

# Do italsku do hubky

pár receptů  
a  
laskavých  
drbů  
z italského  
podhůří



Marta Kučiková

Mladá fronta

# Po italsku do hubky

Vyšlo také v tištěné verzi

Vyrobeno pro společnost Palmknihy - eReading



**MLADÁ FRONTA**

**Marta Kučiková**

**Po italsku do hubky – e-kniha**

Copyright © Mladá fronta, a. s., 2019

Všechna práva vyhrazena.

Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu majitelů práv.



# Do italsku do hubky

**Marta Kučíková**

Mladá fronta

Text © Marta Kučíková, 2019

Illustrations © Ivona Knechtlová, 2019

ISBN 978-80-204-5424-9 tištěná kniha

ISBN 978-80-204-5593-2 ePub

ISBN 978-80-204-5595-6 Mobi

ISBN 978-80-204-5593-2 PDF



# Dár drobků o mně

**Buon giorno, dobrý den, milá čtenářko a milý čtenáři!**

Přisahám na svůj kastrol a další kuchyňské náčiní, že jsem veškeré níže uvedené recepty nespočetněkrát na vlastní kůži i kůži blízkých i cizích vyzkoušela, a nikdo k újmě nepřišel. Místní domorodí obyvatelé z podhůří severoitalských Dolomit, kde šestnáct let žiju, mi je s radostí darovali nebo jsem je od nich okoukala či obšlehla. Veškeré popsané recepty jsou typické a tradiční právě pro zdejší oblast.

Jsem si vědoma, že ne každý miluje dlouhé kuchyňské přípravy a rafinované kuchtění.

U každého receptu proto uvádím dvě varianty:

jednu pro zkušené vařící a kuchařící matadory a nadšence,

druhou pro nevařící praktiky, kteří jsou ale též labužníky, přičemž spojení nevařícího praktika a labužníka se nevylučuje.

Naopak, i nevařící praktici se časem pozvolna mění ve zkušené kuchařící matadory.

Děkuju mým milovaným čtenářům, kteří si v mých knihách postrehů a příběhů ze zdejší oblasti **Italské jednohubky**

a **Italské dvojhuby** mimo jiné soustavně vyhledávali i ne-  
nápadně ukryté recepty, a píší si o další nové.

Přijměte, prosím, tuto knížku jako odpověď na časté otáz-  
ky druhu: „A co tam ti italští štramáci a italské šřabajzny  
tradičně jídávají? Co patří k jejich nejoblíbenějším pokrmům?  
Už k vám do podhůří konečně pronikly naše výborné české  
knedlíky?“

Předkládám vám tedy, moji milí, italský podhorský ku-  
chyňský nářez zdejších tradičních receptů, s laskavostí,  
špetkou humoru – ale hlavně s chutí!





# Salvia fritta čili smažené šalvějové lístky

## **Pár drbů navíc**

„Předkrm před hostinou, to mě zabije!“ Zdejší pěvecký sbor, pověstný poctivými horalskými oslavami s typickým podhorským dolomitským menu, mě trochu zaskočil. Ještě před podáváním několika chodů začali chlapi roznášet po kapličce, kde nás sedělo asi padesát, jakýsi podivný předkrm. Smažený. Nějaké smažené lupeny, které nás asi mají zasytit, abychom toho poté zbaštili méně, říkála jsem si v duchu. Och, ti lakotníci lakotní. Jak jsem se zmýlila! Naopak. Osmážené šalvějové lístečky byly velice příjemně nahořklé a chutné. Slupla jsem jich asi deset a můj apetit nabral nevidaných otesánkouských obrátek. Po tříhodinové bohaté hostině můj žlučník i žaludek (snad i bachor s knihou) necítily žádný náznak přišerného přejídání se. Jen radostného debuzírování. A to skutečně jenom díky šalvěji!

Šalvěj roste za každým zdejším barákem. Hospodyňky ji používají zejména v kombinaci s čerstvým rozmarýnem pod maso anebo jako hlavní základ těstovin *pasta in bianco*. Starší ročníky čerstvou šalvěj žvýkají při nadýmání střev, působí proti křečím a dezinfikuje trávicí trakt.

