Recepty – italský večírek 19.6.

Těstovinový salát (insalata di pasta)

Poměry beru pro 4 lidi

- 500 g těstovin, velikostně by měli být shodné s použitými surovinami (vrtule, mušle, ouška, nepoužívat dlouhé formáty typu fettuccine, spaghetti, bucatini atd..)
- Olivový olej extra virgine, nešetřit. Dávat si bacha na Olio di sansa di oliva, což je průmyslový bělený druhotný produkt, zkrátka nejhorší odpad vycházející z výroby olivového oleje.
- 2 mozzarelly
- 1 balení rucoly (česky roketa)
- 500 g cherry rajčátek
- 2 stroužky česneku (propasírovaného)
- čerstvé oregano, může být i tymián nebo sušený oregan

Těstoviny se uvaří v dostatečném množství vody (vždy více vody je lépe než málo) Po jejich slití se přidá olivový olej, protřepe se a nechá zcela vystydnout. Pozor aby se těstoviny nelepily k sobe: právě proto je důležité hned po slití přidat olivový olej a opatrně, jemně ho dostat tak nějak všude.

Mezitím si připravíme suroviny, rajčátka a rukolu nakrájíme…. Když jsou těstoviny chladné, vše promícháme, začneme česnekem, rucolu dáme až nakonec. Těstovinových salátů existuje mnoho variant, mozzarella se dá nahradit např. hobliny parmazánu nebo grany padany …..

I zde však platí méně znamená více…

Pražmy pečené v solné krustě (Orata medievale al forno) (pro 4 osoby)

Můžeme použít i pstruhy nebo jiné pokud možno mořské ryby

- 4 pražmy
- 2,5 - 3 kg hrubé mořské soli (stoji 12 Kc/kg...)
- 4 stroužky nakrájeného česneku
- lístky šalvěje (3/4 listy do každé ryby)

Na bylinkové pesto:

- hrsti čerstvé šalvěje (cca 100 / 150 g)
- 3 stroužky česneku

- Šťáva ze 3 citronů nebo limetek
- trocha pravé petrželky (ne koriandr ani jiné silné aromatické kuch. vůně)
- 1 sklenice olivového oleje extra virgine

Vykuchané pražmy omyjeme, osušíme, naplníme nakrájeným česnekem a lístky šalvěje. Nechme supiny tam, kde jsou: zabrání silnému působení soli. Na plech dáme spodní vrstvu hrubé soli, položíme na ni ryby, pokapeme trochou olivového oleje do břicha pražem a zakryjeme hrubou solí tak, že musí být zcela pokryté. Nenechte dlouho ležet pražmy v soli mimo troubu protože jinak sůl se pomalu dostava pod šupiny a mění strukturu masa ryb, hlavně je vysuší.

Není třeba nic promíchat ani se o nic starat: ryby se dělají v "uzavřeném slaném obalu" a rybí maso neztratí svoji konzistenci, jemnost a vlhkost. Dáme do vyhřáté trouby 180 stupňů a pečeme cca 50 minut. Pokud necháte opéct delší dobou tak vysušíte zbytečně rybí maso.

Mezitím si nachystáme pesto:

Půlměsícem nadrobno nasekáme bylinky a česnek. Smícháme s citronovou štávou, přidáme olivový olej a sůl " quanto basta " (tolik, kolik stačí :-))

Upečené ryby zbavíme solné krusty a rozpůlíme tak, abychom najednou vyndavali kosti. Pražma má jasně viditelné kosti a i děti nemívají problémy s nimi.

Podáváme s vařenými bramborami a nebo s čerstvým pečivem + s pestem. Pro svěží pocit pesta můžeme ho nechat v ledničce a používat chlazený: v horkých dnech působí svěží silou.

Šalvěj tak jako rozmarýn, petržel a bobkový list se mají jist s rozumem. Opravdu velké dávky mohou způsobit trávicí potíže.

Buon appetito!

Váš kuchařský barrandovský tým + pes Timy