

BĀ•JEĀENĀ• KUSKUS - PODLE FLORENTĀ•NY

PondĀ•lĀ•, 23 listopad 2015

ZaĀ•inají nám velmi hektické dny, kdy vĀ•tšinou málokterá má náladu a Ā•as na nĀ•jaké sloĀ•íte vyváĀ•mĕní. A tak se jistĀ• bude hodit recept na chutné a hlavnĀ• velmi rychlé jídlo. Ne kaĀ•dá ho zná a ne kaĀ•dá ho umí pĀ•ipravit tak, aby to bylo opravdu dobré. Perfektní návod a recept vám dnes posílá oblíbená Flo - Ā•ekla bych pĀ•ímo "profesorka vaĀ•mĕní".

Pokud hledáte ten nejlepší recept na kuskus, uĀ• dál nehledejte. Zde najdete všechno – krok za krokem vysvĀ•tlený postup základní pĀ•ípravy, vypilovaný k dokonalosti, a nakonec pĀ•idám i spoustu inspirace, kam a jak kuskus pouĀ•ít.

KdyĀ• obzvlášĀ• nestihám, mám díky kuskusu uvaĀ•eno za deset minut, aĀ• za okny zuĀ•í zimní vichĀ•ice ne roztéká asfalt (mohu-li tedy mluvit obecnĀ•, protoĀ•e naše lesní – polní – luĀ•ní cesta se asfaltu jen tak nedoĀ•ká). Kuskus – recept krok za krokem

ReceptĀ• na kuskus je pomĀ•rnĀ• dost, ale stejnĀ• se všechny dobré kuskusové recepty upínají k jedné a té samé základní pĀ•ípravĀ•. S Ā•ím potom uvaĀ•ený kuskus smícháte je samozĀ•ejmĀ• vĀ•c docela jiná. Okolnosti dobrého základního postupu vypadají asi takhle: Kuskus patĀ•í mezi tĀ•stoviny, ale klame hned ve tĀ•ech vĀ•cech. Vypadá jako malá rozemletá zrníĀ•ka, pĀ•íto je to pšeniĀ•ná mouka smíchaná s vodou, rozdrobená a usušená, pĀ•esnĀ• jako kterékoli jiné tĀ•stoviny. A dál, nevaĀ• se ve velkém množstvĀ• osolené vody a následnĀ• necedí, jak by se na kaĀ•dou tĀ•stovinu slušelo, nýbrĀ• se nechává propaĀ•it podobnĀ• jako rýĀ•e, tedy s pĀ•esnĀ• odmĀ•Ā•enou se beze zbytku vsákne a zanechá kuskus kyprý. KdyĀ• pouĀ•íte málo vody, nezmaĀ•ne, kdyĀ• moc, slepí se a rozmĀ•kne. Ani to ještĀ• nejsou všechny zvláštnosti. Kuskus uvaĀ•íte bez pĀ•íkonu tepla, nemusíte tedy vĀ•bec zapínat plotýnku. StaĀ•í, kdyĀ• ho zalijete horkou vodou nebo vývarem a on uĀ• si zmĀ•kne sám.

Zatímco rýĀ•e má svĀ•j pomĀ•r na dušení 2:3 (anebo, jak je Ā•astĀ•ji uvádĀ•no, 1:1,5), kuskus se pyšní sloĀ•itĀ•jším a nezapamatovatelnĀ•jším údajem 5:8 (vydĀ•lila jsem to za vás, je to 1:1,6). Výmluvy o neexistující a ztracené odmĀ•rce neberu, tohle docela snadno odhadnete. Je to jeden hrnek kuskusu na jeden a o trochu víc neĀ• pĀ•l hrnku horké tekutiny.

Horká voda staĀ•í, ale nejdokonalejší a úplnĀ• nejlepší kuskus pĀ•ipravíte s vývarem. Bude-li domácí, js hvĀ•zda, ale pokud sáhnete po nĀ•jakém zrychlováku v podobĀ• bezglutamátového prášku nepĀ•mĕš agresivní prášmyslové chuti, body za provedení vám rozhodnĀ• nikdo strhávat nebude. KdyĀ• se budete pro klid duše drĀ•et hesla „ty, kdo jsi bez viny, hoĀ• po mnĀ• kamenem,“ vĀ•bec se nemusíte bát, Ā•e by vás snad nĀ•co trefilo.

