



Což takhle dát si...

Zapálená kuchařka Lenka Požárová



chřest

Lenka Požárová * 1972 Brno



Po střední škole ekonomické a ročním studiu němčiny na jazykové škole jsem si nemohla nechat ujít vzácnou příležitost a „stříhla“ jsem si ještě jednu maturitu, tentokrát na obchodní akademii v Rakousku. Krátká pracovní zkušenost mi byla výbornou motivací pro to, abych vydržela měsíce se doučovat matematiku, a zvládla tak přijímačky na obor obchodní podnikání na Ekonomicko-správní fakultě Masarykovy univerzity v Brně. U toho všeho jsem vtlučkala němčinu do hlav mnoha studentům coby lektorka na soukromé jazykové škole.

Několik let jsem pak pracovala jako daňový poradce ve velké poradenské firmě. Úspěchy, dobrý výdělek, práce po nocích, stres a zdravotní potíže na sebe nenechaly dlouho čekat. Tak jsem se odhodlala k nelehkému životnímu kroku, zahodila jsem vydanou pracovní kariéru a pustila se do realizace svých snů. Začínám jako vydavatelka nápaditých kuchařek a potají spřádám další plány.

Baví mě sport, tancování a zpívání (hlavně když mě nikdo nevidí a neslyší), cestování po dalekých zemích, no a především vaření! Moc ráda chodím do divadel a po horách. Jsem přesvědčená, že všechno jde, jen člověk musí opravdu chtít a sebrat k tomu všechnu odvahu. Že to zní trochu jako pohádka? No, málem bych zapomněla, ty mám taky moc ráda.

Seznamka na WC

Nevím, jak kdo z vás s chřestem kamarádí, tak to беру raději z gruntu. Na seznámení s ním prostě nezapomenu. Bylo to jednoho jarního dne ve Vídni, kde jsem si kromě hromady přednášek dávala do nosu v místní menze.

Jednou jsem si naložila na talíř rýži a kousky čehosi v bílé omáčce. Bylo to mezi oblíbenou zeleninkou, tak mě nenapadlo to moc zkoumat. U stolu jsem to nemohla identifikovat, bylo to zvláštní a dobrý. Moc jsem to nepitvala a upalovala na další přednášku a pak hurá na koleje. Na pokoji si odskočím na WC a divím se, čím to dneska uklízečka myla ty podlahy a rozhlížím se, jestli něco nezapomněla třeba za záchodem. Nikde po ničem ani vidu ani slechu, chvíli mně to vrtalo hlavou, ale brzo jsem tu záhadu pustila z hlavy.

Uběhlo pár týdnů a opět jsem si v menze nakládala ty dobrý bílý kousky, co mně minule tak chutnaly. No a když se scénka na WC opakovala, prostě mně konečně docvaklo, že to ne mycí prostředek, to já! Tak si říkám, že vás na to hezky polopatisticky připravím, abyste si nemysleli, že máte třeba nějakou otravu či co. No prostě chřest čistí ledviny, což je moc dobře, a když všechny ty nečistoty vyplavuje, tak nám to taky dává pěkně pocítit. Napoprvé to překvapí, ale nic hrozného to není. Záleží na množství konzumace a já nejsem žádný troškař.

Jestli mně teď opáčíte, že to je sice hezký, ale vy přece nebudete kvůli vyzkoušení chřestu jezdit do Vídne, tak mám uklidňující zprávu. Doba se změnila, chřest za nevhodnou buržoazní pochoutku rozhodně už považován není a v sezóně je ho opět dostatek.

Kdo zná chřest jen coby blátivou vodnatou hmotu bez chuti a zápachu, ten asi okusil jen chřest sterilovaný, který tak nějak chutnat může a já osobně se mu vyhýbám jak čert kříži. Ovšem chřest čerstvý, to je jiný kafe. Můžete si ho udělat měkoučký nebo mírně křupavý. Náruživí jedinci ho chroupou i syrový.

No a pokud jste taky už naletěli nejedné „výhodné“ nabídce a přinesli si domů takový ty ohebný chudinky, tenčí než malíček, tak na to taky bacha. Stěží je oloupete a pak budete přežívat místo lahodných kousků pouze vlákna. Čerstvost je totiž základním předpokladem chutnosti a jedlosti chřestu.

Zkrátka a dobře, chřest moc chutná, nad jeho složením zaplesá každý MUDr., a když se jím budete cpát denně, ještě k tomu zhubnete. To můžu potvrdit z vlastní zkušenosti, neb jsme ho s Michalem jedli dva měsíce v tahu a jen s těžkým srdcem a se slzou v oku jsme se s ním loučili. Tak hezké chřestění!

Lenka Požárová



Ředkvičková bomba s hříšnou tatarkou

pro 4 osoby
příprava 15 min.

600 g oloupaného bílého chřestu
4 vejce
2 svazky ředkviček
2 lžice tatarky
sůl

Chřest nakrájejte na kousky dlouhé 2–3 cm a vařte 5 minut ve vroucí vodě. Scedte.

Vajíčka uvařte natvrdo a nasekejte.

Ředkvičky pokrájejte na plátky, promíchejte s chřestem a vajíčky. Osolte a pokapejte tatarkou. Podávejte s pečivem.

