

A close-up photograph of a dark-colored bowl filled with a vibrant Asian salad. The salad features large, cooked shrimp, sliced green and red chili peppers, fresh green herbs like mint and basil, and a wedge of lime. The bowl is set on a woven placemat, with fresh ginger and chopsticks visible in the foreground.

Asijská kuchyně Vůně a chuť orientu

Asijské menu



V Asii je jídlo uměním a gastronomie filosofií.

Podstatou asijské kuchyně, která je populární na celém světě, je její jednoduchost. V Číně, Thajsku, Korei nebo Japonsku umí prakticky vařit každý, proto právě tam panují pouliční mini-kuchyně. My evropané máme rádi chuť dálného východu proto, že se podstatným způsobem liší od všeho, co jíme každý den. Pro nás zcela nová neznámá jídla jsou chutným tajemstvím, které stojí za to poznat. Naštěstí příprava orientálních pokrmů není náročná a vychutnat si autentické chuť můžeme i doma. Vykouzlete si pravou Asii ve vaší kuchyni.

Rádi bychom Vám byli nápomocni v rozvoji vašeho kulinářského umění. Proto jsme pro vás přichystali tuto brožuru, ve které kuchaři Unilever Food Solutions odkryli pravou podstatu asijské kuchyně – recepty na přípravu jednoduchých jídel, které díky použití našich omáček budou chutnat báječně.

Cesta na dálný východ je daleká, ale v kuchyni bude velice jednoduchá.

Japonská polévka Ramen s dvojím masem a tekutým vejcem

Suroviny na 10 porcí

Vývar:		Vložka:	
Knorr Essence Kuřecí bujón	90 ml	Nudle Ramen	700 g
Voda	3 l	Čerstvé baby špenátové listy	250 g
Česnek	8 stroužků	Baby kukuřičky	125 g
Knorr Ketjap Manis	80 ml	Vejce	10 ks
Koření 5-ti vůní	5 g	Dokončení:	
Cukr	10 g	Řasa Nori	1 ks
Zázvor (plátky)	30 g	(proužky 5×0,5 cm)	
Mrkev	600 g	Sezam	5 g
Vepřová plec	800 g	Jarní cibule	50 g
Kuřecí stehno nebo prsa	500 g	Houba Shi-také (sušená)	35 g
Mleté chilli	podle potřeby	Bambus (konzerva)	100 g
		Mirin	30 ml
		Saké	30 ml

Příprava

- Maso dáme marinovat do česneku a sójové omáčky. Bambusové plátky můžeme namarinovat v troše rýžového octa. Kuřecí maso spolu se zeleninou krátce opečeme v konvektomatu při 200 °C.
- Přendáme do hrnce, přidáme vepřové maso (nebo uvaříme zvlášť v sous vide sáčku při teplotě 62,5 °C), koření, houby, zalijeme vodou a doplníme o Knorr drůbeží fond. Přivedeme k varu a poté „táhneme“, aby se vývar nezakalil.
- Průběžně sbíráme pěnu a jakmile je maso měkké, tak postupně jej vyndáváme.
- Nudle povaříme cca 3 minuty a ke konci přidáme špenát a kukuřičky.
- Nudle se spařenou zeleninou rozdělíme do polévkových misek, přidáme překrojené houby, bambus, pokrájenou mrkev, na polovinu překrojené vejce vařené na měkko nebo opět připravené sous vide způsobem ve vodě 62,5 °C po 1 hodinu a poté vyklepnuté ze skořápky, a zalijeme scezeným a vínem ochuceným vývarem.
- Doplníme o horké maso nakrájené na plátky a nakrájenou jarní cibulku spolu s nudličkami řasy nori.

