

PETRA RUBÁŠOVÁ

DOMÁCÍ LEVANDULOVÁ KUCHAŘKA



+ rady pro pěstování a návody
na výrobky z levandule

 CPRESS

Domáci levandulová kuchařka

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.cpress.cz
www.albatrosmedia.cz



Petra Rubášová
Domáci levandulová kuchařka – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2019

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



OBSAH

Levandulová kuchařka?	8
Pěstujeme levanduli	12
Vybíráme levanduli (kultivary)	12
Vysazujeme levanduli	23
Pečujeme o levanduli	44
Sbíráme levanduli	46
Sušíme levanduli	48
Uskladňujeme levanduli	50
Levandule v kosmetice	54
Domácí olej z čerstvé levandule	55
Domácí olej ze sušené levandule	57
Domácí balzám na rty s medem a levandulí	57
Domácí levandulová mast	57
Domácí levandulové mýdlo (z mýdlové hmoty)	58
Levandulová koupelová sůl	58
Domácí repelent	60
Repelent z Alpy, hřebíčku a levandule	61
Levandulové dekorace	62
Levandulové dopisní papíry	63
Levandulové paličky do šatníku či do auta	64
Levandulové polštářky	65
Nahřívací polštářky s levandulí	66
Levandulové podšálky	67
Levandulový věneček zaplétaný	67
Levandulový věneček drátkovaný bez korpusu	68
Levandulová povřísla na zatápění	68
Levandulové věnce	69
Levandule jako šamanský svazek	69

Levandule v kuchyni 70

Levandulová sůl	72
Levandulový cukr	72
Levandulový ocet	73
Levandulový stolní olej	74
Levandulové máslo	74
Levandulové máslo s česnekem	74
Levandulové máslo s medem	75
Levandulové máslo s bylinkami	75
Levandulové máslo s ořechy	75
Provensálské koření	75
Levandule v historických kuchařkách a řemeslech	76

Levandulové recepty 77

Levandulový sirup nevařený	78
Levandulový sirup vařený	78
Levandulová limonáda s ibiškovým květem	79
Okurková limonáda s levandulí	79
Studený čaj s broskvemi a levandulí	79
Meruňkové smoothie s levandulí	80
Banánové smoothie s levandulí	80
Levandulové mandlové mléko	80
Mirabelkový džem s levandulí	81
Švestkový džem s levandulí	82
Broskvový sorbet s levandulí	84
Pomerančový sorbet s levandulí	84
Králík s bylinkami a levandulí	84
Topinka s kuřecími játry a levandulí	84
Kuřecí stehna s levandulí	85
Grilovaný losos s levandulí	88
Zapečená kuřecí prsa s brambory, sýrem a levandulí	88
Vepřová panenka s levandulovým přelivem	89

Kachní paštika s levandulí	89
Kachní prsa na pomerančích, s medovou mrkví a levandulí	89
Játrové knedlíčky s levandulí	92
Šátečky z listového těsta plněné mletým masem a levandulí	92
Vepřové karé s houskovým levandulovým knedlíkem a červeným zelím	93
Kapr s levandulí	94
Těstovinová hnízda se sardelkami, rajčátky, listovým salátem a levandulí	95
Špíz z krevet na levandulové jehle	95
Jednohubky s vůní levandule z jehněčího mletého masa	98
Jehněčí kolínko na rajčatech	98
Jehněčí kýta na červeném víně	98
Domácí dušená šunka s bylinkami	99
Fazolová polévka s mušlemi	100
Rybí burger	100
Polévka s chorizem	101
Krokety s rybím masem	101
Sušená vepřová panenka	102
Pečená dýně se schwarzwaldskou šunkou a slaninou	105
Hrnková bábovka s levandulí a citronovou polevou	105
Levandulové sušenky	108
Hruškový koláč s levandulí	109
Domácí levandulové koblížky	110
Mandlové koláčky s meruňkami a levandulí	110
Nepečené meruňkové cukroví s levandulí	111
Pomerančový koláč s levandulí	111
Sandokanovy oči	114
Levandulové tyčinky k vínu a pivu	115
Chléb s ovesnými vločkami a levandulí	116
Párty pletýnky na špejli s levandulí	116
Pivní preclíky	117
Císařský trhanec (Kaiserschmarrn) s meruňkovým džemem a levandulí	117
Panna cotta s jahodami a levandulí	118
Mandlový pudink s levandulí	118
Zapékané broskve s levandulí	118

Vaječný likér s pikaem a levandulí	119
Levandulové čokoládové pralinky s kandovaným pomerančem	120
Levandulový krém s mascarpone	120
Dezert z hořké čokolády	121
Levandulový rýžový nákyp s meruňkami	124
Sněhové pusinky s levandulí	124
Čokoládové řezy s kokosovo-levandulovým kabátkem	125
Čokoládové karamelky s levandulí	128
Sladká pomazánka s vaječným likérem	129
Švestková povidla v čokoládě	129
Levandulové fritátové nudle	129
Dušené zelí s levandulí	130
Cuketové rolky s lučinou a levandulí	130
Zelené palačinky s čerstvým sýrem, sedmikráskami a levandulovými květy	130
Cibulový koláč s kozím sýrem a levandulí	131
Domácí konfitovaná cibule s levandulí	132
Rýžové těstoviny s fazolemi a levandulí	132
Chřest s vinnou zálivkou	132
Pražené mandle	133
Domácí granola s levandulí	133
Pečená rajčata	136
Dušená mrkev	136
Dýně Hokkaidó s cizrnou a levandulí	137
Kapsičky z listového těsta plněné bramborovou nádivkou	137
Ajvar s levandulí	140
Paprikový semafor	140

O autorce	144
-----------	-----



LEVANDULOVÁ KUCHAŘKA?

