SOFFRITTO - ZNÃ•TE TO?

ÃšterÃ½, 05 leden 2010

Zcela nedávno jsem narazil na jeden zajímavý recept: jedna ze základních souÄ•ástí italské kuchynÄ›, soffritto, se, jak jsem se k mému pÅ™ekvapení dozvÄ›dÄ›l z wikipedie, pouÅ¾ívá snad na celém svÄ›tÄ›, jen v Ä•eské kuchyni ne. V Itálii je to první k pÅ™i vaÅ™ení rizota, omáÄ•ek na špagety a ragú, polévek a vlastnÄ› skoro všude, kam patÅ™í zelenina. Tady Americku je k dostání v obchodech s orientálním zboÅ¾ím, to znamená Ä•ínského, vietnamského i indického, a i v obchodech se zboÅ¾ím mexickým.

BohuÅ¾el, italské a Å™ecké obchody tu nemáme, JiÅ¾ní Ameriku také ne. Ale znají to i tam a pouÅ¾ívají. PÅ™esné in liší podle zemÄ›, kraje, ale základ je, jak jsem vypátrall stejný. Základní jihoitalský recept je z olivového oleje, cibule, Ä•esneku. V severní Itálii je to hlavnÄ› cibule, Å™apíkatý celer a karotka, tomu všemu Å™íkají také trinity, podle trojice. Na KubÄ› je základní ingredience cibule, Ä•esnek, rajÄ•ata a papriky pálivé zcela podle vás. Následující recept je verze pouÅ¾ívaná na KubÄ›.

Soffritto

2 lÅ¾íce olivového oleje,
3 hrnky pokrájené cibule,
3 hrnky rÅ¯znobarevných paprik,
1 jalapeÅˆo papriÄ•ka (nebo ne),
5 strouÅ¾kÅ¯ Ä•esneku,
1/2 hrnku zeleného koriandru (skvÄ›le nahradí petrÅ¾elka),
1 lÅ¾íce rajského protlaku,
sÅ¯l a pepÅ™,
šÅ¥áva z 1 limetky.

Vše vraÅ¾te do mixeru a uÄ•iniÅˆte z toho pastu. ProtoÅ¾e je toho hodnÄ›, a protoÅ¾e pouÅ¾ití je opravdu všestranné, udÄ›láme to, co dÄ›lají jiní, udÄ›lejte v tvoÅ™iÄ•i ledu kostiÄ•ky, dejte zmrznout a v mrazáku v pytlíku skladujte. Ale ten mrazák není zas tak kriticky nutný, v obchodech s orientálními potravinami to vídám v kelímcích v normální lednici.

Tak, a teÄ• jeden recept na ukázku, tenhle je z Kuby, z dob zavilého imperialismu, kdy tam ještÄ› mÄ›li masa dost, ale halt zas nemÄ›li CastrÅ¯v socialismus.

Ropa Vieja (staré šaty)

Suroviny: 1-1,25 kg hovÄ›zí roštÄ›né, sušená cibule v prášku, Å™epkový olej, 1/2 hrnku soffritto, 0,5 l rajské šÅ¥ávy z plechovky, 2 bobkové listy, 4 Å™apíky celeru i s listy drobnÄ› pokrájené, 3 mrkve drobnÄ› pokrájené , 1 hrnek Ä•erstvého Ä•i mraÅ¾eného hrášku, 3 lÅ¾íce hrubÄ› posekaných oliv, 1/4 lÅ¾iÄ•ky Å™ímského km co s tím: Å˜ízky z hovÄ›zího naklepte asi na 1 cm tloušÅ¥ku, osolte, opepÅ™ete a ocibulte z obou stran, a pak opeÄ•te n pánvi do hnÄ›da, asi 10 minut. Vmíchejte Sofrito, sÅ¯l, rajskou šÅ¥ávu, a bobkový list, olivy, Å™ímský kmín, sÅ¯l. PÅ™iklopte a peÄ•te v troubÄ› 175°C pod poklicí do mÄ›kka, asi 2 1/2 hodiny.

Potom nechte vychladnout, aby to nepálilo a rukama Ä•i dvÄ›ma vidliÄ•kami rozcupujte na drobno.
UveÄ•te znovu do varu, pÅ™idejte mrkev a celer, poduste do mÄ›kka, pÅ™idejte hrášek a prohÅ™ejte.
Podávejte ve vÄ›neÄ•ku rýÅ¾e, nejlépe druhý den.

(P.S. Daniela má v šuplíku ještÄ› recept, tentokráte na HovÄ›zí peÄ•eni po italsku, no a tam se Soffritto také náramnÄ› hodí.)

A jako vÅ¾dycky vám pÅ™eju dobrou chuÅ¥,Michal

Další spousty receptÅ¯ najdete v mé Grilovací kuchaÅ™ce.

PÅ™ípadné dotazy nebo nadávky adresujte drobek zavináÄ• eml.cc