

# CEVICHE PRO LABU 1/2 NĀKY OD "A" DO "Z"

Āšter 1/2, 13 Āervenec 2010

Snad si vzpomínáte, ono to zas není tak dávno, Āe jsem sem dal recept na Ceviche (co Ā je jen jeden z názvů), zkrátka na jídlo z ryb "vařených" za studena v limetkové šťávě. Kdy tak si klikněte a osvěte si recept, tĀ vám v souasných horkých dnech také "iknul". No, a k mému pĀekvapení jsem právě zjistil, Āe se Ceviche dĀlá z hovězího.

Dnes vám chci pĀedložit recept na kompletní jídlo včetně pĀíloh. Vše vám pĀknĀ postupně popíšu, j budete pĀipravovat... Tak nejprve:

Šouchané citrónové brambory:

1 1/4 kila malých Āervených brambor, prostĀ brambor, co se jedí i se slupkou,  
1/4 hrnku extra-virgin olive oil,  
2 KL strouhané citrónové kĀry,  
hrubá krystalová sĀl a pepĀ,  
(já tam ješou i pĀidál i šťávu z toho citrónu, kdy u Ā jsem ho ostrouhal.)

Brambory uvaĀte v páĀe, ne ve vodě. Já myslím, Āe je to dobrý nápad, nic se z nich nevymáčí, trvá to asi 25 minut. si dejte vaĀit chĀest, tomu to netrvá moc dlouho. Potom brambory pĀespte do mísy, rozšouchejte, ale ne úplnĀ na kašiči. Zamíchejte do nich to ostatní.

ChĀest s oĀechy Zeleninovou pĀílohu také dĀláme ze zelených fazolek, místo worcesthire lze pouĀit balsamikový oĀíšouky celkem jakékoli, nĀ kdy do nich ješou i pĀidám parmazán.

2 1/2 lĀiĀky soli,  
3/4 kg chĀestu, umytého, tvrdé konce odĀezané,  
6 lĀic másla,  
3/4 hrnku hrubĀ nasekaných vlaškých oĀechů,  
1 1/2 lĀiĀky worcesterské omĀky,  
1/4 lĀiĀky pepĀe.

Do hrnce dejte vodu a sĀl, uveĀte do varu. PĀidejte chĀest a vaĀte a Ā je mĀkký, proceĀte (neproplachovat vodou, barvu), a nechte okapat. RozpusĀte máslo, pĀidejte oĀíšouky, worcester, sĀl a pepĀ a smaĀte zvolna, a Ā oĀíšouky zlatohnĀdé a kĀehké, asi 3 minuty. Pak pĀidejte chĀest, a asi jednu minutu prohĀejte a promíchejte oĀíšouky na másle.

Grilovaný tuĀák

Tohle je zcela základní recept na grilovanou rybiĀku, a nemusí to být zrovna tuĀák. Z halibuta i meĀouna jsou taky náramné steaky a vlastnĀ to mĀ Āe být i z jiných ryb. Tak Āe si seĀeĀte:

4 steaky z tuňáka, 2 - 2,5 cm silné,  
2 lžíce extra virgin olivového oleje,  
sůl a pepř.

Když jsem to dělal naposled, vylepšil jsem to ještě nastrohaným zázvorem, smíchaným s olejem. Další možnost je Česnek, bylinky skoro jakékoli zrovna máte, citrónová šťáva... Steaky potřete olejem, posolte a popeprte. Grilujte na středně silném ohni. 2-3 minuty pro "středně propečené", 3-4 minuty po každé "zcela propečené, tj. = tuhé", na okraji je vidět, jak se u tuňáka růžová barva mění v bílou. Nepřetepejte pečeni, středový, jen teplý. Ihned servírujte s dílky citrónu.

K tomu musím poznamenat, že je to stejně dobré udělané na skoro suché pánvi.

A jako vždycky vám přeju dobrou chuť, Michal. Další spoustu receptů najdete v mé Grilovací kuchyni