Výrobek

Knorr Professional Essence Kuřecí bujón 1 l

- K dochucování pokrmů – napomáhá získat plnou chuť drůbežího masa.
- Tekutá forma zjednodušuje dávkování, okamžitě se rozpouští v pokrmu a výborně se spojuje s jinými surovinami.
- Velmi široké využití v teplých i studených pokrmech: vývary, polévky, rizota, fáše, nádivky, marinády, dipy, jídla z pánve.







Fermentovaný Kimchi salát podávaný ve sklenici

Suroviny na 10 porcí

Čínské zelí	2 kg
Ředkev Daikon (nudličky)	400 g
Sůl	podle potřeby
Jarní cibule (plátky)	50 g
Vločky z červené papriky	25 g
Cukr	30 g
Knorr Sambal Manis	150 ml
Zázvor (nasekaný)	60 g
Česnek (nasekaný)	15 stroužků
Knorr Professional Essence Bujón z mořských plodů	20 g

Příprava

- Nakrájíme zelí na 5 cm velké kousky a vložíme do misky. Posypeme solí, pomačkáme tak, až začne pouštět šťávu, pokryjeme případně vodou a necháme zatížené 24 hodin při pokojové teplotě.
- Poté zelí důkladně propláchneme studenou vodou, necháme řádně okapat na síti (vymačkáme co nejvíce zbylé tekutiny) a vložíme do suché nádoby.
- Zbylé ingredience promícháme a smícháme se zelím – zelí musí být pokryté směsí.
- Vložíme do jednotlivých porcových skleniček, stlačíme, uzavřeme a dáme do tmavého prostoru na nejméně 24 hodin.
- Směs musí být vždy pod tekutinou. Po zfermentování sklenici otevřeme, aby mohl odejít vzniklý plyn a v chladu uchováme až 1 týden.

Výrobek

Sambal Manis – Pikantní omáčka s chilli a sójou 1 l

- Výborná na pokrmy, které se připravují na pánvi wok.
- Stačí přidat k masu, zelenině a osmažit.
- Dává jídlům orientální, sladko-pálivou chuť.



Salát s křupavou kachnou, jarní cibulí a sezamovo-sójovým dresinkem

Suroviny na 10 porcí

Kachní stehno nebo prsa	3 nebo 2 kg	Dresink:	
Knorr Ketjap Manis	80 ml	Knorr Ketjap Manis	125 ml
Zázvor (plátky)	50 g	Černý a bílý sezam (na sucho opražený)	5 g
Badyán	4 g	Rýžový ocet	60 ml
Knorr Pang Gang	100 ml	Olej	60 ml
Salát:		Voda nebo pomerančový džus	30 ml
Ledový salát (proužky)	250 g	Med	podle uvážení
Okurka (oloupaná, proužky)	300 g		
Jarní cibule (proužky)	400 g		
Mrkev (proužky)	300 g		
Cukrový hrášek (napůlený)	200 g		
Sójové klíčky	80 g		
Koriandr	5 g		

Příprava

- Kachní maso, sójovou omáčku, zázvor a badyán dáme do pánve, přidáme vodu a vaříme doměkka (cca 1 hodinu).
- Konvektomat přehřejeme na 200 °C, maso potřeme omáčkou Pang Gang a pečeme tak, aby kůže byla křupavá.
- Vychlazené maso (v případě stehen vykostíme) a natrháme nebo nakrájíme na tenké nudle.
- Salát promícháme se všemi dalšími ingrediencemi, navrch položíme maso a pokapeme dresinkem. Část dresinku můžeme podávat v misce.
- Nakonec lehce posypeme sezamem.

Výrobek

Ketjap Manis – Indonézká sójová omáčka 1 l

- Sladší a hustší než klasická sójová omáčka.
- Dodává pokrmu tmavě zlatavou barvu a intenzivnější chuť.
- Výtečná jako základ pro teplé a studené omáčky a jako marináda.







