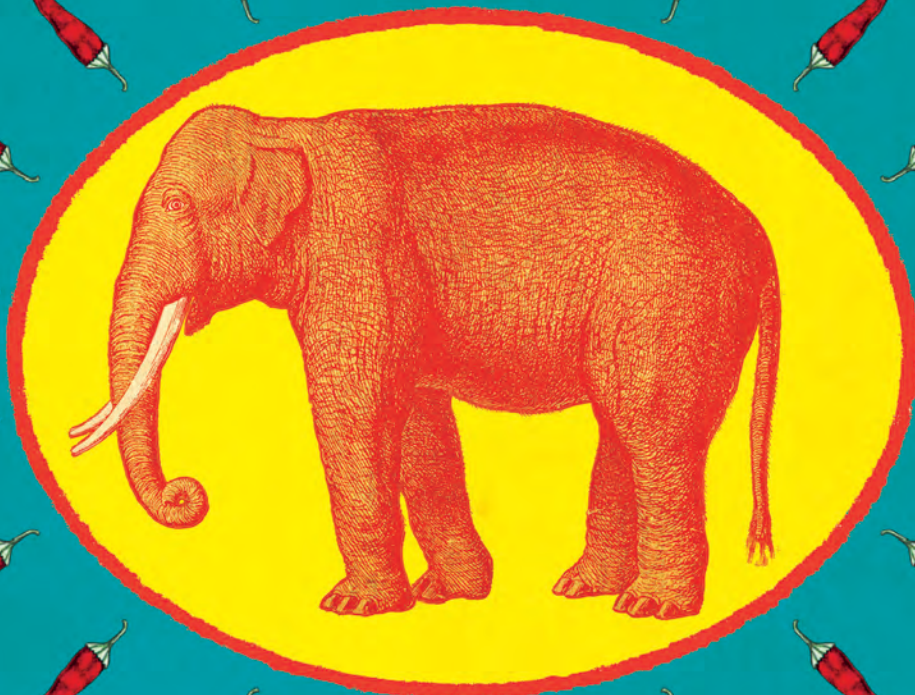




C P R E S S

Uvařeno v Indii

Vyšlo také v tištěné verzi

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



Meera Sodha

Uvařeno v Indii – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2022

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

ALBATROS  **MEDIA**

Copyright © Meera Sodha, 2014
Text on wine and Indian food copyright © Sunaina Sethi
Photography copyright © David Loftus
Translation © Zuzana Szabó Lenhartová, 2022

First published as *Made in India* in 2014 by Fig Tree, an imprint of Penguin General.
Penguin General is part of the Penguin Random House group of companies.

ISBN tištěné verze 978-80-264-4428-2
ISBN e-knihy 978-80-264-4449-7 (1. zveřejnění, 2022) (ePDF)

UVAŘENO V INDII

Tradiční rodinné recepty indické kuchyně

MEERA SODHA



Fotografie David Loftus



OBSAH

Úvod	9
Pár slov o indické kuchyni	15
Jak používat tuto knihu	15
Vybavení kuchyně	16
Užitečné váhy a množství	17
Jezte jako Indové, myslete jako Indové	18
01 Předkrmy a svačinky	21
02 Zelenina	55
03 Maso	85
04 Ryby	123
05 Vejce	143
06 Luštěniny a obiloviny	151
07 Přílohy	175
08 Chléb	195
09 Čatní a nakládaná zelenina	211
10 Dezerty	223
11 Nápoje	249
12 Co si můžeme vyrobit doma	263
Návrhy menu	278
Víno a indické jídlo	280
Jak jíst rukama	283
Praktické tipy	284
Indické ingredience	286
Rejstřík	308
Poděkování	311

ALTERNATIVNÍ OBSAH

Skvělé recepty pro začátečníky

Kari z pečené máslové dýně s česnekem a rajčaty	61
Krémové kuřecí kari s fíky	89
Kari s pomalu vařeným jehněčím a špenátem	107
Bombajská vejce	145
Všednodenní dhál	166

Rychlá jídla na všední den (do 30 minut)

Květákově-kokosové kari s kešu a hráškem	65
Pečené tamarindové kuře s medem a červeným chilli	94
Dvacetiminutové rybí kari	131
Královské krevety s česnekem a hořčičnými semínky	138
Všednodenní dhál	166

Rychle připravené přílohy (do 10 minut)

Špenát s černým pepřem, česnekem a citronem	179
Zelené fazolky s hořčičnými semínky a zázvorem	181
Raita s granátovým jablkem a mátou	188

