



JEŠTĚ VÍCE
HOJNOSTI

Nové kulinářské skvosty
mistra zeleninové kuchyně

YOTAM
OTTOLENGHI

JEŠTĚ VÍCE HOJNOSTI





JEŠTĚ VÍCE HOJNOSTI

YOTAM OTTOLENGHI

slovaart



OBSAH

ÚVOD	6
PROMÍCHÁVANÉ	12
V PÁŘE	48
BLANŠÍROVANÉ	64
VAŘENÉ	84
DUŠENÉ	126
GRILOVANÉ	148
PEČENÉ	168
SMAŽENÉ	194
MAČKANÉ	228
VAJEČNÉ	248
Z TĚSTA	268
SLAZENÉ	296
REJSTŘÍK	346
PODĚKOVÁNÍ	352

ÚVOD

RENESSANCE ZELENINY

Buclaté olivy v olivovém oleji, omamně chutná marináda ze sójové omáčky a chilli papriček, mačkaná cizrna s hráškem, uzená paprika ve výrazné omáčce, quinoa, bulgur a pohanka v citrusovém dresinku, zmrzlina s pastou tahini a chalvou, pikantní pudinky, fenykl dušený s verjusem, vietnamské saláty a libanonské dipy, hustý jogurt na kouřem ovoněné dužnině z lilku... Mohl bych pokračovat až donekonečna – seznam zeleninových pokrmů je dlouhý, spleťtý, zajímavý a napínavý. Vždycky jsem si však tuto nekonečnou hojnost neuvědomoval a trvalo mi určitou dobu, než jsem ji objevil. Rád bych vám to vysvětlil.

Zjišťuji, že jak člověk stárne, přestává se bát některých věcí, které ho dříve přímo děsily. Například když jsem byl malý, neuměl jsem být sám. Ta myšlenka – nikoli zkušenost, protože ve skutečnosti mě nikdy o samotě nenechávali –, mi naháněla strach. Ještě dlouho po dvacátých narozeninách jsem naprosto odmítal možnost, že bych strávil večer sám; vždycky jsem měl nějaký „plán“. Když jsem se konečně přinutil postavit se tomuto démonovi, samozřejmě jsem zjistil, že moje obavy byly nejen zbytečné, ale že mi nakonec doba strávená o samotě příjemně uběhla.

Když jsem měl před osmi lety psát každý týden jeden recept do přílohy deníku *Guardian*, zažíval jsem obavy dvojího druhu.

Za prvé jsem nechtěl být zaškatulkován jako někdo, kdo vaří jenom zeleninu. V té době nebyla zelenina pro většinu kuchařů nejlepší volbou – a v určitém slova smyslu je tomu tak dodnes. V mnoha domácích i restauračních kuchyních je stále ještě nesporným hrdinou maso, včetně ryb. Dostává se mu nejlepší péče a pozornosti a nejvyššího zájmu – zelenina má nanejvýš podpůrnou úlohu, někdy však vůbec žádnou.

Přesto jsem skočil do vody a naštěstí se svět jídla měnil současně s tím, jak jsem získával zkušenosti a překonával svůj strach. Od roku 2006 jsme značně pokročili vpřed. Celkově je stále více přesvědčených masožravců, včetně kuchařů, ochotno oslavovat zeleninu, obiloviny a luštěniny. Mají k tomu různé důvody spojené se snížením spotřeby masa – často je zmiňováno blaho zvířat a ochrana životního prostředí, obecná udržitelnost a zdraví. Jsem však přesvědčen, že je za tím ještě významnější důvod, který se týká mého druhého velkého strachu, jenž mě trápil v době, kdy jsem se zavázal psát sloupek do *Guardianu*: vyčerpání nápadů.

Hned druhý týden v roli autora novinového sloupku pro vegetariány jsem cítil mrazení v zádech. Náhle jsem si uvědomil, že mám v rukávu jen asi čtyři nápady, což mi vystačí právě na jeden měsíc, a pak – nic! Moje nezkušenost v oblasti psaní receptů mě vedla k názoru, že existuje jen omezený počet vegetariánských nápadů a že je velmi brzy všechny vyčerpám.