Jarní rolka s hovězím masem a mangem s výběrem dvou omáček



Suroviny na 10 porcí

Svíčková (do růžova opečená nebo vařená)	250 g	1. Omáčka:	
Knorr Professional Essence Hovězí bujón	20 ml	Knorr Sunshine Chili	800 ml
Mango (1 cm proužky)	250 g	Voda	70 ml
Šalotka (proužky)	50 g	2. Omáčka:	
Koriandr	20 g	Limetková šťáva	40 ml
Máta	15 g	Knorr Ketjap Manis	25 ml
Thajská bazalka	15 g	Chilli paprička (krájená)	0,5 g
Pažitka	5 g	Česnek (plátky)	1 stroužek
Mrkev (nudličky)	100 g	Koriandr	5 g
Listy salátů	25 g	Voda	50 ml
Placky pro jarní závitky (ne na smažené)	12 ks		

Příprava

- Maso uvařené nebo opečené do růžova (za posílení hovězího fondu) nakrájíme po zchlazení na tenké plátky.
- Vložíme rýžový papír na 20 vteřin do horké vody. Jakmile změkne, položíme jej na utěrku nebo rovnou plochu a naskládáme doprostřed na nudličky pokrájené ingredience.
- Doplníme salátovým listem a zarolujeme (konce uzavřeme).
- Před podáváním rolku přepůlíme nebo ponecháme v celku. Doplníme o obě omáčky, které připravíme smícháním jednotlivých surovin.

Výrobek

Knorr Professional Essence Hovězí bujón 1 l

- Autentická chuť hovězího masa ve formě koncentrovaného bujónu.
- Tekutá forma – zjednodušené dávkování a výborně se rozpouští v horkých i studených pokrmech.
- Vysoká vydatnost – více než 60 l fondu pro ochucení pokrmu.



Glazovaný losos v zázvorovo-sójevé omáčce s teplou zelenou zeleninou s houbami

Suroviny na 10 porcí

Knorr Ketjap Manis	150 ml	Zelenina:	
Sake	75 ml	Houby Shi-také (sušené)	70 g
Cukr	75 g	Čínské zelí	1 kg
Zázvor (nasekaný)	30 g	nebo Baby Pak Choi	
Olej	150 ml	Čínská brokolice (nebo divoká)	500 g
Losos, filet bez kostí s kůží	2 kg	Jarní cibule	200 g
Sezam	5 g	Zelený chřest	250 g
Jarní cibule (krájená)	20 g	Cukrový hrášek	80 g
		Olej	100 g
		Knorr Professional Essence	40 ml
		Zeleninový bujón	
		Knorr Ketjap Manis	40 ml
		Sezamový olej	15 ml
		Pažitka	5 g
		Škrob	podle potřeby

Příprava

- Smícháme sójovou omáčku s cukrem, saké a zázvorem.
- Na rozpálené pánvi s olejem opečeme porce ryby po obou stranách (asi 4-5 minut), stáhneme teplo a přidáme namíchanou omáčku. Pomocí lžice přeléváme omáčku přes porce ryby. Jakmile omáčka zhoustne, stáhneme pánev zcela z tepla.
- Houby Shi-take namočíme do vlažné vody (na 30–45 minut), poté osušíme, odkrojíme nožku a napůlíme.
- Nakrájíme zeleninu zhruba na 5 cm kusy nebo podélně rozkrojíme. Rozpálíme olej, vložíme houby a poté zeleninu a za velkého tepla 3–4 minuty prohazujeme na pánvi.
- Přidáme zeleninový fond, sójovou omáčku a nakonec posypeme stonky pažitky.
- Pro případné jemné zahuštění můžeme použít škrob rozmíchaný s vodou od namočených hub.

Výrobek

Ketjap Manis – Indonézká sójová omáčka 1 l

- Sladší a hustší než klasická sójová omáčka.
- Dodává pokrmu tmavě zlatavou barvu a intenzivnější chuť.
- Výtečná jako základ pro teplé a studené omáčky a jako marináda.