Kari ze spíže

Bateta nu shaak	63
Kari s vejci, karamelizovanou cibulkou a kokosem	146
CChana dhál s tarkou s dozlatova opečeným česnekem	162
Junjaro	168
Dělnické kari	173

Něco na víkend

Kuře masala pečené vcelku	87
Kari z bažanta	104
Skořicové jehněčí kari z Howrah Expressu	108
Maharanino oblíbené jídlo	113
Jehněčí raan	114
Dhál makhani	167

Uvařte si v předstihu

Kari z pomalu vařených paprik a panýru	76
Maminčino kuřecí kari	100
Skořicové jehněčí kari z Howrah Expressu	108
Chana dhál s tarkou s dozlatova opečeným česnekem	162

Zapojte děti

Královské bengálské rybí prsty	44
Čapátí	196
Kokosovo-mléčný fondán	228
Koláč lásky s kardamomovým shrikhandem a granátovým jablkem	233

Jídlo na party

Hráškové kačori	22
Lilky opékané na ohni	29
Samosy	48
Pečené hranolky masala	176
Čapátí chipsy	272

Nízkotučné

Lilkové kari s cherry rajčaty	57
Restovaná kořeněná jarní zelenina	79
Kuře v nakládacím koření	97
Ryba v koriandrovo-kokosovo-mátovém balíčku	137

Na oběd s sebou (do jídelonosiče)

Ondwa	35
Dishino pav bhádží	66
Jednoduše kořeněné jarní zelí	80
Naklíčené mungo fazole s česnekem, citronem a římským kmínem	83
Koláč lásky s kardamomovým shrikhandem a granátovým jablkem	233

Bezlepkové (a dobré s rýží)

Kuřecí tikka pečená v troubě	36
Kari z pečené máslové dýně s česnekem a rajčaty	61
Maminčino kuřecí kari	100
Kari s pomalu vařeným jehněčím a špenátem	107
Kokosové rybí kari	127

Bez mléka

Lilkové kari s cherry rajčaty	57
Kuře v nakládacím koření	97
Grimsbyské kedgere z uzené tresky	133
Chana dhál s tarkou s dozlatova opečeným česnekem	162
Pilau z lesních hub	170

Vegan

Lilkové kari s cherry rajčaty	57
Květákově-kokosové kari s kešu a hráškem	65
Restovaná kořeněná jarní zelenina	79
Všednodenní dhál	166
Pilau z lesních hub	170

Do mrazáku

Samosy	48
Maminčino kuřecí kari	100
Skořicové jehněčí kari z Howrah Expressu	108
Dělnické kari	173

Pro moji maminku, Nitu Sodha



Úvod

Indickou kuchyni můžete najít kdekoli na světě. Ta moje je třeba shodou okolností v Londýně.

Já sama jsem přitom nikdy v Indii nežila. Vyrůstala jsem v Anglii, ale jedla jsem to stejné jídlo, jaké moji indiští předkové konzumovali po stovky let a které si sama dodnes každodenně připravuji u sebe doma.

Jídlo vařené u nás doma se moc nepodobá tomu, co nabízí většina indických restaurací v Británii; to naše je jednoduché, čerstvé a chutné. O tom, jak vypadá pravá indická domácí kuchyně, se v Evropě moc neví. A právě láska k jídlu, které my Indové doma skutečně jíme, mě dovedla k tomu, abych se s vámi o naše rodinné recepty podělila.

Náš příběh začíná v Gudžarátu, v kuchyni mých prarodičů. Gudžaráť je oblast severně od Bombaje a jižně od Pákistánu, s Rádžasthánem na východě a Arabským mořem na západě. Jednou, když se můj dědeček Mathuradas Lakhani díval směrem k Arabskému moři, ho popadla neodbytná touha zjistit, co je za ním. Spolu se svou ženou, otcem a bratrem odplul do Keni, aby tam začal žít, a s sebou přibalil i všechny rodinné recepty.

Afrika byla tehdy zemí příležitostí pro každého, kdo měl dobré nápady a chuť uvádět je do života. Dědeček jich měl mnoho, a tak spolu se svým otcem a bratrem založil první keňskou tiskárnu, také továrnu na stáčení Coca-Coly a později, když se přestěhoval do Ugandy, i obilný mlýn. Díky nově nabytému blahobytu si mohl dovolit zaměstnávat kuchařku, takže moje maminka vyrůstala až do svého příjezdu do Anglie v tom, že nevařila, ale vařilo se pro ni.