*Téměř stoletá Maria si vzpomíná, že jí žvýkání čerstvých lístků šalvěje pomáhalo v klimakteriu a snižovalo nadměrné pocení. Ovšem všichni, kdož šalvěj žvýkají, dodávají, že postačí jen pár lístků denně. Možná zažili nějaký šalvějový trip, který nedopadl dobře. Šalvěji a rozmarýnu by tu měli postavit pomníček a uctívat jejich pomoc při mnoha nemocech. Účinky oceňují samozřejmě většinou jen starší ročníky. Mladší ročníky na rady starších nedají. Raději upalují do lékáren kupovat předražené esence a tabletky, samozřejmě na bázi šalvěje. První pomoc mají přitom přímo pod nosem.*

*Předpokládám, že až ti mladší zestárnou, vrátí se pokorně zpět k osvědčeným radám svých stoletých prarodičů.*



## PRO VAŘÍCÍ A KUCHARČÍ

### Potřebné přísady:

- dvacet čerstvých šalvějových lístků
- pět deka hladké mouky
- deci velmi studeného piva
- špetka pepře
- špetka soli
- slunečnicový či kukuřičný olej na smažení dle potřeby

**Potřebný čas:** podle velikosti pánve a počtu lístků (od pár minut po čtvrt hodinku)

Někde sežeň, kup či utrhni čerstvé šalvějové lístky. Omyj a osuš papírovým ubrouskem. Smíchej metličkou hladkou mouku se studeným pivem a troškou pepře a soli. Pivo přilévej postupně a jemně našlehávej. Uchop šalvějový lístek za stopku a ponoř do pivního těstíčka, vyndej a vlož do horkého oleje na pánvi. Osmaž pár vteřin z jedné a z druhé strany, vyndej a odlož na kuchyňský papír či papírový ubrousek kvůli okapání tuku z lístku. Pokud je těstíčko příliš řídké, přisypej mouku, pokud husté, přilij pivo. Na prvním lístku poznáš správnou hustotu těstíčka. Podávej na malém talířku, nejlépe ještě teplé. Chuť je mírně nahořklá. Zoufalci po vícečetném chodu chroustají šalvějové lístky i na konci hostiny dokonce studené, aby jim slehlo. A slehne!





## PRO SPÍŠE NEVAŘÍCÍ PRAKTIKY

### Potřebné přísady:

- dva lístky čerstvé šalvěje
- pivo dle libosti

### Potřebný čas: konečně nekonečný

Omyj pod vodou čerstvé šalvějové listy. Osoušet nemusíš. Vlož jeden do úst a žvýkej syrový. Je setsakramentsky hořký. Spolkní a notně zapij správně vychlazeným pivem. Též hořkým. Totéž proved's lístkem druhým, zapij pivem. Zdravě přispíváš k lepšímu trávení, neboť hořkost stimuluje peristaltiku tvých střev. Díky hořké šalvěji i hořkému pivu budeš tedy logicky dvakrát zdravější!

# Tramezzini

## **Pár drbů navíc**

„Ne, díky,“ vehementně jsem odmítla měkký chlebový trojúhelník tramezzino, z něhož nečouhal ani kousek zeleniny. Zaplácnout si hladový žaludek hlavně bílou moukou může jen jedinec neznalý základních pravidel zdravé výživy!

Ovšem o chvílku později si jedna „bio“ signora u nás v krámě objednala na synáčkovy narozeniny třicet těchto nezdravých tramezzinových kousků. Asi chtěla dětem způsobit hromadnou újmu! Jenže náš zákazník, náš... no, znáš to.

Hromadu tramezzin jsme připravili do hodinky. Divnobiopani přijela, vyzvedla, zaplatila, odjela. Beze slova. Její synáček s partou oslavu přežil bez újmy, neboť k nám z akce nedolehly žádné pomlouvačné tramezzinové klevety. Mohla tedy aspoň pípnout, jaké byly. Taky pípla.

