

FLORENTĀ•NINA ZELENINA NA GRILU

StĀ™eda, 17 duben 2024

Dnes vĀjm nabĀ-zĀ-m naprosto zĀjkladnĀ- recept na grilovanou zeleninu. A protoĀ¾e duben je co do pocitĀ- lĀĉta mĀsĀ-c v nespolehlivĀ½, dĀj se tento recept pouĀ¾Ā-t celoroĀ•nĀ, neboĀŷ jej lze svĀĀ™it i grilovacĀ- pĀjnvi nebo stolnĀ-mu grilu. An nemĀjte-li gril s pĀ™Ā-mĀ½m ohnĀm, jde to i v toustovaĀi, na kontaktnĀ-m grilu nebo na grilovacĀ- pĀjnvi. JedinĀj podmĀ- je, Ā¾e musĀ- bĀ½t plotĀ½nka, roĀjt Āi pĀjnev poĀ™ĀjdnĀ, rozehĀ™ĀjtĀĉ, jinak se bude zelenina lepit a chytat.

Na grilovĀjnĀ- se

hodĀ- pĀ™edevĀjĀ-m cukety, papriky a lilky. To vĀje nakrĀjjeje na plĀtky silnĀĉ kolem pĀl centimetru, oĀiĀjtĀnou papriku pĀ™ekrĀjjeje na kousky o velikosti vĀtĀjĀ-ho sousta. DĀjle se hodĀ- i jarnĀ- cibulka Ā€“ celĀj a oĀiĀjtĀnĀj, chĀ™est Ā€“ pĀ™edevĀjĀ-m ten zelenĀ½, houby, tĀ™eĀjĀovĀj rajĀĀjtka Ā€“ vcelku, Ā•tvrtky Ā•ervenĀĉ cibule, dokonce i rozkrojenĀ½ Ā™Ā-mskĀ½ salĀjt.

Dotaz: Je lepĀjĀ- lilek nakrĀjjet na koleĀka, posolit a nechat patnĀjct minut vypotit? A musĀ- se z lilku okrĀjjet slupka?

OdpovĀĀ: U mladĀĉho

lilku tohle vypocenĀ- vĀbec nenĀ- potĀ™eba. Pokud jsou semĀ-nka sotva znatelnĀj, tak nasolenĀ- a vypocenĀ- jen zbyteĀ•nĀ, zdrĀ¾uje od jednoduchĀĉho a pĀ™Ā-moĀ•arĀĉho postupu. PĀ™erostlĀ½m lilkĀm se dĀj snadno pĀ™i nĀjkupu vyhnout, jsou mĀkkĀĉ na omak, hodnĀj velkĀĉ a velmi, velmi tmavĀĉ. MladĀĉ jsou spĀ-Āj menĀjĀ-, krĀjsnĀj pevnĀĉ a majĀ- fialovou slupku. Tak jako tak, slupka se z lilku neodstraĀuje.

ZĀjkladnĀ- pravidlo:

Zeleninu

poloĀ¾te na Ā¾havou a Āistou mĀ™Ā-Ā¾ku grilu zcela nasucho.

Bez jakĀĉhokoli

oleje, bez jakĀĉhokoli pĀ™edchozĀ-ho mĀjchĀjnĀ- v marinĀjdĀ.

KdyĀ¾ totiĀ¾

zeleninu pĀ™edem naloĀ¾Ā-te do marinĀjdy, v tom absolutnĀ-m horku potom zbyteĀ•nĀj zniĀ•Ā-te vĀjechny ty jemnĀĉ panenskĀĉ oleje i Ā•erstvĀĉ bylinky, kterĀĉ se k zeleninĀj hodĀ-.

ProstĀj zeleninu

opeĀte jen tak, na sucho, dokud se jĀ- zespodu nevytvorĀ™Ā- nahnĀjdlĀ½ obtisk grilovacĀ-ho roĀjtu. Nebojte se toho. Pokud je gril ĀistĀ½ a suchĀ½ a dost horkĀ½, zelenina se k nĀmu nepĀ™ilepĀ-. Potom ji otoĀte a ugrilujte naprosto stejnĀ½m zpĀsobem i z druhĀĉ strany. Papriku dokonce staĀĀ- grilovat pouze po jednĀĉ stranĀj, a to slupkou dolĀ.

Horkou zeleninu

odklĀjdejte do misky a sklĀjdejte na sebe. Jde to rychle, protoĀ¾e se tu pracuje s opravdu horkĀ½m grilem, takĀ¾e neĀ¾ vĀjechnu zeleninu opeĀete, ta odloĀ¾enĀj zatĀ-m vydrĀ¾Ā- teplĀj.

Teprve potom
vÁje ochuÁete, jak je libo. VlaÁ¼nÁi grilovanÁi zelenina dobÁ™e pojme a nasaje
vÁjechny chutÁi.

NapÁ™Á-klad ji zalijte dobrÁ½m
olivovÁ½m olejem a jemnÁ osolte. PÁ™ihoÁte jakÁkoli ÁerstvÁ© nebo suÁjenÁ© bylinky,
anebo i drcenÁ© koÁ™enÁ-.

Pro obÁasnou zmÁnu mÁ-Áete
nakonec vmÁ-chat i trochu vinnÁ©ho octa, tÁ-m vznikne teplÁ½ grilovanÁ½ zeleninovÁ½
salÁit.

NejlepÁiÁ- moÁnost ochucenÁ- jsem
si nechala nakonec. Pokud mÁite rÁidi bazalkovÁ© pesto, nebo jakÁkoli jinÁ© pesto,
neobÁivejte se ho pouÁ¼t mÁ-sto oleje. Á½dnÁ© dalÁiÁ- dochucenÁ- uÁ¼ nenÁ- tÁ™eba.

NamÁ-sto pesta nÁkdy vyzkouÁejte
i chimichurri, geniÁlnÁ- argentinskÁ½ vynÁlez na grilovanÁi jÁ-dla. Navzdory
zÁimoÁ™skÁ©mu pÁ-vodu lze chimichurri pÁ™ipravit z obyÁejnÁ½ch tuzemskÁ½ch surovin.
BuÁte opatrnÁ-, protoÁ¼e jakmile ochutnÁite, propadnete mu a pÁ™inejmenÁiÁ-m v
grilovacÁ- polovinÁ roku budete mÁ-t chimichurri stÁje v lednici.

Recept najdete zde: chimichurri.

AÁ vÁim tahle zelenina na grilu dÁiÁi
radost nejen v lÁ©tÁ u grilu, ale tÁ™eba i v zimÁ, kdy to nejde provÁst jinak neÁ¼
na tÁ© nahoÁ™e zmiÁovanÁ© grilovacÁ- pÁjnvi. BÁjeÁnÁ© pochutnÁinÁ- vÁjem pÁ™eje FlorentÁ½na