

PŮREK JE ZDRAVĚ (V KAŽDĚM PODOBĚŠ)

Státní úřad pro potravinovou bezpečnost, 05. března 2008

Ani byste nevěděli, jak rozdílné dotazy do poradny dostávám... Například nedávno mi přišel následující - a máte-li kdo nějaké další vysvětlení, prosím, abyste přispěli svou "troškou do mlýna". "Dobrý den, chtěla bych poprosit o radu: vsadili jsem se s kamarádem, jak se správně krájí pórek. On tvrdí, že od konce, já zase od kořínku. Rozsoudíte nás?"

Záleží na tom, co vaříme. Bílá část je jemnější, zelená ušlechtlivější. Pórek vždy oplachujeme. Mezi jednotlivými listy ulpívají nečistoty a občas i drobný hmyz. Zvláště, pokud během pěstování přišel sklizní problém. Proto, jestli to recept umožňuje, pórek podélně rozpálíme a nečistoty s hlinou vyplavíme pod studenou tekoucí vodou. Takže máme pórek krájet jak na palíčky (např. pro vaření v pánevi), nebo Tenká, je silnější. Horní, zelená část, se mnohdy krájí na delší proužky - např. pro salát. Mnohdy se používá pouze dolní část, krájená tedy od kořínku, vrchní, zelená, se pak krájí extra, např. jen na posypání hotového jídla.

d@niela

Nu, a aby toho nebylo málo, našla jsem zajímavé návody (CO A JAK S PÓRKEM) - ten první je "pro pány" uznejte - co ta s tou pusou dokáže....

Tenhle druhý je "pro dámy". Ale - ten pozor - je přístupný až po desáté večerní a až od osmnácti, prosím....

Nu - a pak že zelenina není zdravá ... :-))))