Odjezd mé rodiny do Británie byl náhlý a je součástí dobře zdokumentované epizody britské historie. Idi Amin, tyran, diktátor a tehdejší prezident Ugandy, se jednoho dne roku 1972 probudil a všem Asiatům, kteří tam žili, dal 90 dní na opuštění země, než je začne zabíjet. Tak jako tisíce dalších musela moje rodina opustit všechno: svůj domov, podniky, peníze i přátele. Do Lincolnshiru dorazili s jedním kufrem pro celou pětičlennou rodinu a s 50 librami, s nimiž měli začít nový život.

Zatímco kulisy jejich života se změnily ve všech ohledech, jaké si dovedete představit – samotný stát, jazyk, lidé, kultura, počasí i místní suroviny – jejich jídlo zůstalo stejné. Moji prarodiče nastoupili do práce a moje maminka dala v Lincolnshiru dohromady jejich indickou kuchyni tak, jak ji znala z dřívějšíka, a pustila se do vaření podle rodinných receptů.

Posléze se maminka seznámila s mým tátou a narodila jsem se jim já a moje sestra. Dál přitom dennodenně vařila, aby nakrmila svou rozrůstající se rodinu, a přitom pečlivě aranžovala do různých pánví a hrnců vše, co si mohla dovolit, tak, aby dosáhla toho kouzelného efektu, co jídlo někdy dokáže, vyčarovala chutě a vůně minulosti a v okamžiku nás spojila s domovinou našich předků.

Při vaření přitom začala používat místní suroviny. Indickou kuchyni lze přizpůsobit jakémukoli místu tak, že jednoduše využijete to, co je v daném místě dostupné. Protože jsme žili v Lincolnshire, hrabství bohatém na místní zemědělské produkty, mohla při vaření používat tamní vyhlášenou červenou řepu, rebarboru a dýně, stejně jako ryby z nedalekých doků v Grimsby a místní maso (včetně slavných lincolnshirských klobás).

Ať už maminka připravovala jakoukoli zeleninu nebo maso, každý den k němu byly na stole i čerstvé horké placky čapátí – připravené za pár minut a spořádané za pár vteřin. Její jídla voněla po hřebíčku, skořici

a římském kmínu tak krásně, že se vám jen z té vůně sbíhaly sliny a kručelo v břiše. A z toho, jak dokázaly náš dům provonět její sladce kořeněné dezerty, se podlamovala kolena úplně každému! Všechna tato jídla vařila s pomocí lásky, kuchařského instinktu a své věrné vařečky – té samé, kterou si koupila pár dní po příjezdu do Británie, se sotva pár penny na kontě.

Její vařečka mi učarovala už v dětství, a právě mamince vděčím za svou lásku k vaření. S využitím všech kulinářských znalostí a dovedností, které mi předala, jsem sepsala tuto sbírku receptů, abyste si stejně lahodná a svěže chutnající jídla mohli připravit i vy doma.

Některá z jídel v této knize vychází ze starobylých rodinných receptů, které dosud nikdy nebyly zaznamenány ani zapsány. V naší rodině se předávaly ze ženy na ženu, mnohdy spolu se snadno zapamatovatelnými anekdotami a přirovnáními, jako „mango by mělo být tvrdé jako kriketový míček“ a těsto „měkké jako ušní lalůček“ nebo „když lžíce ve směsi sama stojí, je hotovo“. Mnohé míry se udávaly v „hrstech“, „miskách“ a konkrétních krabičkách nebo plechovkách, které měla daná kuchařka doma.

Další recepty pocházejí od mé mámy a využívají gudžarátské know-how a kuchařské techniky na zpracování místních evropských surovin. Pár máminých receptů je také ugandských.

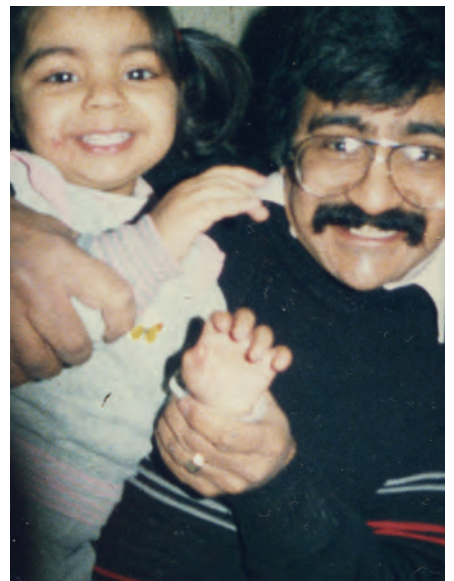
Dalších pár receptů je mých. Do mojí kuchyně (a mého srdce) se dostaly díky mým přátelům, cestám křížem krážem po Indii a taky jako výsledek mého kuchyňského experimentování s indickými chutěmi.