Levandule v kuchyni? A co s ní budeme dělat? Levandule je k jídlu? A jakou má vlastně chuť? To jsou asi první otázky, které kuchaře (kuchařku) napadnou, když někdo přinese nebo doporučí levanduli do pokrmů. Pro většinu z nás je levandule spojena více s vůní než s chutí a představa levandule se jako první zaměří na vjemy zrakové – to je přece ta krásná modrá, fialová, modrofialová kytička – a čichové – aha, to je ta vůně, kterou znám od babičky z parfému, jako vzpomínku z nádherné letní dovolené v Provence, ne, počkejte, to je vůně, kterou máme ve skříni a tak dále. Ano, to je ta příjemná vůně, kterou mám tak rád(a) v koupelové pěně, ve sprchovém gelu, v krému na ruce. Ale chuť?

Levanduli bychom „na první dobrou“ přiřadili jemnou a sladkou chuť. Kytička s něžnými kvítky, co voní, přece nemůže chutnat jinak. Ano, přece jsme už slyšeli něco o levandulových sušenkách, taky někdo ze známých dělal levandulovou bábovku, a dokonce nám ji vychvaloval. Tak to nejspíš bude sladké nebo nasládlé.

V tomto případě levandule trochu „klame tělem“. Ač se tomu těžko věří, levandule má nahořklou nebo hořkokyselou chuť, která může trochu připomínat rozmarýn. Její silné aroma, zvláště u některých odrůd, leckomu připomíná kafr.

Vaření s levandulí vyžaduje špetku odvahy, chuť zkoušet nové věci, cit pro přiměřenost a dostatečnou míru trpělivosti. Pokud rádi experimentujete, do pokrmů přidávejte levanduli postupně a začněte s malými dávkami, abyste místo příjemného překvapení pro rodinu či hosty nepředložili sice aromatické, ale obtížně konzumovatelné jídlo či nápoj. Nadmíru slušní hosté, kteří nechtějí hostitelku urazit a nechat nedojedené kousky na talíři, by si tak mohli utírat zpocená čela a urychleně se loučit s nepředstíranými slzami v očích a dlouhotrvající hořkostí v ústech. Levandule je potvůrka: když jí použijeme „tak akorát“, dokáže pokrm příjemně aromatizovat. V nepřiměřeném množství ho ale také může změnit ve výrazně nahořklý až hořký.

V této knize najdete podrobný návod, jak pěstovat, sklízet a uchovávat levanduli, recepty na využití levandule v kuchyni, v domácí kosmetice a pár nápadů na levandulové dekorace do domu.

Přeji příjemné počtení

Autorka







Autorka v levandulovém poli

PĚSTUJEME LEVANDULI



VYBÍRÁME LEVANDULI (KULTIVARY)

Orientovat se v kultivarech levandule není jednoduché. Zahradnické firmy a šlechtitelské společnosti produkují stále nové tvarově a barevně dokonalejší kultivary, důraz se však klade i na odolnost a také mrazuvzdornost. Na našem trhu v současnosti najdete desítky různých kultivarů, výpěstků místních zahradnictví či velkých levandulových farem doplněných dalšími, mnohdy na soutěžích oceněnými kultivary z dovozu. Výčet kultivarů uvedených níže není pochopitelně úplný, ale poskytne alespoň určitou orientaci; při výběru velikosti či barvy zároveň pomůže s vyhledáním podobného kultivaru, pokud ten zvolený právě není dostupný.

Při výběru se řídíme několika pravidly: vždy vypadá lépe skupinka stejných rostlin než různé kultivary s odlišným habitem po jednom kousku, pokud tedy naším cílem není sbírka kultivarů a zároveň na ni máme jen omezený prostor.

Zaměříme se na velikost rostlin udávaných producentem nebo prodejcem. Existují kultivary kompaktní, které dobře poslouží na ohrady, do úzkých záhonků, a naopak můžeme zakoupit velmi vzrůstné kultivary, u nichž rozměry jedné jejich rostliny v plném květu dokáží zaplnit prostor téměř jednoho metru čtverečního.

Pokud plánujeme z levandule vázat kytičky, je dobré poohlédnout se po kultivarech s pevnými, kratšími a vzpřímeně rostoucími stonky.

Bude-li naším hlavním cílem zpracovávat levanduli v kuchyni, zaměříme se na kultivary, které mají jemnější aroma.



Kultivary se liší barvou

BÍLE KVETOUČÍ

Lavandula angustifolia „*Ellagance Ice*“,
nízký a kompaktní, pouze 25–30 cm vysoký kultivar

Lavandula angustifolia „*Ellagance Snow*“,
dorůstá výšky 25–40 cm

Lavandula angustifolia „*Edelweiss*“,
dorůstá výšky 45–50 cm

RŮŽOVĚ KVETOUČÍ

Lavandula angustifolia „*Rosea*“,
dorůstá výšky okolo 50 cm,
odolný kultivar, listy stříbrnozelené

FIALOVĚ KVETOUČÍ

Lavandula angustifolia „*Richard Gray*“,
dorůstá výšky 40–60 cm

Lavandula × *intermedia* „*Grappenhall*“,
dorůstá výšky 45–50 cm

Lavandula × *intermedia* „*Grosso*“,
kultivar s výraznými květy na dlouhých stoncích,
dorůstá výšky a šířky 80 cm

Lavandula angustifolia „*Hidcote*“,
jeden z nejznámějších, dobře rostoucích
a velmi odolných kultivarů,
květy jsou sytě tmavě modrofialové,
dorůstá výšky okolo 40 cm

Lavandula angustifolia „*Hidcote Blue*“
dorůstá výšky cca 40 cm



Bíle kvetoucí levandule

