

PESTO - UNIVERZÁLNĚ RECEPT

Ášter½, 02 Áervenec 2019

PESTO coby terminus technicus patÁ™Á- do letnÁ-ho vaÁ™enÁ-, neboÁ¥ nezapÁ™e svÁ-j jiÁ¾anskÁ½ pÁ-vod ve slunnÁ© ItÁ vÁjech pest zcela jednoznaÁnÁ, vynikÁ; a vede pesto bazalkovÁ©, pro prÁ;zdinovou kuchyni majÁ- smysl i mnohÁ; dalÁ; pesto. Hned vysvÁ-tlÁ-m proÁ. KdyÁ¾ se doma nebo v doÁ•asnÁ© letnÁ-kuchyni nachÁ;ZÁ- hotovÁ© pesto, jeho pouÁ¾itÁ- pÁ™inÁ;Á;Á- tyto klady a vÁ½hody:

Pesto zrychlÁ- pÁ™Á-pravu jÁ-dla, protoÁ¾e funguje jako studenÁ; doprovodnÁ; omÁ;Á•ka. Nejen na noky a na tÁ-stoviny, ale taky tÁ™eba na grilovanÁ; masa nebo na jinÁ© grilovanÁ© Á•i peÁ•enÁ© suroviny Pesto dovede ochutit zÁ;kladnÁ- salÁ;itovou zÁ-oleje a octa, takÁ¾e letnÁ- salÁ;it má-Á¾e chutnat zase trochu jinak Pesto krÁ;snÁ, dochutÁ- kdejakÁ½ letnÁ- dip (Á•ili namÁ;Á•ecÁ- omÁ;Á•ku) Pesto poskytne letnÁ-m sendviÁ•Á-m zajÁ-mavou chuÁ¥ Pesto se dá; pouÁ¾itÁ-t i na pizzu Pesto má-½t vtipnÁ; nÁ;plÁ^ trhacÁ-ho chleba nebo trhacÁ-ho zÁ;vinu Pesto se skvÁ-le hodÁ- i do bramborovÁ©ho salÁ;tu Pesto taky funguje v rizotu

A kdyÁ¾ se doma jeÁ;tÁ, hotovÁ© pesto nenachÁ;ZÁ-, jeho vÁ½roba pÁ™inÁ-se nÁ;sledujÁ-cÁ- pozitiva a kuchaÁ™skÁ© jistoty:

Do pesta se dá; zpracovat vÁ;echny pÁ™ebytky letnÁ-ch bylinek i letnÁ-ch natÁ-, vÁ•etnÁ natÁ, z mladÁ© Á™epy, mrkve nebo Á™edkviÁ•ek Do pesta se dá; zpracovat i zbytky listovÁ© zeleniny jako jsou mladÁ½ Á;penÁ;t, polnÁ-Á•ek nebo rukola Pesto poskytne konejÁ;ivou nÁ;ruÁ• pro zbytky sÁ½ra, kterÁ© by uÁ¾ nemÁ;ly u vÁ;s doma vyuÁ¾itÁ- Do pesta má-Á¾ete zpracovat i zbytky nejrá-znÁ;Á;Á-ch oÁ™echÁ-

Jak pesto pÁ™ipravit v cukru letu

NejznÁ;mÁ;Á;Á- bazalkovÁ© pesto se sklÁ;dÁ; z pÁ;ti zÁ;kladnÁ-ch surovin: bazalky, pecorina, piniovÁ½ch oÁ™Á-Á;kÁ-, olivovÁ©ho oleje a Á•esneku. Z toho lze odvodit obecnÁ½ recept na pesto. Budete potÁ™ebovat:

nÁ;jakÁ© aromatickÁ© listy nebo klidnÁ; i zeleninu zbavenou vody (za chvÁ-li vysvÁ-tlÁ-m jak) aromatickÁ½, spÁ-Á; suÁ;Á;Á- sÁ½r: nejvhodnÁ;jÁ;Á- je parmazÁ;n, pecorino nebo feta. Pro pesta urÁ•enÁ; k okamÁ¾itÁ© nebo tÁ©mÁ;Á™ okamÁ¾itÁ© spotÁ™ebÁ se nemusÁ-te bÁ;t pouÁ¾itÁ-t i má;kÁ•Á- sÁ½ry, vÁ¾dyky je ale musÁ-te pÁ™edem nastrouhat nebo rozdrobitÁ™echy a semÁ-nkalibovolnÁ½ za studena lisovanÁ½ oleja nÁ;co pikantnÁ-ho na dochucenÁ:- Á•esnek, Á•erstvÁ© feferonky, koÁ™enÁ-, suÁ;enÁ© bylinky, sardelky, urÁ•itÁ by Á;la pouÁ¾itÁ-t i sÁ¾ovÁ; omÁ;Á•ka v malÁ©m mnoÁ¾stvÁ- nebo miso pasta

StÁ•Á- dodrÁ¾et zÁ;kladnÁ- pomÁ;ry surovin a taky zÁ;kladnÁ- postup a vÁ¾dycky z toho dostanete zajÁ-mavÁ© pesto.

rajčatová pesto

Základní poměry surovin na pesto

Aby pesto dobře chutnalo a zároveň mělo správnou hustotu, je potřeba dávat suroviny dohromady zhruba v tomto poměru:

40-50 g hlavních surovin, podle kterých se pesto jmenuje (tedy buď bylinky, nebo zeleninu)

40-50 g olivového nebo semánek

40-50 g nastrouhaného vyzrálého a různého sýra, jako je parmezán, pecorino nebo i pravý feta

100 ml oleje lisovaného za studena, aby měl různou chuť (nejen panenský olivový olej je na pesto skvělý, dobrý je i panenský slunečnicový, panenský epkový – což včec není – totý jako bavený epkový olej vhodný na smažená, pádná je zajímavý i domácí olej)

Vlastně stačí kombinovat suroviny, u kterých máte pocit, že by měly pasovat k sobě, anebo které jste už společně potkali v nějakém jiném jídle, kde vám dohromady chutnaly.

Základní postup na pesto

Pesto lze připravit několika způsoby, páč dále je jinak pracnější a vede k trochu jinému výsledku.

Pokud budete suroviny sekat ručně, nechte je na prknu, dokud nevznikne hrubá pasta, sice se trochu zapotíte a bude vám to poněkud trvat – počkejte alespoň deseti minutami poctivě práce s nožem – ale po zavržení směsi s olejem dostanete skutečně vynikající pesto, které se na vás bude smíjet z talíře, zejména pokud ho použijete na těstoviny, na noky nebo na brambory. Bude patřit jeho struktura a budou se na vás usmívat veselými rozmanitými kousky jednotlivých surovin. Podmínkou je opravdu ostrý nůž, jinak budete suroviny spíše drtit a mlet.

Pokud máte dostatečně velké množství hmoty, můžete suroviny rozmělat a rozetít v něm. Když pak nakonec budete postupně přidávat olej a stáje pesto promíchávat, výsledkem vám bude velmi hebký, krémový, opravdu jedinečný pesto. Rozetím surovin a následně v mléčné směsi oleje totiž stačí vzniknout krásná sametová emulze, kterou jiným způsobem nejde připravit. Zde je podmínkou špičková tloušťka hmoty, která se dá zářivě drtit i roztírat.

