



THUY NGUYEN

LONG TRAN

VÍC NEŽ JEN
ASIJSKÁ
KUCHAŘKA



Víc než jen asijská kuchařka

Vyšlo také v tištěné verzi

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



Thuy Nguyen, Long Tran

Víc než jen asijská kuchařka – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2024

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



VÍC NEŽ JEN
ASIJSKÁ
KUCHAŘKA

© Thuy Nguyen, 2024
© Long Tran, 2024

ISBN tištěné verze 978-80-264-5493-9
ISBN e-knihy 978-80-264-5510-3 (1. zveřejnění, 2024) (ePDF)

THUY NGUYEN

LONG TRAN

VÍC NEŽ JEN

ASIJSKÁ KUCHAŘKA

OBSAH

VIETNAM	17	Kuřecí popkorn – tchajwanské křupavé kuřecí naslano	71
Nước chấm – sladkokyselá omáčka	21	Ryba v Tchajwanském stylu	72
Dưa góp – nakládaná zelenina	23	Tipy, jak smažit rybu jako tchajwanská maminka	75
Nakládaný česnek s chilli v octové šťávě	25		
Bún bò nam bộ – rýžové nudle s restovaným hovězím masem „po jižansku“	27		
Nem rán – smažené rolky	29	JIŽNÍ KOREA	76
Nem cuốn – nesmažené čerstvé rolky	31	Co mít po ruce v korejské kuchyni?	80
Bún chả – Vietnamský karamelizovaný bůček	37	Kimchi – korejské pálivé nakládané zelí	83
Phở bò – Hovězí polévka s nudlemi phở	38	Jumeokbap – korejské rýžové koule	85
Sườn xào chua ngọt – žebírka na sladkokyselo	43	Kimchi jjigae – kimči pálivá polévka	87
Thịt kho tàu – karamelizovaný bůček	45	Tteokbokki – rýžové těsto v korejské pálivé omáčce	89
		Gimbap – rychlá svačinka obalená v mořských řasách	93
TCHAJ-WAN	49	Bibimbap – korejské národní jídlo s rýží	97
Co mít po ruce v tchajwanské kuchyni?	52	Dakgalbi – pikantní restované kuře	99
Těsto na asijské knedlíčky	55	KFC (Korean Fried Chicken) – sladkokyselé a pálivé kuřecí kousky	101
Dan bing – tchajwanská omeleta v palačince	57		
Hakka bůček – bůček marinovaný naslano	59	JAPONSKO	104
Shuǐjiǎo knedlíky – tchajwanské knedlíky vařené ve vodě	61	Co mít po ruce v japonské kuchyni?	108
Niu Rou Mian – tchajwanská hovězí polévka	67	Dashi – alfa i omega japonské kuchyně	111
Kung Fu nudle – nudle s mletým hovězím masem po tchajwansku	69		

Shio ramen – ramen s příchutí soli	113
Miso polévka – tradiční japonská polévka	117
Tsukimi udon – „měsíční“ udon polévka	119
Hovězí katsu sando z Osaky – sendvič s obale- ným hovězím steakem	123
Katsudon – japonský vepřový řízek s rýží a vejci	125
Soba salát – salát se soba nudlemi, krevetami a houbami	127
Ichiju Sansai – základ japonského vyváženého jídla na oběd nebo večeři	129
THAJSKO	132
Co mít po ruce v thajské kuchyni?	136
Domácí thajská kari pasta	139
Kaeng gai – thajské kuřecí červené / žluté / zelené kari s rýží	143
Tom yam – pálivě-kyselá thajská polévka	145
Moo ping – grilované vepřové na špízu	147
Gung obb woon sen – dušené skleněné nudle s krevetami	151
Phad kra pao gai – restované kuřecí maso s thajskou bazalkou	153
Phad thai – thajské restované rýžové nudle	155
Satay gai – kuřecí špízy se satay omáčkou	157

MALAJSIE	162
Co mít po ruce v malajské kuchyni?	166
Laksa pasta	169
Sarawak laksa – ostrá polévka s rýžovými nudlemi z oblasti Sarawaku	171
Mee goreng – smažené nudle	175
Ayam goreng berempah – kořeněné smažené kuřecí maso	177
Kolo mee – nudle s vepřovým masem a omáčkou z oblasti Sarawak	181
Nasi lemak – malajská rýže v kokosovém mléce	185
Pasta masak lemak udang – špagety s malaj- ským kari a krevetami	187
Ayam gula apong – kuřecí maso v palmovém cukru	189
Kde nakoupit asijské suroviny?	193
O Thuy & Longovi	194



věnováno

**RODINĚ A PŘÁTELŮM
PO CELÉM SVĚTĚ**

*At' už jste kdekoliv, máme vás neustále v srdíčku.
Děkujeme, že jste na tomto světě a přinášíte nám radost, inspiraci, a hlavně podporu.*