Zdaleka ne všechno v této knize je „kari“ (tento termín obvykle používám pro jídla s omáčkou) a také tu neexistují žádná nepřekročitelná pravidla. Mnohé pokrmy jsou úsporné, protože se v nich používá levná zelenina, obyčejné suroviny, které má každý ve spíži, a někdy dokonce i zbytky.

Doufám, že se vám díky této knize podaří poznat, co považujeme za pravou domácí indickou kuchyni, a také lépe porozumět různým ingrediencím a technikám, abyste mohli začít vymýšlet vlastní recepty, v nichž využijete svůj kuchařský instinkt, pár klíčových indických koření a to, co máte zrovna po ruce a v lednici.

K mým posledním narozeninám mi maminka jako dárek předala svou drahocennou vařečku. Byl u ní kratičký vzkaz: „Šťastné vaření.“ Věřím, že podobně jako ta vařečka mně, i tato kniha přinese vaší kuchyni štěstí.









Pár slov o indické kuchyni

Indickou kuchyni předchází pověst složité a pro začátečníka trochu děsivé kuchyně, ale je to mýtus. Většina domácích indických jídel je čerstvá, jednoduchá a rychlá a já jsem se vám to v této knize rozhodla předvést.

Svou knihu jsem napsala pro každého – od úplných začátečníků až po zkušené kuchaře, a také pro ty, kteří milují indická jídla, ale nevědí, kde začít.

Většinu receptů zvládnete uvařit rychle, zhruba za 30 minut, a většinu ingrediencí byste měli být schopni sehnat v supermarketu cestou z práce.

Jak používat tuto knihu

Abych vám seznamování s indickými surovinami ulehčila, připravila jsem pro vás kapitolu začínající na straně 286, která vám představí ingredience často používané v indické kuchyni a vysvětlí, jak chutnají a jak je používat. Na straně 6 najdete Alternativní obsah, který vám pomůže při přemýšlení o tom, co uvařit pro různé příležitosti, nálady nebo diety. Na stránce 278 je pak několik návrhů celých menu.

Moje nejdůležitější rada pro vás však zní: Průběžně všechno ochutnávejte.

Ochutnejte jídlo na začátku, uprostřed a na konci vaření. Když něco přidáváte, přimíchejte to a ochutnejte, a pokud je tou přidávanou ingrediencí nějaké koření nebo chilli, přidávejte ho postupně, po troškách. Čím více budete jídlo při vaření ochutnávat, tím lépe budete rozumět používaným ingrediencím, tomu, jak se v jídle chovají, a také tomu, co vám chutná.

Poznámka k názvům

Názvy receptů a koření jsou uvedeny v češtině, s překladem do gudžarátštiny a občasným převzatým slovem z hindštiny nebo svahilštiny. V případě, že je pokrm nebo koření známější pod svým indickým názvem, používám ten a následuje překlad v češtině.

Vybavení kuchyně

Ačkoli existuje mnoho kuchyňských potřeb, které jsou pro tradiční indickou kuchyni specifické, pravdou je, že abyste mohli s touto kuchyní začít, mnoho zvláštního vybavení nepotřebujete. Když jsem se stěhovala z domova do Londýna, vzala jsem si s sebou jen indickou dózu na koření, ostrý nůž, pánev s poklicí, hlubokou omáčkovou pánev a vařečku. Vařila jsem tehdy v kuchyni o velikosti telefonní budky. A bylo to fajn – s lidmi, které jsem tehdy zvala na večeře, se dodnes přátelím – a od té doby jsem do své kuchyně moc speciálního vybavení nepřidala.

Snadno si vystačíte s tím, co už pravděpodobně doma máte.

Povinné vybavení:

- **Dobrý nůž**, dostatečně ostrý, aby s ním šla snadno nakrájet rajčata.
- **Pár pánví**: Pánev se širokým dnem a pokličkou, případně dvě takové pánve, pokud toho obvykle vaříte hodně. Na vaření rýže je velmi užitečná pánev s dobře těsnící průhlednou poklicí (abyste se mohli podívat dovnitř, aniž by vám unikla pára). Nezbytná je také hluboká pánev.
- **Váleček**, pokud plánujete připravovat chleba. Indické válečky velans jsou tenké a lehké a snadno se s nimi pracuje.
- **Velký těžký hmoždíř a tlouk** na drcení česneku, zázvoru, chilli papriček a koření.
- **Digitální kuchyňská váha** – hodí se zejména při pečení chleba.