Ale kdeže! Jakmile se mi otevřely oči, začal jsem objevovat svět surovin a technik, jídel a dovedností, které mi neustále přinášely nové informace

a sytily mne. A nebyl jsem v tom sám. Mnozí z těch, kdo měli zpočátku obavy z omezující povahy tohoto předmětu (koneckonců se hosta nikdo v restauraci neptá, jak chce mít květák uvařený: středně, nebo zcela?), začali objevovat celou řadu kuchyní, pokrmů a surovin, které dávají zelenině zazářit jako hvězdě první velikosti.

Stejně jako já také ostatní kuchaři postupně zjišťují, že zeleniny je všude kolem spousta a vařit z ní je skutečně zábavné. Seznamují se blíže s různými odrůdami chilli papriček, s metodami přípravy jogurtu, s novými druhy citrusových plodů (například pomelo nebo yuzu), s celými obilkami a krupkami, s japonskými ochucovacími a severoafrickými směsmi koření, nebojí se používat sušené těstoviny mnoha různých tvarů a také vlastní čerstvé těstoviny. S radostí prozkoumávají trhy a specializované obchody nebo hledají na internetu neobvyklé sušené bylinky či určitou značku kari koření. Čtou kuchařské knihy a sledují televizní programy zaměřené na současné trendy vaření nebo složité techniky pečení. Vegetariánský svět jim leží u nohou a je rozmanitý a vzrušující.





JAK SE Z NÁPADU STANE RECEPT

Při sestavování receptů čerpám inspiraci z různých zdrojů. Když cestuji, neustále hledám nové nápady. Výlet do Tuniska by byl ztrátou času, kdybych se odtud nevrátil s nejlepší metodou pro přípravu harissy, Vánoce na pláži v Thajsku se zkrátí (ke značné nelibosti mého partnera Karla), abych mohl hledat v přečpaných ulicích Bangkoku těžko napodobitelnou omeletu s ústřicemi, která je prý nejlepší na světě.

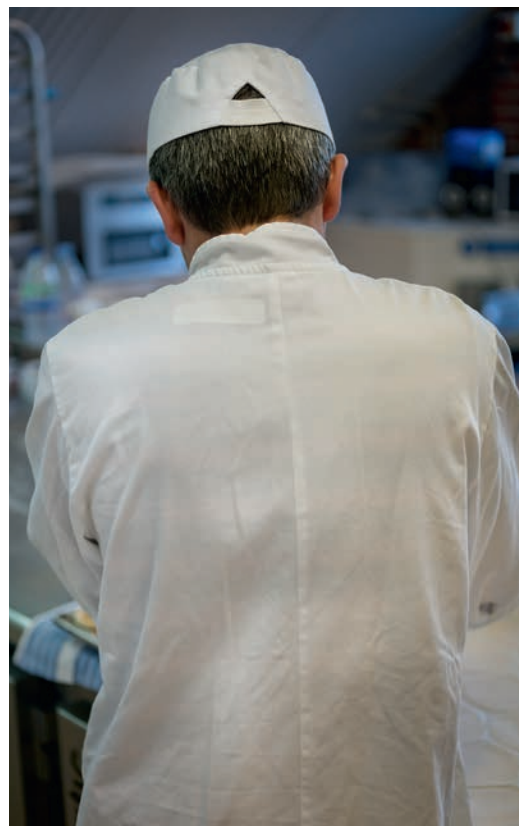
Prostřednictvím své sbírky kuchařských knih a časopisů pronikám do tvůrčích myslí jiných kuchařů nebo do jejich dědictví či do obojího. Může to začít nějakým obrazem nebo myšlenkou, kterou v nějaké knize najdu, například kombinací šťovíku s hořčičným semínkem nebo pečením mrkve s půlkami pomerančů, a která vyvolá řetězovou reakci vedoucí ke vzniku zcela nového pokrmu. V posledních několika letech podnikám dlouhou cestu do Íránu (bohužel pouze virtuální) prostřednictvím některých svých oblíbených knih (mohu uvést úžasnou knihu *Food of Life* [Jídlo života] od Najmieh Batmanglijové), podobně jsem navštívil Libanon a Japonsko (kniha Michaela Boothy *Sushi and Beyond* [Suši a spol.] může posloužit jako příklad) a byl jsem zasvěcen do tajů různých neobvyklých obilovin (díky knize Liany Krissoffové *Whole Grains for a New Generation* [Obiloviny pro novou generaci]) a druhů

zeleniny (knihou Deborah Madisonové *Vegetable Literacy* [Znalost zeleniny]).