VÝCHODNÍ „EJŽN TRIP“

aneb jak z obyčejné cesty vznikla tato kuchařka

6 STÁTŮ, 18 PŘELETŮ, 32 RŮZNÝCH UBYTOVÁNÍ

Byl Silvestr a my jsme si říkali, že potřebujeme na nějakou dobu změnit prostředí. Krátce poté jsme dostali od nakladatelství CPress nabídku vydat další kuchařku. Bylo to pro nás jako znamení, že bychom se měli vrátit k psaní, a tak se také stalo. Rozhodli jsme se koupit si jednosměrnou letenku do Vietnamu a až po přiletu jsme se rozhodli, jaké budou další kroky. Takhle spontánně jsme se necítili už pěkně dlouho!

Našemu rozhodnutí předcházela řada událostí. Během covidu jsme neměli možnost vést kurzy vaření, ani navštěvovat food festivaly a zatím jsme nebyli připraveni natáčet a stříhat videorecepty na sociální sítě, jak to dnes frčí. A tak jsme se oba rozhodli pracovat na volné noze v oblasti brandingů a marketingu. Uběhly 3 roky, mezitím skončila covidová karanténa a naše pracovní vytížení neustávalo, takže gastronomie šla bokem. O Vánocích roku 2022 jsme ale jasně cítili, že nám v životě něco chybí, že žijeme v příliš velké rutině a chybí nám adrenalin a dobrodružství... A tak přišlo velké silvestrovské rozhodnutí: „Poleťme do Vietnamu na dobu neurčitou!“

Když jsme se pak v nakladatelství sešli s naší redaktorkou Katarínou, domluvili jsme se na nápadu, že napíšeme „Víc než jen asijskou kuchařku“, ve které budou příběhy, rady, recepty a zajímavosti. Podobně jako ve „Víc než jen vietnamské kuchařce“, ale se zaměřením na víc států a s příběhy místních.

Neměli jsme ještě konkrétní plány, co přesně budeme v Asii dělat, ale důvěřovali jsme naší intuici. Začali jsme ve Vietnamu a po dvou týdnech návštěv rodiny, přátel a nových pěkných míst jsme načerpali dostatek inspirace, díky které jsme naplánovali celou naši asijskou cestu. Rozhodli jsme se projet Tchaj-wan, Jižní Koreu, Japonsko, Thajsko a Malajsii, od severu až na jih. Zkontaktovali jsme zahraniční kamarády, které jsme poznali během studentských let, jednu známou šéfkuchařku, školy vaření i maminky v domácnostech. Díky těmto lidem jsme pak poznali další a vznikla z toho hromada krásných setkání. Intuice nelhala.

Když jsme se bavili s různými lidmi, často nás jejich zvyky překvapily a nezdálo se, že padaly hlášky jako „Tohle fakt děláte doma?“ nebo „Vážně do toho dáváte i mléko?“, případně „Vy nemáte rádi koriandr?“ (Ano, zjistili jsme, že Tchajwanci nemají rádi koriandr!). A my jsme naopak slýchávali: „Vy jste vážně z Česka? Moc na to nevypadáte...“ nebo „Proč mají Vietnamci tak rádi bling bling (třpytivé) věci?“ Mezikulturní výměny názorů dokáží být kouzelné!

Každý ze států, které jsme projeli, má svoje unikátní gastronomické perličky, ale jedno měly všechny společné: jídlo musí být barevné, pěkné a chutné. Přesně podle principu pěti elementů, o kterém si povíme více v kapitole *Filozofie pěti barev (nejen) v korejské gastronomii*.

Mnoho lidí v našem okolí v Česku si myslelo, že jsme jeli prostě jen na dlouhou dovolenou, avšak my jsme celou dobu sledovali náš cíl: objevovat, ochutnávat a poznávat jiné kultury. Aktivně jsme pracovali na této kuchaře společně s místními a našimi hostiteli. A poslouchali jsme jejich příběhy.