Hovězí v omáčce z černého pepře se sójovými výhonky a brokolicí

Suroviny na 10 porcí

Svíčková nebo Flank steak (plátky)	1,2 kg
Škrob	40 g
Knorr Ketjap Manis	80 ml
Rýžové víno nebo Sherry	20 ml
Sezamový olej	20 ml
Česnek (drcený)	30 g
Omáčka Hoisin	150 g
Cukr	30 g
Brokolice (růžičky)	450 g
Olej	150 ml
Sójové klíčky	180 g
Knorr Professional Essence Hovězí bujón	30 ml
Černý pepř (drcený)	10 g
Mrkev (hranolky)	200 g

Příprava

- Tenké plátky masa marinujeme ve směsi ze sójové omáčky, hovězího fondu, vína, sezamového oleje a česneku alespoň 1 hodinu. Poté obalíme ve škrobu a v rozpáleném oleji opečeme plátky asi 3 minuty a dáme stranou.
- Na páněv vložíme brokolici a hranolky mrkve, prudce opečeme a vrátíme k zelenině opečené maso.
- Přidáme omáčku z černého pepře (omáčka Hoisin naředěná scezeným extraktem z pepře a trocha vody), dochutíme cukrem a sójovou omáčkou a na konec přidáme klíčky.
- Podávejte s jasmínovou rýží.

Výrobek

Ketjap Manis – Indonézská sójová omáčka 1 l

- Sladší a hustší než klasická sójová omáčka.
- Dodává pokrmu tmavě zlatavou barvu a intenzivnější chuť.
- Výtečná jako základ pro teplé a studené omáčky a jako marináda.



Sladkokyselé kuře s ananasem a bambusem

Suroviny na 10 porcí

Kuřecí prsa (na kostky)	1,5 kg	Omáčka:	
Perlivá voda	500 ml	Zelená paprika	60 g
Mouka hladká	350 g	Ananas (kostky)	250 g
Škrob	80 g	Knorr Sunshine Chilli	100 ml
Prášek do pečiva	13 g	Hellmann's Kečup	100 ml
Jarní cibule	20 g	Knorr Ketjap Manis	5 ml
Olej (na smažení)	podle potřeby	Cukr	45 g
		Rýžový ocet	15 ml
		Bambus (v konzervě)	40 g
		Mrkev (nudličky)	60g
		Cibule (proužky)	40 g
		Škrob	25g
		Voda	650 ml

Příprava

- Maso nakrájené na větší kostky obalíme ve škrobu a poté namočíme do těstíčka vytvořeného smícháním vody, prášku do pečiva a mouky.
- Obalené kostky usmažíme v rozpáleném oleji do zlatova.
- Omáčku vytvoříme spojením kečupu, rýžového vína, sójové omáčky, omáčky Sunshine, vody a cukru, vše přivedeme k varu a zahustíme škrobem.
- Do omáčky vmícháme opečenou zeleninu s ananasem a bambusem.
- Při výdeji promícháme s osmaženým masem a posypeme nasekanou jarní cibulkou.

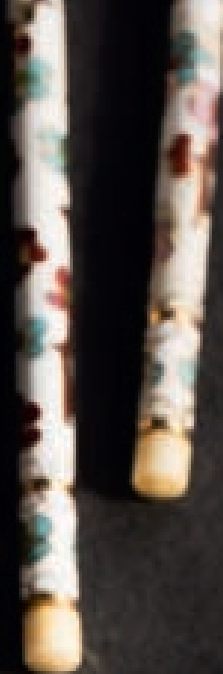
Výrobek

Sunshine Chilli – Pikantní omáčka s chilli a česnekem 1 l

- Sladko-pálivá omáčka s chilli a česnekem.
- Skvělá jako dip, aplikujte přímo z lahve nebo s dalšími ingrediencemi.
- Můžete ji vetřít na kuřecí křídla nebo žebírka a získáte tak sladko-pálivou glazuru.