Věci, co vám zpříjemní práci:

- **Lis na česnek**, protože česnek budete drtit opravdu často.
- **Prkénko na placky čapátí (patlo)**: Je levné, dostupné online a díky svému kruhovému tvaru vám pomůže uválet dokonale kulaté čapátí.
- **Dřevěný lis na čapátí**: Tento malý lis kruhového tvaru má na jedné straně krátkou rukojeť a pomůže vám lisovat čapátí a ostatní druhy chleba tak, aby se rychle a rovnoměrně upekly.
- **Elektrický mlýnek na koření**: Ačkoli odvede podobnou práci jako hmoždíř s tloukem, vyplatí se do něj investovat, pokud hodně vaříte, protože dokáže během několika vteřin proměnit celé kusy koření a ořechů na jemný prášek. Mlýnek na mokré a suché koření vám umožní rozmixovat na pastu také česnek, zázvor a chilli papričky.
- **Dóza na indické koření (masala dabba)**, abyste měli všechno oblíbené koření čerstvé a po ruce.
- **Mixér nebo kuchyňský robot** vám usnadní časté úkony, jako je krájení zeleniny a mixování čatni nebo rajčat; obzvláště užitečný je, pokud vaříte ve větším množství.
- **Zmrzlinovač**, pokud vás recepty v této knize nalákaly. Ačkoli zmrzlinu můžete vždy připravovat i ručně, zmrzlinovač udělá všechnu těžkou práci za vás. Ty malé se dnes dají pořídit docela levně a zmrzlina tak díky nim bude pro vás snadno a rychle připravitelný dezert.

Užitečné váhy a množství

Obecné

1 čajová lžička =

1/3 polévkové lžíce = 5 ml

1 polévková lžíce = 3 čajové lžičky = 15 ml

Rýže a luštěniny

Chuť k jídlu se u různých strávníků může lišit (proto si množství naplánujte podle ní), ale obecně platí, že pro jednu osobu potřebujete 50–60 g suché rýže. V případě luštěnin váží porce pro jednu osobu přibližně 100 g v suchém stavu. Pokud jde o luštěniny namočené nebo konzervované, použijte 200 g pro 1 osobu.

Maso a ryby

Pro hlavní jídlo, které doprovodíte chlebem nebo jinou přílohou, je vhodné použít přibližně 150–200 g masa nebo ryb na osobu.

Pokud používáte maso s kostí je dobrým pravidlem koupit o třetinu více, než je hmotnost masa bez kosti uvedená v receptu. Například pokud je v receptu požadováno 600 g masa bez kostí, kupte přibližně 800 g masa s kostí.

Koření

Při mletí celého koření na prášek vám mohou pomoci následující převody:

Kardamom Přibližně 12 lusků = 1 lžička mletého kardamomu

Skořice 1x4 cm tyčinka = 1 lžička mleté skořice

Koriandr 1 lžička koriandrových semínek = 1½ lžičky mletého koriandru

Římský kmín 1 lžička kmínových semínek = 1¼ lžičky mletého kmínu

Černý pepř 1 lžička kuliček černého pepře = 1¾ lžičky mletého pepře

Citrusy

1 limetka = zhruba 30 ml šťávy

1 citron = zhruba 50 ml šťávy

Česnek

1 buclatý stroužek česneku = 1 lžička jemně nasekaného česneku

Cibule

1 velká cibule = přibližně 200 g

Rajčata

1 střední rajče = přibližně 170 g

Jezte jako Indové, myslete jako Indové

Aniž bych chtěla příliš podporovat stereotypy, dám vám předtím, než začnete vařit jako Indové, pár tipů, jak jako Indové také myslet:

Jezte rukama, konkrétně pravou. Jíst levou rukou je tabu.

Když jsou vaši rodiče poblíž, vždycky se tvařte, jako byste se zrovna pilně učili. Bez ohledu na to, kolik je vám let.

Nikdy neplýtvajte jídlem. Než abyste ho vyhodili do koše, nabídněte ho sousedům, pošťákovi nebo třeba holubům.

Na návštěvu nebo oslavu se vždy dostavte o hodinu později. Pokud něco pořádáte, pozvěte hosty na začátek o hodinu dříve, abyste zajistili, že přijdou včas. Říká se tomu „indický čas“.

Jako indický hostitel musíte své hosty krmit tak dlouho, dokud vás nebudou prosit o milost – tak vypadá dokonalá pohostinnost.

Krmte psy plackami čapátí. Psi milují čapátí.

Věřte, že mandle mají schopnost zvýšit vaše IQ, i když to nebylo vědecky prokázáno.

Bez ohledu na to, kolik má vaše rodina členů, je vždy všechny nappěte do jednoho auta, ať už vás čeká jakkoli dlouhá cesta.