Moji kolegové kuchaři v restauracích Ottolenghi a NOPI – Sami, Scully, Helen a mnozí další – mě také stále inspirují svými nápady, ze kterých vzniknou pokrmy a produkty, jež pak podáváme v našich prodejnách a restauracích.

Pro obsah této knihy je klíčový způsob, jakým se původní, rodící se nápady mění ve skutečné recepty. Od doby první knihy *Hojnost* (v originálu *Plenty*; česky Slovart 2015) a mých prvních sloupků v *Guardianu* jsem rozšířil svoji paletu surovin a technik, také jsem však značně změnil způsob své práce a kniha *Ještě více hojnosti* je výsledkem a vyjádřením této změny.

Zpočátku bylo všechno docela jednoduché (jak už tak věci často bývají). V den zkoušení receptu jsem vstával brzy ráno a šel nakoupit suroviny na místní trh nebo do samoobsluhy. Vrátil jsem se domů, vyložil nákup, vytáhl poznámky a základní suché suroviny a začal jsem vařit a zapisovat. Krátce po poledni jsem uklidil a šel k počítači, abych recept zapsal. Do večera jsem měl hotové dva recepty, případně tři, když se mi dařilo a měl jsem štěstí.



Protože jsem postupem času musel více nakupovat, připravovat a psát, potřeboval jsem, aby mi někdo pomáhal, a tehdy k nám přišla Tara. Všechna tato činnost se nakonec tak rozrostla, že na ni moje domácí kuchyně přestávala stačit. Chudák Karl se musel dívat, jak se jeho domov mění ve velkou gastro-nomickou laboratoř, s miskami napůl hotových směsí a talíři nedojedených jídel všude kolem. „Skutečná“ jídla byla na stole jen málokdy.

Před dvěma lety jsme získali prostor pod železničním obloukem v Camdenu v centrálním Londýně v sousedství pekárny Ottolenghi a přeměnili ho na oficiální zkušební kuchyni. Příběh posledních dvou let, stejně jako knihy *Ještě více hojnosti* je v mnoha směrech historií „Oblouku 21“ (Arch 21), kde recepty uvedené v této knize vznikly, byly vyzkoušeny, ochutnány a zhodnoceny a odkud byly nakonec vypuštěny do světa. Je to také příběh růstu: od *Hojnosti* jako samostatného počínu jedné osoby po *Ještě více hojnosti*, což je společný projekt skupiny lidí.

SCÉNA A HLAVNÍ POSTAVY

„Ústředí“ podniku Ottolenghi dnes obývá tři oblouky pod železnicí. První, převzatý v roce 2007, nazýváme „pekárna“, i když má tento prostor mnohem větší a širší význam. Sídlí zde hnací síla a vůdčí duch restaurací Ottolenghi a NOPI.

Kdybyste vešli do Oblouku 20, pravděpodobně byste tam potkali Artura se sluchátky na uších, jak strouhá kůru a vymačkává šťávu z citronů, litr za litrem zakalené žluté tekutiny, pohánějící naši malou říši. Potom byste našli Agu se sítkou na vlasech (každý den vycházejí nové předpisy týkající se zdraví a bezpečnosti), jak válí tyčky grissini. Nahoře Mariusz a Irek zapracovávají děsivá množství másla Lescure do těsta na brišky, listového těsta nebo směsí na croissanty. V noci Carlos vykládá velké čtvercové formy mandlovým krémem a rebarborou, zatímco Robert plní ošatky na chleba nakynutým kváskovým těstem. V Oblouku 20 se čtyřadvacet hodin denně něco děje ve spojení s moukou, zavařeninou, tvarohem, čokoládou.

Nalevo od nás je nejmladší člen rodiny, Oblouk 22, kde Maria pracuje na ovládnutí světa prostřednictvím internetu: nedávno otevřený e-shop Ottolenghi nabízí všechny ty exotické přísady, které buď milujete, nebo nesnášíte (a pak nás nenávidíte za to, že jsme je zavedli do vašeho života). Nahoře je malá kancelář a účtárna podniku Ottolenghi, s Angelitou u kormidla, co nejbližší ústředí společnosti.

Oblouk 21 je tvůrčím uzlem, ze kterého se rozbíhají do světa pokrmy, recepty a mnoho našich produktů. Každý den se krájí na kostičky kedlubny, namáčí cizrna, mixuje jogurt s bylinkami nebo dává do trouby jehněčí kýta se sezonní



kořenovou zeleninou a lahví vína. V poledne je tu obvykle připraveno pár pokrmů k dokončení.