Story: Pokapejte tatarkou... Nic ve zlým, ale výstižnější by spíš bylo „pokydejte“ tatarkou, protože kapku si představuju jinak. Ale jak to proboha napsat spisovně? Ještě že mám tyhle ty story, kde můžu psát jak mně zobák narostl...



Balkánské brambory lehce jogurtové

pro 4 osoby
příprava 20 min. + pečení 35 min.

6 větších brambor (po 200 g)
360 g oloupaného bílého chřestu
180 g balkánského sýra
150 g jogurtu
60 g natě z cibulky
sůl

Brambory odrhňte kartáčkem, rozkrojte podélně a vydlabejte tak, aby zůstala slupka tlustá asi 1 cm. Vnitřky brambor osolte. Vydlabané kousky brambor uschovejte a spotřebujte jinak.

Půlky brambor vyskládejte na plech a pečte 20 minut při teplotě 220 °C (v horkovzdušné troubě při 200 °C). Předpečené brambory vyjměte a naplňte směsí z rozmačkaného balkánského sýra, jogurtu, sekané natě a nadrobno krájeného syrového chřestu.

Opět plech s bramborami vraťte do trouby a pečte dalších 15–20 minut, až náplň zežloutne. Vždy 3 poloviny rozdělte na talíř a podávejte.

Tip: Takto upravený chřest mírně křupe. Kdo vyžaduje měkký chřest, jako třeba Michal, může jej před plněním do brambor povařit 3 minuty. Brambory se nejlépe dlabou speciálním vykrajovátkem, které vykrajuje kuličky.

Obsah

Seznamka na WC	1
Různé názvy, druhy, tvary i chutě	2

Lehkosti

Tymiánový chřestýši	4
Hranolkový triumf	5
Pistáciová pěna	6
Šunkové válečky	7
Barevná míchanice	8
Arašídové taštičky	9

Saláty

Marinovaný špaglík	10
Kedlubničková slast	11
Ředkvičková bomba	12
Brambůrková hromádka	13
Jahůdkové třeštidlo	14
Mandarinkový úsvit	15
Lízínčina pastva	16
Dijónská sýrová miska	17
Kolečkový salátek	18
Cuketové osvěžení	19

Polévky

Lososový krém	20
Letní klasika	21
Česnekový bělásek	22
Sýrová něžnost	23

Drůbež a ryby

Krůtí smotaněčky	24
Lososové tůdle nůdle	25

Králík ochmelka	26
Zasypaná polínka s rybičkou	27
Pomerančový losos	28
Kuřátko v majoránce	29
Krůtí na topinkách	30
Rybí rolky s kulihráškem	31
Krabíkův wok	32
Stehýnka na medu	33

Jen zelenina

Kokosové nudlení	34
Balkánské brambory	35
Růžový panter	36
Jáhly v krunýřku	37
Provoněné rizoto	38
Křenící se tortilly	39
Chřestící medová rajčátka	40
Ricottový samet	41
Nivové kostky	42
Krémové špagátky	43

Jen tak

Hermelínový plášť	44
Jánošíkův mls	45
Rukolové hrudky	46
Kapiové povyražení	47
Žampióny s lampióny	48
Česnekový dech	49
Nejúžasnější kari omáčka	50
Rybniček Brčálníček	51
Sýrová štouchanice	52
Skořicové tajemství	53

Jak se vám líbí?



Především Vaše knížky jsou krásné!!! Moc si chci všechno z nich vyzkoušet. Já a chřest, to je něco jako já a paličkování, nebo já a nakoupené barvy a akvarelový papír, já a fotografování... chci všechno zkusit. Vprostřed léta už ztrácím sílu starat se o záhony, podzimní práce honím na jaře atd. Ale mé sazenice to pochopily a chřest se dařil nějak sám. Naštěstí zachutnal dcerám a mužovi, a tak se začali na sklízení, vaření a pochutnávání podílet. Až budu mít Vaši knihu receptů (určitě zase tak krásnou jako ty předchozí), asi se o svůj chřest začnu opět trochu pečlivěji starat.

Iva Janžurová, herečka a pěstitelka chřestu

Poznal jsem před kamerou mnoho kuchařek, ale nevzpomínám si ani na jednu zapálenou. I když jsem zvyklý spolupracovat s lidmi, kteří propadli svému koníčku a jejich zápal pro pěstování, chovatelství nebo třeba kutilství přináší mimořádné výsledky. Věřím, že kuchařské umění Lenky Požárové do této mozaiky tvůrčí fantazie skvěle zapadne, má pro to všechny předpoklady. Už se těším na setkání s ní před kamerou Prima Receptáře.

Přemek Podlaha, televizní moderátor

Štíhlá Brňanka povýšila svou nejmilejší zábavu na zcela jedinečnou úroveň zdravého, hravého a nečekaně chutného kouzlení s poněkud opomíjenými druhy zeleniny. Z daňové poradkyně stala se tak poradkyně dýňová. Dýně, špenát, mrkev a chystaný chřest budou určitě v nadcházejícím předjaří dobrými partáky i pro vás.

magazín Xantypa, březen 2006