Při odchodu z návštěvy musíte vždy strávit alespoň hodinu loučením se ve dveřích.

Nikdy se z Indie nevracejte se zavazadly pod váhový limitem – to je opravdu faux pas.

Kriket považujte za své druhé náboženství.

Své děti vedte k tomu, aby se staly právníky, lékaři nebo inženýry.

Dobrá plastová krabička je jako rodiny. Žádná dóza nebo krabička nesmí přijít nazmar. Moje máma používá na skladování mouky na placky čapátí krabičku od Ramy z devadesátých let.

Dálkový ovladač zásadně používejte zabalený v plastové fólii. Nikdy nesundávejte přehozy ze svého nábl gauče, bez ohledu na to, kolik let už ho doma máte.

Každou indickou ženu starší než vy oslovujte „teto“ a každého staršího muže „strýčku“.

Budte přirozeně nedůvěřiví ke všem jídlům, která nebyla připravena doma. Vždy si s sebou berte vlastní jídlo, ať už jdete kamkoli, a i když to není daleko.

Přijatelnost nového partnera své sestry nebo kamarádky posuďte tím, že se jako první zeptáte na to, kolik bere a co dělají jeho rodiče.

Pokud jeden člen rodiny odjíždí na dovolenou, shromážděte celou rodinu, aby se s ním na letišti rozloučila.

Každý indický muž musí mít Mercedes a v každém autě musí být pozlacená krabice na kapesníčky.



Chapatti Dog

STARTERS

01



& SNACKS

PŘEDKRMY A SVAČINKY

Indové neustále něco zobou. Indie má totiž jednu z nejrozvinutějších kultur pouličního stravování a drobného občerstvení na světě. Díky velké indické vášni pro jídlo, a naopak velmi malé regulaci toho, kdo a kde může jídlo prodávat, se ulice po celé zemi rozeznívají voláním tisíců stánkařů, nabízejících své občerstvení. Ať už z jízdnic kol proměněných na pojízdne kuchyně, z popelnic předělaných na pece nebo z košíků posazených na hlavě, jídlo se prodává prostě všude.

Na dalekém severu v Amritsaru narazíte na fronty sikhů v turbanech, čekajících na legendární Amritsari fish – kořeněné hluboce smažené makrely královské, případně, pokud je zima, na kari s hořčičnými semínky „sarson ka saag“, přelévané čerstvě vyrobeným máslem a pojídané pomocí kukuřičného chleba. Když se vydáte do Dillí, uvidíte kořeněné bramborové tikki (viz strana 46) ozdobené tamarindovým čatní a vynikající, skoro dočerna opečené kebaby, podávané s „roomali roti“ – plackami čapátí tenkými jako kapesník a velkými jako kola od auta. V Bombaji milují pav bhaji (viz strana 66), vydatnou zeleninovou kaši, která se obvykle jí s chlebem, kuřecí tikka (viz strana 36) a chaat (viz strana 43). Pokud zamíříte na východ do Kalkaty, zajděte si na „kati roll“ – maso nebo zeleninu ve smaženém vaječném wrapu. Když se vydáte na západ do Gudžarátu, vyzkoušejte nadýchané ondwa (viz strana 35) nebo chutné hráškové kačori (viz strana 22). Na jihu Indie pak nemůžete vynechat tenké křupavé palačinky z rýžovo-čočkového těsta jménem dosa.

Některá z jídel sice původně vznikla jako způsob, jak si přivydělat na ulici, dnes je ale můžete najít také v mnoha indických domácnostech. Lidé si zkoušejí doma připravit slavné pochoutky, které poprvé ochutnali na rozpálených prašných ulicích, a zařazují je do svého domácího kuchyňského repertoáru.

Mezi mé nejoblíbenější patří všudypřítomné samosy (viz strana 48), chilli panýr (viz strana 27), s nímž jsem se poprvé setkala u prarodičů v Leicesteru, a kukuřičný klas (viz strana 32), který moje rodina připravovala stejným způsobem, ať už žila v Ugandě, Indii nebo v Lincolnshiru, kde je mimochodem kukuřice stejně vysoká jako já.

Nabídka je natolik pestrá, že jediné těžké rozhodnutí, které před vámi stojí, je, co ochutnat jako první.

PEA KACHORI

Kořeněný hrášek v těstíčku

Tohle lahodné kulaté zelené potěšení je starou gudžarátskou pochoutkou. Často se kačori podávají na rodinných oslavách, protože je velice snadné je nenápadně slupnout, když se nikdo nedívá. Kuličky pečené v troubě jsou nejlepší podávané na lůžku z cibule nakládané v limetkové šťávě (viz strana 221) a doplněné mátovo-jogurtovým čatní (viz strana 219).