Všichni obyvatelé kanceláře pak dají hlavy dohromady a přidají svou trošku do mlýna při hodnocení. Lucy, která má na starosti nákupy podniku Ottolenghi a obecně můj život, je těžké se zavděčit, ale *umí* být velmi pozorná; Sarah je často tvrdší (typ děvčete, které musíte buď milovat, nebo opustit), ale ráda se nechává překvapit nějakým „beznadějným případem“; Tara má sklon pronášet stručné a rychlé soudy s účinnými návrhy na zlepšení; Esme, perfekcionista v kuchyni, je většinou pozitivní a ochotná recept opakovaně upravovat k dokonalosti.

Po vydatné diskusi se vracíme k seznamu surovin a provedeme úpravy. Během zkušebního procesu se pokrm může zcela proměnit z jedné věci na jinou: rýžová náplň může skončit jako rizoto, lilková omáčka jako marináda na hovězí žebra. I když to možná vypadá náročně, je to hodně zajímavé. Najdete-li chybějící kousek, který „vyřeší“ nějaký pokrm jako skládanku, zažijete pocit zjevení. Všechno zapadne na své místo, jakmile smažená cibulka dodá chybějící chuť jinak lahodnému pokrmu z ječmene s čočkou a žampiony, nebo jakmile nanesete na cuketu s jogurtem hnědé máslo s urfskými chilli vločkami. Tento poslední „mistrovský dotek“ často pokrm zdůrazní a postaví všechny ostatní prvky do správného světla.

V knize *Ještě více hojnosti* jsem chtěl zachytit některé z technik používaných při tvorbě pokrmů, při skládání ingrediencí a jejich úpravě ve vrstvách chutí, barev a konzistencí. V *Hojnosti* jsem se snažil pomoci uspořádání a výběru receptů pojednávat o jednotlivých skupinách surovin – mých oblíbených surovin –, tato kuchařka přidává k těmto oblíbencům několik nových členů šťastné rodiny (kašk, dakos a černý česnek, abych uvedl alespoň některé) a zaměřuje se na techniky a metody přípravy, které nejlépe využívají jejich možnosti. Například pečení citronu nebo dušení salátových listů bylo pro mě před několika málo lety novinkou. Teď se chci o tyto nápady podělit.

Odhalení částí postupu, které vedou k vytvoření pokrmu, vyprávění o kulinárních cestách, jež jsem nedávno podnikl, a zaměření na některé jednoduché techniky vaření, které surovinu pozvednou a řádně představí, umožní, jak doufám, podívat se z dalšího úhlu pohledu na stále se rozšiřující svět zeleniny, obilovin a luštěnin, svět s hojností fantastických surovin a pokrmů a spoustou dalších k objevení.