NOVINKA





Pikantní vepřová žebra s Wok pečenou zeleninou

Suroviny na 10 porcí

Vepřová žebra	3,5 kg	Zelenina:	
Knorr Ketjap Manis	400 ml	Olej	150 ml
Vejce	2 ks	Česnek (drcený)	20 g
Mouka	80 g	Zázvor (drcený)	50 g
Knorr Pang Gang	250 ml	Wok Zeleninová směs (cuketa, cukrový hrášek, červená paprika, brokolice, mrkev, baby Pak Choi, baby kukuřice, cibule, fazolový lusk...)	1,5 kg
Marinovaná hořčičná semínka	30 g	Knorr Sambal Manis	45 ml
Olej nebo Rama Combi Profi	100 ml	Makadamové ořechy	50 g
Koření 5-ti vůní	1 g	Omáčka Hoisin	45 ml
Česnek (drcený)	25 g	Knorr Professional Essence Zeleninový bujón	20 ml
Koriandr	10 g	Škrob	podle potřeby

Příprava

- Nejprve opečeme česnek se zázvorem, potom přidáváme nejprve tvrdší zeleninu, postupně dále jemnější zeleninu a vše za vysoké teploty opékáme. Přidáme ořechy, omáčky a zeleninový fond. Můžeme podle uvážení zahustit škrobem namočeným ve vodě.
- Nasekaná žebírka povaříme ve vodě doměkka (cca 15–20 minut), osušíme a obalíme směsí ze sójové omáčky, vajec a mouky.
- Položíme na GN plech a pečeme v konvektomatu do hněda (můžete použít tuk Rama Combi Profi) nebo v hlubokém oleji ve wok pánvi, promícháme se zbylými ingrediencemi a podáváme se zeleninou, kterou připravíme následovně.

Výrobek

Pang Gang – Pikantní omáčka s chilli a rajčaty 1 l

- Skvěle se hodí na marinování masa určeného k pečení a grilování.
- Dodává jídlu pikantní chuť s příchutí rajčat.



Smažené těstoviny

Bami Goreng

Suroviny na 10 porcí

Krevety loupané	450 g
Kuřecí prsa	450 g
Tenké vaječné těstoviny	600 g
Pak Choi nebo čínské zelí	240 g
Červená paprika	270 g
Cibule	120 g
Rajčata	300 g
Fazolové klíčky	150 g
Tofu (krájené na kostky)	240 g
Vejce	2 ks
Knorr Sunshine Chili	450 ml
Sůl	15 g
Jarní cibulka	k ozdobení
Šalotka	k ozdobení

Příprava

- Krevety a kuřecí prsa očistěte. Kuřecí maso nakrájejte na nudličky. Těstoviny uvařte.
- Zeleninu očistěte a nakrájejte: Pak Choi/čínské zelí, papriku a cibuli na proužky, rajčata na kostky.
- Krevety a kuřecí nudličky zprudka osmažte na pánvi wok, poté přendejte stranou a ponechte v teple.
- Na pánvi wok orestujte zeleninu, fazolové klíčky, tofu, vyklepnuté vejce a těstoviny. Přidejte omáčku Sunshine Chili a sůl dle chuti.
- Orestovanou zeleninu promíchejte s krevetami a kuřecím masem.
- Hotový pokrm ozdobte jarní cibulkou a osmaženou šalotkou.

Výrobek

Sunshine Chilli – Pikantní omáčka s chilli a česnekem 1 l

- Sladko-pálivá omáčka s chilli a česnekem.
- Skvělá jako dip, aplikujte přímo z lahve nebo s dalšími ingrediencemi.
- Můžete ji vetřít na kuřecí křídla nebo žebírka a získáte tak sladko-pálivou glazuru.