Kuskus odmĀ•Ā•te a zakápnĀ•te vĀ•tším neĀ• významným množstvĀ• dobrého oleje. Pak vidliĀ•kou míchej aĀ• se všechna zrnka obalí tukem. Nebojte se, je to strašnĀ• rychlé, mládí vám u toho nestihne utéct ani za roh.

KdyĀ• se rozhodnete kuskus ochutit koĀ•mĕním, nejdĀ•ív koĀ•mĕní nasucho opeĀ•te v pánvi, odstavte, pĀ•idejte olej vše promíchejte a pak teprve pokračĀ•jte podle pokynĀ• v postupu. Tím se chuĀ• koĀ•mĕní mnohem lépe spojí s kuskusem. Pokud je to v receptu jinak, zvaĀ•te, jestli by mu takhle zmĀ•na tĀ•eba neprospěla.

Pokud pĀ•ipravujete víc neĀ• dvĀ• porce kuskusu, volte radĀ•ji plochou a širokou nádobu. KdyĀ• totiĀ• vezm tradiĀ•ní mísu z klasických i ménĀ• klasických materiálĀ•, s obrázkem anebo bez, spodní vrstva hotového kuskusu bude vlivem velké váhy nad ní pomĀ•rnĀ• upĀ•chovaná, slepená, v krajním pĀ•ípadĀ• aĀ• nepouĀ•itelná. TakĀ•e radĀ• všechno rozprostĀ•ete spíš do šíĀ•ky, aĀ• se vám kuskus u dna nemaĀ•ká.

A za sedmé a za poslední, kuskus by mĀ•l být pĀ•í bobtnání a mĀ•knutí pĀ•íkrytý, aby se zapaĀ•il. PomĀ•Ā•e mu to kyprosti. Nehledejte na to speciální vybavení, postaĀ•í tĀ•eba i pekášek na peĀ•ení pĀ•etáhnutý potravinĀ•skou fólií.

Kam s ním

MĀ•kký, teplý nebo vlaĀ•ný kuskus pouĀ•íte, jak je libo: Samotný výbornĀ• poslouĀ•í jako pĀ•íloha k masu, ale stejnĀ• j tĀ•stoviny, i on se v létĀ• velmi rád upotĀ•ebí do salátu. Moje oblíbená verze je s rajĀ•aty, okurkami a okapanou konzervovanou cizrnou, která pĀ•idá potĀ•ebnou bílkovinnou sytívnost. Další výborné kombinace spoĀ•ívají ve spoust letních bylinek, a taky v konzervovaném tuĀ•kovi a Ā•erstvých, na másle podušených zrnkách mladé kukuĀ•ice.

Taky vás nadchne spojení s rukolou, černými olivami a sušenými rajčaty. A poslední trumf v rukávu, který často vytahují, je kuskus ochucený směsí kari koření, smíchaný s rozinkami a nasekanými loupanými mandlemi. K letnímu masovému grilování úplně neprokonatelný.

K úplnosti, tedy k vytvoření a založení, tu máte celý recept na základní přípravu čtyř porcí kuskusu. A dle upozornění - hotový kuskus zpracujte nebo podávejte bez prodlevy. Bez diskuse. Jsou to těstoviny, které stáním ztrácejí na kvalitě.

Suroviny 250 g kuskusu 400 ml vroucí vody 1 lžíce olivového oleje 1 lžička soli

Postup

- Kuskus nasype do kastrálku nebo do jiné vhodné, ploché nádoby, zalijte olejem, osolte a promíchejte vidličkou, dokud se zrnička rovnoměrně neobalí tukem.
- Takto připravený kuskus odměnou vroucí vodou, anebo lépe jemným vývarem a zakryjte dobře padnoucí poklicí. Dopřejte mu 5 minut odpočinku. Kuskus by měl být po celou dobu zakrytý a stát mimo zdroj tepla.
- Měkký kuskus nasekejte a prohrábněte vidličkou, nejlépe to jde dvouzubou, která má svou zásadní funkci při porcování masa.

Kdo jste dočetli opravdu až sem, zasloužíte si bonus. Tak tady ho máte: namísto kuskusu klidně někdy použijte i vietnamské nudle. Tedy poté, co je rozlámete na menší kousky a vyhodíte všechny ochucovací pytlíčky, které v nich najdete. Mějte se krásně a hlavně: vaření zdar,

FLORENTÝNA