No a konečně pokud máte robot se sekacím nástavcem, nebo ponorný mixér s nasazovací sekací nádobkou, pádná malá samostatná elektrizovaná sekací, anebo i smoothie maker, není nic jednoduššího než suroviny rozmixovat v něm. Trvá to pár vteřin a můžete takto připravit i větší množství.

mnohástvĚ- pesta. Podle druhu mixĚru se klidnĚ mĚĚ stĚit, ĚĚe budete pĚTMĚ-stroj nĚ kolikrĚ zastavovat a stĚ-rat suroviny ze stĚ-n nĚidoby, ale jinĚ pracovnĚ-komplikace tu nehrozĚ. OvĚjem riziko tohoto postupu spoĚĚ-vĚj hlavnĚ v tom, ĚĚe si udĚlĚte pesto pĚTMĚ-liĚj jemnĚ, pĚTMĚ-liĚj homogennĚ-, prostĚ pesto, ve kterĚm se vĚjechny suroviny slĚvĚjĚ- v jedno, protoĚĚe je ostrĚ noĚĚe nadrtĚ- pĚTMĚ-liĚj nadrobno. Taky tahle cesta spotĚĚebuje vĚ-c oleje neĚĚ obĚ dvĚ pĚTMĚdchozĚ-. Je dost moĚĚnĚ, ĚĚe proti pĚ-vodnĚ-mu rozpisu budete muset dalĚjĚ-ch 20-50 ml oleje pĚTMĚilĚ-t, aby robot vytvoĚTMĚil nikoli suchou drĚ, ale pastu.

Co se vĚjecho mĚĚ pouĚĚĚ-t do pesta

VĚjechny jednĚ zelenĚ listy s nĚjakou zajĚ-mavou chutĚ- dovedou poslouĚit jako zĚklad pesta. MĚjta, bazalka, petrĚelka, koriandr, mrkvovĚ naĚ, mladĚ naĚ ĚTMĚpy i ĚTMĚdkviĚek, mandol, dokonce i kadeĚTMĚjvek.

JedinĚ½ problĚm, kterĚ½ se s nimi nese, je nepĚTMĚ-jemnĚ skuteĚnost, ĚĚe po pĚir hodinĚch zaĚnou rozsekanĚ listy Ějednout a ztrĚcet svou ĚerstvĚ zelenou barvu.

DĚj se tomu zabrĚnit jednĚ½m zpĚsobem: zelenou naĚ rychle spaĚTMĚit v horkĚ vodĚ, rychle vylovit a stejnĚ rychle zchladit v ledovĚ vodĚ. TĚ-m se zakonzervuje barva, ovĚjem s malou ujmou na chuti. ChuĚ natĚ se zmĚrnĚ- a nebude tak vĚ½rznĚj jako ĚerstvĚj. VĚ-c o spaĚTMĚovĚnĚ- jsem psala v samostatnĚm ĚĚĚjnkĚ na tĚma bazalkovĚ pesto.

spaĚTMĚnĚ listy na koriandrovĚ pesto

ĚĚ uĚĚ zelenou naĚ budete jen umĚvat nebo se rozhodnete ji spaĚTMĚit, vĚdycky pamatujte na to, ĚĚe ji musĚte zbavit vody z namĚĚnĚ-. Voda dĚlĚ neplechu pĚTMĚi uskladnĚnĚ- a umoĚĚĚuje rĚst nĚĚeho, co v pestu urĚitĚ nechcete. NejlepĚĚ- na vysuĚnĚ- je samozĚĚjmĚ salĚitovĚj odstĚTMĚedivka.

A jelikoĚĚ voda opravdu dĚlĚ neplechu, je potĚĚba se jĚ- zbavit i v pĚTMĚ-padĚ jinĚ zeleniny, kterou byste chtĚli promĚnit na pesto. KlidnĚ si mĚĚete vyrobit pesto houbovĚ, mrkvovĚ, cuketovĚ, rajĚatovĚ, paprikovĚ ĚĚ co vĚj s napadne. Jen nechte zeleninu nejprve projĚt takovou tepelnou Ěpravou, kterĚj vysuĚjuje. IdeĚlnĚ- je na to peĚnĚ- pĚTMĚi vysokĚ½ch teplotĚch, pĚTMĚsnĚ podle receptu na peĚenou zeleninu. PĚTMĚ-sluĚnĚ½ ĚĚĚnek na toto tĚma je zde: peĚenĚj zelenina.