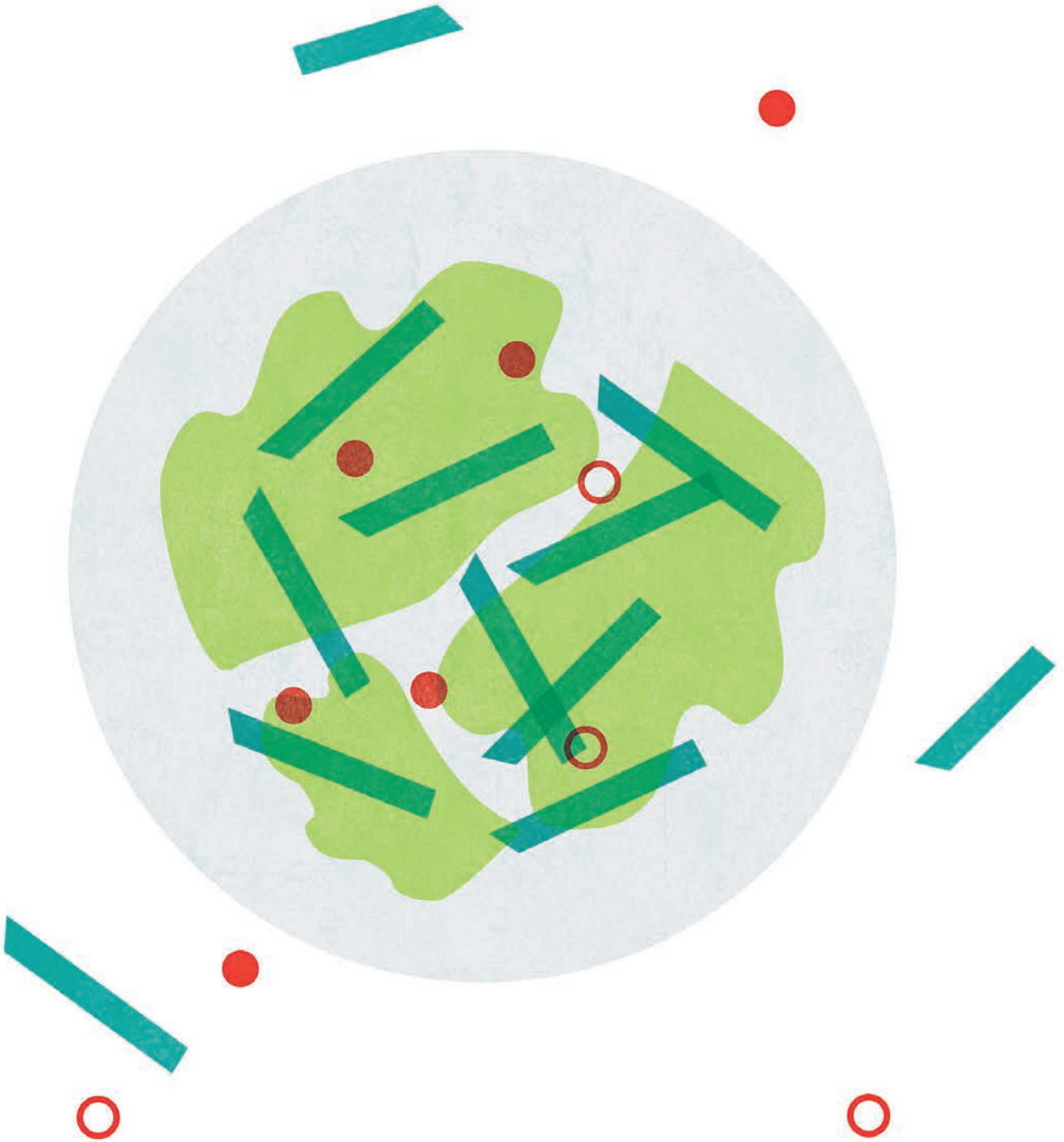
YOTAM OTTOLENGHI

KRÁTKÁ POZNÁMKA K SUROVINÁM

Hmotnost zeleniny v závorce je vždy čistá hmotnost, to znamená po oloupaní, nakrájení atd. Pokud není uvedeno jinak, je sůl vždy kuchyňská sůl, pepř je čerstvě umletý (rozdrcený), vejce jsou velká, petrželka je hladkolistá, olivový olej je extra panenský, papriky jsou zbavené semen, kůra z citronů a limet je vždy bez bílé vrstvy a cibule, česnek a šalotky jsou oloupané.



PROMÍCHÁVANÉ





SALÁT S RAJČATY A GRANÁTOVÝMI JABLKY

ČTYŘI PORCE

O svých vlastních receptech básním jen málokdy, tento bych však mohl vychvalovat donekonečna. Má úžasně svěží sladkokyselou pozdně letní chuť a je radost na něj pohledět. Nejlepší na něm je však skutečnost, že obsahuje několik surovin, které při vaření nadšeně používám už mnoho let a o nichž jsem si myslel, že je dobře znám, a přitom mě nikdy nenapadlo je tímto způsobem smíchat. Tedy než jsem se vydal do Istanbulu a narazil tam na podobnou kombinaci čerstvých rajčat a zrníček z granátových jablek ve slavné místní kebabárně Hamdi, přímo u trhu s kořením (Spice Bazaar). Jako by se mi rozsvítilo v hlavě, když jsem si uvědomil, jak se mohou dva typy sladkosti – ostrá, téměř hořká sladkost granátového jablka a pikantní, prosluněná sladkost rajčete – navzájem doplňovat s tak božským výsledkem.

V tomto receptu používám čtyři druhy rajčat, aby byl salát zajímavější z hlediska vzhledu i chuti. Můžete jich použít i méně, v každém případě však vybírejte pouze zralá, sladká rajčata.

.....

Ve velké míse smíchejte všechna rajčata, červenou papriku a cibuli a odložte.