Pro přípravu náplně do kačori je ideální kuchyňský robot, ale pokud ho nemáte, můžete namísto něj použít hmoždíř a šťouchadlo na brambory. A co je skvělé – hráškové kačori zvládnete vyrobit čistě ze surovin, které už pravděpodobně máte dávno v mrazáku a ve spíži.

NA ASI 25 KAČORI (PRO 5–8 OSOB) POTŘEBUJETE

Na náplň

4 cm zázvoru, oloupaného a nahrubo
nasekaného
2 čerstvé zelené chilli papričky, nahrubo
nasekané
(pokud dáváte přednost menší pálivosti, zbavte
je semínek)
600 g mraženého hrášku, který předem
rozmrazíte
řepkový olej
1 lžička hořčičného semínka

1¼ lžičky mleté skořice
1¼ lžičky garam masaly
½ lžičky mleté kurkumu
1¾ lžičky soli (nebo podle chuti)
½ lžičky chilli

Na těstíčko

300 g hladké mouky a další na poprášení
½ lžičky soli
1½ lžíce řepkového oleje
175 ml horké vody

Předehřejte troubu na 180 °C (plynovou troubu nastavte na stupeň 4) a plech lehce vymažte olejem.

Zázvor a zelené chilli papričky vložte do kuchyňského robotu a rozmixujte na pastu, případně je rozdrťte v hmoždíři. Pokud jste použili kuchyňský robot, vyjměte zázvorovo-chilli pastu a odložte ji stranou. Pak v robotu krátce pomixujte nebo šťouchadlem na brambory rozmačkejte hrášek.

Do pánve, kterou rozehríváte na středním plameni, dejte 3 lžíce oleje. Když se olej rozpálí, přidejte hořčičná semínka. Až začnou semínka prskat, přidejte pastu ze zázvoru a chilli a pár minut ji restujte. Pak přidejte hrášek a směs povařte dalších 5 minut.

Nyní přidejte skořici, garam masalu, kurkumu, sůl a chilli. Vařte další 2 minuty, nebo dokud ve směsi nezůstane skoro žádná tekutina, ale hrášek je stále jasně zelený. Přesuňte do mísy a odložte stranou.

Těstíčko vypracujete tak, že do mísy dáte mouku, uprostřed uděláte důlek a přidáte sůl a olej. Těsto zpracujte prsty, dokud nebude připomínat strouhanku. Přilijte 120 ml vody a pak postupně po troškách přilévejte další a zapracovávejte ji do těsta, dokud nebude pěkně vláčné. Do dlaní si nalijte lžičku oleje a poplácejte jimi těsto, aby zůstalo vlhké.



Před rozválením těsta si připravte pracovní plochu. Budete potřebovat čistou pomoučenou desku, misku s moukou a váleček na těsto. Z těsta si odeberte malý kousek, přibližně o velikosti marshmallow. Vložte kuličku těsta do misky s moukou, aby se obalila, a pak ji vyválejte na placku o průměru zhruba 10 cm (velikosti dna hrnku). Abyste si práci urychlili, můžete před válením a plněním rozdělit všechno těsto na malé kuličky.

Kačori připravíte tak, že doprostřed vyválené placky vložíte vrchovatou lžičku hráškové směsi a okraje těsta kolem ní pevně zabalte, aby vzniknul malý měšec. Ten pečlivě utěsněte a odeberte případné přebytečné těsto. Pak ukoulejte kačori do kuličky a položte na plech. Poté stejně připravte i zbytek těsta. První kačori možná budou vypadat trochu zvláštně, ale aspoň budete vědět, které po upečení využít k ochutnávání.

Kuličky kačori před pečením pomažte olejem a poté pečte v troubě asi 20–30 minut dozlatova.







CHILLI PANÝR

Když jsme já a moje sestra vyrůstaly, čas od času nás máma, ať už jsme se před ní schovávaly kdekoli v domě, odchytila, naložila do auta a odvezla na velkou výpravu do Leicesteru, nakupovat sárí. Jedinou útěchou (kromě tajného rozbalování krásně poskládaných sárí v obchodech) nám byl čerstvě připravovaný chilli panýr z okolních stánků, na který jsme potom společně chodily.

Tohle jídlo miluje každý – od dětí po jejich prarodiče. Tady máte mámin recept na tu neskutečnou pouliční lahůdku.

