nebo s opeĚenĚm peĚivem.

Jak pesto uchovat?

I kdyby zeleninu odvodňte a bylinky spaťte, nemíte vbec žádnou záruku, že pesto ve skleněnce nezkvá. Naopak, zkvá, a rádo.

Jedině, co drá pesto nezkaženě, je olej, ten brání pátí stupu vzduchu a tedy zpomaluje rozkladné procesy. Pátí pesto se uvnitř pesta budou nacházet drobně uvázněné vzduchové bublinky, které mohou spustit nežádoucí reakci. Měžete klepat skleněkou, jak chcete, stejně tam nájak zánou.

Kupovaní pesta mají ve složeně konzervat, která brání kaženě. Doma nco takového asi chtít používat nebudete. Jedinou dalšou možností, jak prodloužit trvanlivost pesta, je uložen v chladu.

V lednici mají pesta bezpečnou trvanlivost zhruba tden, chovejte se k nim tedy jako k surovinám, které jsou érství, káhké. Vrstvíka oleje na povrchu rozhodně nemáže uákodit, ale zároveň nená vjemocně. Je dost možná, že se z tdně klidně stane mášc a pesto stáje bude v pohodě, ale záručit se to dá jen tžko.

Já nejraději pesta na zimu ukládám do mrazáku, protože se dobře mrazá a protože jim mraz neubláženě. Mám na ná silikonovou formu, která má poměrně velkou a objemnou prohlubně, takže jeden kousek pak staě na tštiny pro ájest lidě.

Zavaťovám pestám nepomě, naopak jim spá ubláženě. Pesto obsahuje ve složeně sár, což je surovina, kterou rozhodně nechcete podrobovat teplotám kolem 80 stupě. Zahátím se v pestu hodně zmáně, nechte si ho proto až na okamžik smáčšn s horkými surovinami.

Pár variant pesta na vyzkoušeně

Ano, jsou to páťesně ty skleněky, které máte vidět na fotkách:

Houbové pesto:
houby opeěné na olivovém oleji (tám se z nich vydusá voda a zvárazná chuť), parmazán, slunečnicová seměna, olivová olej, kmě, kapka lanžoušového oleje a stroušek ésněku na dochuceně.

Petráelovo-koriandrově pesto: spať petráelkové a koriandrově listy váetně stonkě, parmazán, práženě nesoleně arašdy, olivová olej, drceně

koriandrová; semínka na dochucení-

Cuketová pesto:

cuketa nakrájená; a upečená; s olivovým olejem a domácí-m grilovacím kořením, parmazán, loupané mandle, olivový olej, jedna šerstvá márná; pálivá; feferonka na dochucení-

Hrášková pesto:

spařená mladá hrášek, parmazán, dvě ovčí semínka, dvě ovčí olej, sůl na dochucení- (upozornění: hrášek má hodně vody, kterou se nedá zbavit, ani by hrášek zjednul nebo ztvrdnul. Pesto proto potřebuje buď hned zamrazit, nebo spotébovat nanejvýš do 3 dnů)

Pesto ze sušených

rajčat: sušená rajčata, parmazán, loupané mandle, olivový olej, jedna šerstvá márná; pálivá; feferonka na dochucení-

Hezké látko s pestem!

FLORENTINA