V malé misce důkladně smíchejte česnek, nové koření, ocet, melasu z granátových jablek, olivový olej a 1/3 lžičky soli. Směsí přelijte rajčata a opatrně promíchejte.

Rajčata se šťávou upravte na velký plochý talíř, posypte zrníčky z granátového jablka a lístky oregana, pokapejte olivovým olejem a podávejte.

200 g červených třešňových rajčátek, nakrájených na 0,5cm kostičky
200 g žlutých třešňových rajčátek, nakrájených na 0,5cm kostičky
200 g žíhaných (nebo vejčitých) rajčat, nakrájených na 0,5cm kostičky
500 g středně velkých rajčat na větvičce, nakrájených na 0,5cm kostičky
1 červená paprika, nakrájená na 0,5cm kostičky (120 g)
1 malá červená cibule, nakrájená na kostičky (120 g)
2 rozdrčené stroužky česneku
1/2 lžičky mletého nového koření
2 lžičky bílého vinného octa
1 1/2 lžice melasy z granátových jablek
60 ml olivového oleje a trocha navíc na pokapání
zrníčka z 1 velkého granátového jablka (170 g)
1 lžice lístků oregana
sůl



Můj první výlet do zvláštního a podivuhodného světa vystupování v celostátní televizi představovala účast v pořadu BBC Great British Food Revival (Oživení britského jídla), kde jsem měl poněkud náročný úkol zvýšit zájem britské veřejnosti o britské ořechy. Kombinace mojí nezkušenosti před kamerou a mého nevýrazného postoje k předmětu onoho pořadu způsobila, že by se spravedlivě mohlo o mém výkonu říci, že jsem neměl právě nejlepší den. (Když se mě na to někdo v následujícím roce zeptal, reagoval jsem otázkou: „Viděl jste ten pořad?“)

Přesto se mi podařilo vypěstovat si pochopení pro anglickou podivnost nazývanou nakládání vlašské ořechy a pro anglické lískové oříšky (cobnuts), jejichž chuť je svěžejší než chuť jakýchkoli jiných mně známých ořechů. Výborně se hodí k podzimním plodům a mladým sýrům. Zde je pražím velmi pomalu, aby byly krásně křupavé a aby se zvýraznila jejich chuť i vůně. Můžete je nahradit obyčejnými lískovými oříšky, mírně opraženými a podrcenými plochou stranou velkého nože. (Obrázek také na následující straně.)

.....

Předehřejte troubu na 160 °C (horkovzdušnou na 140 °C, plynovou nastavte na stupeň 2).

Oříšky rozprostřete do nádoby, kterou lze vložit do trouby, a pražte 30 minut, nebo dokud trochu nezezlátnou, nevysuší se a nejsou křupavé. Nechte je vychladnout a potom nahrubo rozdrťte.

Šalotku, žloutek, hořčici, javorový sirup, ocet a ½ lžičky soli dejte do malé nádoby mixéru, rozmixujte a za chodu motoru pomalu přilévejte tenkým praménkem oba druhy oleje, dokud nevznikne hladká a hustá majonéza. Odložte ji.

Zelí, celer, jablka a cibuli dejte do velké mísy, přidejte zakysanou smetanu, kopr, majonézu, višně, ½ lžičky soli a trochu černého pepře. Rukama vše dobře promíchejte – nevádí, když při tom zlámáte plátky jablek, salát má vypadat právě takto. Salát rozdělte na talíře, posypte oříšky a podávejte.

50 g vyloupaných
anglických lískových
oříšků (cobnuts) nebo
obyčejných lískových
oříšků
¼ hlávky najemno
nakrájeného červeného
zelí (300 g)
6 řapíků celeru,
nakrájených na tenké
plátky (350 g)
2 jablka odrůdy Granny
Smith, zbavená jádřinců
a nakrájená na tenké
plátky (300 g)
½ středně velké červené
cibule, nakrájená na tenké
plátky (60 g)
140 g zakysané smetany
50 g najemno nasekaného
kopru
100 g sušených višní nebo
amerických brusinek
(klikva, možno vynechat)
sůl a černý pepř

Majonéza

1 najemno nakrájená malá
šalotka (20 g)
1 žloutek
1 lžička dijonské hořčice
1 lžička javorového sirupu
1 lžice jablečného octa
80 ml slunečnicového oleje
80 ml řepkového oleje