PRO 4 OSOBY

1½ lžičky římského kmínu

400 g panýru

řepkový olej

4 stroužky česneku, rozmačkané

1 čerstvá zelená chilli paprička, nakrájená
na velmi tenké plátky

¾ lžičky mletého černého pepře

1 lžička soli

1 lžíce rajčatového protlaku

½ lžičky cukru

4 jarní cibulky, nakrájené na tenká kolečka
citron, nakrájený na klínky, k podávání

Římský kmín rozmačkejte v hmoždíři na hrubý prášek. Poté nakrájejte panýr na dvoucentimetrové kostky. Do velké pánve nalijte tenkou vrstvu oleje (2 mm) a zahřejte jej na vysokou teplotu. Do pánve dejte v několika dávkách panýr a smažte jej, přičemž otáčejte kousky tak, aby se osmažily ze všech stran dozlatova. Dávejte pozor, protože panýr může při smažení prskat. V takovém případě pánev zpola zakryjte pokličkou. Osmažený panýr přesuňte do misky vyložené papírovou utěrkou.

Do pánve pak dejte 2 lžíce oleje, česnek, zelené chilli, kmín, černý pepř a sůl. Na mírném ohni za občasného míchání restujte asi 3 minuty. Přidejte rajčatový protlak a cukr a promíchejte, poté vraťte panýr zpět do pánve a přilijte trochu vody. Pánev přikryjte pokličkou a vše vařte dalších 5 minut.

Sundejte pokličku z pánve, přidejte jarní cibulku a duste, dokud v pánvi nezůstane žádná voda. Podávejte začeřsta, ještě horké a pokapané citronovou šťávou.



LILKY OPÉKANÉ NA OHNI

Ringra nu orro

Dříve jsem lilky pro tento recept pekla v troubě, ale poté, co jsem viděla svou tetu z Porbandaru, jak ty své dokonale opekla nad plamenem sporáku, už jsem to nemohla dělat jinak. Držela lilek za zelený stonek nad sporákem, dokud jeho slupka nezuheľnatěla a nezačala vykukovat měkká krémově bílá dužina. Pak zčernalou slupku sloupala a lilek uvařila v česnekovo-rajčatové omáčce.

Tahle úchvatně chuťově bohatá, ohněm vonící směs je jedno z mých vůbec nejoblíbenějších jídel. Jím ji za tepla i za studena s plackami čapátí, čerstvým chlebem naan nebo s chipsy z čapátí.

PRO 4 AŽ 6 OSOB JAKO DIP

4 cm zázvoru, oloupaného a nahrubo nasekaného	2 střední zralá rajčata, nakrájená nadrobno
5 stroužků česneku, nahrubo nasekaných	1 lžička mletého římského kmínu
1 čerstvá zelená chilli paprička, nahrubo nasekaná	1 lžička mletého koriandru
sůl	malý svazek čerstvého koriandru (20 g)
2 velké lilky	<i>K servírování</i>
3 lžíce řepkového oleje (plus další na potřetí lilků)	Řecký jogurt
1 cibule, nakrájená nadrobno	čapátí nebo čapátí chipsy (viz strana 272)

Zázvor, česnek a chilli vložte do hmoždíře spolu se špetkou soli, vše rozmačkejte a odložte stranou.

Lilky na několika místech propíchněte ostrým nožem, aby vám při opékání neexplodovaly, a lehce je potřete olejem. Postupně je kovovými kleštěmi podržte nad plamenem sporáku a průběžně je otáčejte, dokud slupka ze všech stran nezčernalá a lilek nezačne být měkký a poddajný. Oběma lilkům by to dohromady mělo trvat přibližně 15 minut.

Až lilky dostatečně vychladnou, oloupejte z nich ohořelou slupku, dužinu vydabejte do mísy, rozmačkejte ji vidličkou a pak odložte stranou.

Olej nalijte do pánve se širokým dnem a poklicí a na středním ohni jej zahřejte. Když se rozpálí, osmažte na něm cibuli, dokud nezměkne a nezezlátne, což bude trvat 8 až 10 minut. Přidejte rajčata, pánev přikryjte poklicí a nechte vařit dalších 4–5 minut. Poté přidejte rozmačkaný zázvor, česnek a chilli a pár minut povařte, načež přidejte rozmačkané lilky, římský kmín, mletý koriandr a ¾ lžičky soli.

Pánev přikryjte poklicí a vařte dalších 5 minut, dokud se všechny ingredience nespojí v krásně hustou směs. Ochutnejte, zda je dostatečně slaná a okořeněná, a podle potřeby dochuťte.

Nasekejte čerstvý koriandr a vmíchejte ho do směsi, kterou pak můžete servírovat buď ve velké míse nebo v jednotlivých miskách, ozdobenou trochou jogurtu a doplněnou čapátí nebo chipsy z čapátí.