Navštívila nás znovu o pár dní později. S nadšeným vděčným poděkováním a novou objednávkou na další hromadu tramezzin – tentokrát pro nějakou nebiokolegyni. Nedalo mi to a při další přípravě jsem jeden naplněný trojúhelníček ze zvědavosti ochutnala. Měkký, šťavnatý a lahodný. Samozřejmě nesmíš toho sníst mraky, i malý kousek zasytí. Jenže bez zeleniny?

V místním údolí ji nedávají ani do typických svačinových panin, suchých chlebů pouze s uzeninou či sýrem. Ital si však střeva nezacpává, přes den zbaští tolik zeleniny, že jeho trávení nemůže absolutně rozhodit nějaký v tramezzinu chybějící zelený vlákninový kousek!



Tramezzino je trojúhelníkový sendvič, vytvořený ze dvou plátků měkkého sendvičového chleba (bílý balený, bez kůrky). Plátky jsou potřené vždy majonézou. Náplň bývá tvořena uzeninou či sýry, v některých krajích přidávají zeleninu. V našem údolí ji nepřidávají. Tedy prozatím. Původ těchto měkkých sendvičů leží v severoitalském Turíně. Turín čili Torino je proslavené především relikvií turinského plátna (ukřížovaný

Ježíš Kristus), Juventusem, to asi v první řadě (fotbalový klub s Pavlem Nedvědem, zdejším fotbalovým doživotním bohem), a olympijskými hrami (rok 2006). Bodejť by tak význačné město nebylo tudíž kolébkou oblíbených tramezzin!



## PRO VAŘÍČÍ A KUČAŘÍČÍ

### Potřebné přísady:

- balení měkkého sendvičového chleba (bez kůrky)
- majonéza (množství dle libosti)
- náplň podle chuti (viz povídání dále)

**Potřebný čas:** od pěti minut výše podle počtu rukou, které ti pomáhají

Místo dražšího baleného chleba s nápisem *Tramezzini* zcela postačí i levnější bílý měkký sendvičový chléb bez kůrky. Dá se sehnat kdekoli (např. v sítích prodejen Tesco atd.).

Ač to zní nezdravě, nedej se odradit. Základem jsou dva sendvičové čtvercové kousky, které lehce pomažeš majonézou, vložíš mezi ně libovolnou náplň (výběr o pár řádků níže), jemně k sobě přitiskneš a rozřízneš na dva trojúhelníky. Další fintou je zarolovat již hotové čtvercové *tramezzino* a přepálit, vzniknou ti malé vzhledné roládky. Při vícečetné společnosti sendvič raději rozčtvrt na čtyři menší trojúhelníčky. Damstvo a panstvo na momentální

dítě si totiž ze slušnosti většinou zobne malý piditrojúhelničiek s vedomím, že dnes své zásady až tak příliš neporušilo. Co na tom, že neustálým zobáním malých soust vlastně nakonec sluplo hromadu *tramezzin*, kterou by spořádal vyhladovělý puberták po fotbalovém tréninku. A ty se můžeš jenom radovat – prázdné vyjedené talíře jsou nejlepší odměnou tvého vaření a kuchaření!

## Nejoblíbenější náplně zdejšího údolí

### Šunková náplň

(prostá, ale veleoblíbená)

#### Potřebné přísady:

- bílý měkký chléb
- majonéza podle chuti
- pár plátků jemně nakrájené šunky

**Potřebný čas:** než bys řekl „švec“

Mezi chleby namazané majonézou vlož bohatě plátky šunky, přitiskni a rozkrájej na piditrojúhelničky. I přes svou jednoduchost šunkové tramezzini mizí při oslavách jako první (vyhledávané i těmi dietáři, s chutí).



## Šunková náplň s houbami

### Potřebné přísady:

- bílý měkký chléb
- majonéza podle množství chleba – tak akorát
- pár plátků šunky
- naložené houby

**Potřebný čas:** pár minut

Naložené houby rozmixuj s majonézou – poměr a množství si urči podle svého gusta. Mezi chleby potřené touto směsí vlož šunku a rozkrájej je na trojúhelníky. Budou překvapivě šťavnaté a nebesky chutné.