DalĚĚ- moĚĚnostĚ- je nechat zeleninu aspoĚ zpoloviny vysuĚjit v mĚ-rnĚ a pootevĚTMĚnĚ troubĚ, anebo v suĚjĚce na ovoce a zeleninu. RozhodnĚ nemusĚte suĚjit dokĚTMĚupava, staĚĚ- do takovĚho stupnĚ, kterĚ½ by vĚj byl milĚ½ naloĚĚenĚ½ do oleje.

A jako perliĚku k vĚ½bĚru surovin jeĚtĚ uvedu, ĚĚe existuje taky pesto ĚkvarkovĚ, kterĚ sice nemĚj se zeleninou vĚbec nic spoĚĚnĚho, ale zĚroveĚ nemĚj chybu zejmĚna v kombinaci s vaĚTMĚnĚ½mi nebo peĚenĚ½mi bramborami nebo s opeĚenĚ½m peĚivem.

Jak pesto uchovat?

I když zeleninu odvodníte a bylinky spařete, nemíte vbec žádnou záruku, že pesto ve skleněnce nezkvá. Naopak, zkvá, a rádo.

Jedině, co drží pesto nezkaženě, je olej, ten brání pátému stupu vzduchu a tedy zpomaluje rozkladné procesy. Páté se uvnitř pesta budou nacházet drobné uvně vzduchové bublinky, které mohou spustit nežádoucí reakci. Můžete klepat skleněnou, jak chcete, stejně tam nájak zstanou.

Kupování pesta má ve složeně konzervat, která brání kaženě. Doma nco takového asi chtít používat nebudete. Jedinou dalšou možností, jak prodloužit trvanlivost pesta, je uložen v chladu.

V lednici má pesto bezpečnou trvanlivost zhruba týden, chovejte se k nim tedy jako k surovinám, které jsou čerstvé, kátek. Vrstvíka oleje na povrchu rozhodně nemže užívat, ale zároveň nen vjemocně. Je dost možná, že se z týdne klidně stane měsíc a pesto stěje bude v pohodě, ale zaručit se to dá jen tžko.

Jš nejradšji pesta na zimu ukládejte do mrazíku, protože se dobře mrazí a protože jim mraz neublíží. Mám na nš silikonovou formu, která má poměrně velkou a objemnou prohlubň, takže jeden kousek pak staě na tisícoviny pro šest lidí.

Zavařování pestam nepomže, naopak jim spějí ublíží. Pesto obsahuje ve složeně sš, což je surovina, kterou rozhodně nechcete podrobovat teplotám kolem 80 stupňů. Zahřívání se v pestu hodně změní, nechte si ho proto až na okamžik směchání s horkými surovinami.

Pš variant pesta na vyzkoušení

Ano, jsou to páté ty skleněky, které můžete vidět na fotkách:

Houbové pesto:
houby opeš na olivovém oleji (tš se z nich vydusí voda a zvlš razně chuš), parmazín, slunečnicová seměna, olivový olej, kmě, kapka lanšouvoého oleje a šoušek šesneku na dochucení.

Petršelo-koriandrově pesto: spařené petršelkové a koriandrově listy v šetně stonkě, parmazín, praženě nesoleně arašdy, olivový olej, drcené

koriandrová; semínka na dochucení-

Cuketová pesto:

cuketa nakrájená; a upečená; s olivovým olejem a domácí mříčkovacím kořením, parmazán, loupané mandle, olivový olej, jedna šerstvá márná; pšlivi; feferonka na dochucení-

Hrášková pesto:

spařená mladá hrášek, parmazán, dvě ovčí semínka, dvě ovčí oleje, sůl na dochucení- (upozornění: hrášek má hodně vody, kterou se nedá zbavit, ani by hrášek zjednul nebo ztvrdnul. Pesto proto potěbuje buď hned zamrazit, nebo spotěbovat nanejví do 3 dnů)

Pesto ze sušených

rajčat: sušená rajčata, parmazán, loupané mandle, olivový olej, jedna šerstvá márná; pšlivi; feferonka na dochucení-

Hezké láto s pestem!

FLORENTINA