Měli jsme tak nabitý rozvrh, že jsme občas padali únavou a toužili jsme se vrátit zpátky do Česka. Když se na to ovšem podíváme zpětně, uvědomujeme si, že to byla příjemná únava. Taková, co nás vedla k dobrodružnějšímu životu.

Po návratu jsme začali všechny naše poznatky dávat dohromady a testovali jsme recepty se surovinami dostupnými v Česku. Hledali jsme jejich náhražky a snažili jsme se chutě nastavit tak, jak si je pamatujeme a jak nám osobně jídla chutnala.

Tato kniha je plná našich vzpomínek na nejrůznější zážitky, na večerní posezení s místními a na všechny chutě, které jsme na naší cestě objevili. Doufáme, že i vy, čtenáři, z ní ucítíte podobné emoce, jaké jsme měli při jejím sestavování my.

Jedno ale víme určitě: tuhle cestu si určitě ještě někdy zopakujeme.





Zase rýže...

V mládí jsme nesnášeli rýži a byli jsme na rozdíl od našich spolužáků vděční za školní jídelnu, protože jsme v ní mohli ochutnat něco nového. Rýži jsme jedli od narození jako rýžovou kaši naslano, měli jsme ji každý den k snídani, obědu i večeři. Prostě „zase rýže“... Dnes si rýži dáváme také každý den (dokonce dobrovolně), ale třeba jen jednou denně k obědu, kdy potřebujeme načerpat hodně energie. Ovšem když se vrátíme z velkého výletu, vždycky nám chybí dobrá rýže s nějakou přílohou, a tak nás maminky vždy vítají nějakou dobrotou právě s rýží.

S našimi tipy se naučíte dokonalou rýži připravit i vy.

Varianta s rýžovarem

1. Odsypeme množství rýže, které potřebujeme a pohodlně se vejde do rýžovaru.
2. Rýži propláchneme vodou – jelikož se zpracovává v továrně, mohou se v ní objevit nečistoty. Opláchnutou rýži dáme do přístroje.
3. Přidáme tolik vody, aby povrch rýže přesahovala o jeden článek prstu, a rýžovar zapneme.
4. Hotová rýže by měla být měkká a pružná.

Varianta s hrncem

1. První dva kroky se shodují s kroky v postupu pro rýžovar.
2. Rýži zalijeme vodou tak, aby rýži přesahovala o jeden článek prstu. Za stálého míchání přivedeme k varu.
3. Hrncem přiklopíme pokličkou a necháme 15–20 minut vařit na mírném ohni.
4. Rýže postupně nasává vodu a měkne.
5. Odstavíme z plotny, rýži promícháme a necháme ji ještě přikrytou 10 minut dojít.

Naše doporučení:

Pozor, množství vody závisí na druhu rýže – některé druhy nasají více vody, proto je s touto možností potřeba počítat. Rýži je možné vařit i v tlakovém hrnci – rýže je pak měkkší, voňavější a chutnější. Při této přípravě je potřeba méně vody. Tento postup doporučujeme vyzkoušet nejdříve na menší dávce rýže.

Je mnoho teorií, jak moc rýži před vařením oplachovat. V některých rodinách oplachují rýži 2–3x, aby nebyla nijak cítit. V jiných rodinách ji oplachují jen jednou, protože mají za to, že rýže má mít své specifické aroma. Doporučujeme otestovat, jaký způsob bude nejvíce chutnat právě vám.





VIETNAM

VIỆT NAM

„Co si dneska dáme?“

„Vietnam?“

„Ten už jsme sice měli včera, ale klidně si ho dám znovu...“

– každodenní dialogy našich kamarádů

Vietnam je naše srdcovka. První chutě, které jsme objevili po mateřském mléce, byly rýže a rybí omáčka. K vietnamským jídlům se vždycky vracíme po každém výletě. To nutkání dát si rýži hned první hodiny po návratu domů je až neuvěřitelné.

Důvod, proč je vietnamská kuchyně tak oblíbená, tkví v kombinaci elementů v kuchyni. V každém jídle musí být něco svěžího, něco kyselého, něco sladkého a něco slaneého. To vše spolu ladí tak báječně, že se vietnamská kuchyně stala součástí každodenního života i pro spoustu Neasiatů.

Jsme překvapení, jak mladší generace dnes považuje „TO“ vietnamské jídlo za „prostě“ jídlo. Naše rodiče by jaktěživ nenapadlo, že se kultury mohou promíchat tak moc, že se z vietnamské kuchyně stane běžná součást českých jídelníčků. Integrace je úžasná...