## Tuňáková náplň

### Potřebné přísady:

- bílý měkký chléb
- majonéza podle potřeby
- jedna plechovka tuňáka
- pár malých bílých cibulek ve sladkokyselém nálevu

**Potřebný čas:** pár minut

Chceš-li variantu vzhlednější, nabírej lžičkou tuňáka z plechovky (olej předtím vylíj) a pokládej ho na chléb, který předtím namažeš majonézou. Na tuňákovou vrstvu

přidej nadrobno pokrájené naložené cibulky a přiklop druhým, majonézou potřeným chlebem. Delikátní a mis-trně žravé.

Chceš-li variantu praktičtější, rozmixuj dohromady majonézu, tuňáka z plechovky i pár naložených cibulek. Stačí jen pár vteřin, můžeš nechat drobné kousky z cibule. Pomaz touto směsí oba chleby, přitiskni k sobě a rozkrájej.

Praktické pro nás, chronické drobiče a nešťastníky, kterým často něco upadne i z původně nikdy neupadnuvších jídel či drahocenných věcí!



## Krevetová náplň s růžovou omáčkou

### Potřebné přísady:

- bílý měkký chléb
- majonéza podle libosti
- pár lžic obyčejného kečupu (ano, kečupu)
- naložené oloupané krevety

**Potřebný čas:** pět minut, možná šest

Majonézu smíchej s pár lžícemi kečupu, potří tím oba sendvičové chleby. Vlož mezi ně několik naložených oloupaných krevet, hotový sendvič rozkroj na trojúhelníčky.

Majonéze s kečupem tady říkají *salsa rosa*, růžová salsa. Kombinace kečupu a majonézy ti připadá určitě taková prachobyčejná, zde je však velice oblíbená, obzvláště ve spojení s luxusnějšími krevetami. Chuť je ovšem famózní, až je ti téměř do tance.

Bodejť, nezní ti taky *salsa rosa* tanečně a nebesky lehce?



## Tramezzino s mascarpone, šunkou a ořechy

(delikatesa, nejlepší tramezzino zdejšího údolí)

### Potřebné přísady:

- měkký bílý chléb
- majonéza podle chuti a libosti
- kelímeček mascarpone (kolem čtvrt kila)
- plátky šunky podle potřeby
- několik vyloupaných jader vlašských ořechů
- pár lístečků zelené rukoly

**Potřebný čas:** deset minut

Na chleby, slabě namazané majonézou, natři též jemně mascarpone (dá se sehnat v Lidlu, Albertu, Tescu, zbytek tvarohu můžeš použít později na tiramisu), navrch dej rozdrobené vlašské ořechy a překryj plátky dobré šunky. Gurmáni mohou vložit pár zelených lístečků rukoly.

Tato tramezzinová úchvatná delikatesa patří k těm nejlahodnějším nejenom dole v našem údolí, ale i vysoko v horách italských dolomitských!

**Poznámka pro zeleninové šťouraly:**

Pokud chceš mermomocí do svých tramezzin propašovat zeleninu, dej ji tam! Rajčata nakrájej na slabé plátky, hlávkový salát po umytí hodně osuš, aby se pak chléb nestal blemcavou hromádkou. Určitě existují i čistě vegetariánské tramezzini. Já jsem však tady za ta léta na žádného vegetariánského horala doposud nenatrefila.



### PRO SPÍŠE NEVAŘÍCÍ PRAKTIKY

Klidně si pro dnešek odskoč nahoru, k těm častěji vařícím. *Tramezzini* zvládneš levou zadní a vzhledem k tvé fantazii určitě vytvoříš nějaký svůj speciální recept, kterým jistě okouzlíš při oslavách veškeré osazenstvo. Majonézu smíchej kupříkladu s troškou kari koření a pálivou paprikou. Uáá, uáá!

A nezapomeň – vyráběj raději ve větším. *Tramezzini* jsou nesmírně žravé a šťavnaté a zbaštěné dřív, než vyhrkneš *uno, due, tre*. S italskou noblesou podávej svým návštěvníkům a jen tak mezi řečí prohod', že *tramezzini* pocházejí – stejně jako Juventus – z Turína. Jako je Pavel