NOVINKA







Kuřecí paličky marinované v pikantní sladké chilli omáčce s palicovou kukuřicí

Suroviny na 10 porcí

Kuřecí paličky/stehna	3 kg
Červený vinný ocet	40 g
Med	30 g
Knorr Sunshine Chilli	250 g
Tabasco	4 g
Rama Combi Profi	75 ml
Celá vařená kukuřice nebo baby kukuřice	1,2 kg
Máslo	100 g
Cukrový hrášek	600 g
Cukr	100 g
Rýžové nudle	300 g
Olej (na smažení)	podle potřeby

Příprava

- Kuřecí paličky omyjeme a dáme na nízký GN plech.
- V misce smícháme ostatní ingredience (vinný ocet, med, tabasco, Knorr Sunshine), můžeme lehce povolit vodou.
- 2/3 marinády promícháme s paličkama, postříkáme Rama Combi Profi a pečeme v konvektomatu při 175 °C cca 30 min, pak otočíme a dopékáme na 185 °C cca 15 min, dle velikosti paliček.
- Zbylou 1/3 marinády si necháme na potřání během pečení, při otáčení paliček nebo na finální oglazování po upečení.
- Během pečení si připravíme přílohu z kukuřice. Vařené kukuřicové klasy nakrájíme na kolečka nebo použijeme baby kukuřičky, které vložíme na máslo s cukrem, aby lehce zkaramelizovaly.
- Přidáme cukrový hrášek a společně na pánvi prohodíme.
- Při podávání doplníme o v rozpáleném oleji do křupava vysmažené rýžové nudle.

Výrobek

Rama Combi Profi 3,7 l

- Pečení a smažení v konvektomatu s Rama Combi Profi Vám zaručí:
 - jednotnou zlatavou barvu
 - maso méně nasáknuté tukem
 - dobrou šťavnatost masa



Křupavé krevety

Sambal Manis

Suroviny na 10 porcí

Krevety (30/40), bez střívka a oloupané	1,4 kg
Červená cibule, nakrájená	180 g
Česnek, hrubě posekaný	50 g
Jarní cibule, nakrájená	100 g
Celerové lístky	20 g
Zázvor, drobně nasekaný	30 g
Limetka (šťáva)	2 ks
Knorr Sambal Manis	150 ml
Cukr	5 g
Škrob	20 g
Olej	200 g

Příprava

- Všechny potřebné suroviny si nakrájíme a připravíme k ruce.
- Krevety namarinujeme v cukru a škrobu, aby byly křupavé.
- Ve wok pánvi rozpálíme olej, prudce opečeme krevety do změny jejich barvy a přendáme je stranou na kuchyňský papír.
- Do horké wok pánve vložíme ingredience v tomto pořadí: červená cibule, zázvor a česnek. Jakmile suroviny změknou, přidáme opečené krevety a Knorr omáčku Sambal Manis.
- Nakonec přidáme jarní cibuli, celerové lístky, promícháme a dochutíme limetkovou šťávou.
- Podáváme s vařenou rýží.

Výrobek

Sambal Manis – Pikantní omáčka s chilli a sójou 1 l

- Výborná na pokrmy, které se připravují na pánvi wok.
- Stačí přidat k masu, zelenině a osmažit.
- Dává jídlům orientální, sladko-pálivou chuť.







Kuřecí špíz v pikantní marinádě s kokosovým mlékem

Suroviny na 10 porcí

Kuřecí prsa, krájená na kostky	1 kg
Mletá kurkuma	7 g
Galangal nebo zázvor	40 g
Citrónová tráva (jemně nasekaná bílá část)	40 g
Mleté chilli	podle uvážení
Kokosové mléko	500 ml
Knorr Pang Gang	150 ml
Stonky citrónové trávy nebo špízy	10 ks

Příprava

- Smícháme všechny ingredience do konzistence krémové pasty.
- Kostky masa potřeme marinádou a necháme delší dobu odležet.
- Poté maso napícháme na špízy a opečeme v konvektomatu nebo grilu při 180 °C za občasného potřetí zbylou marinádou.
- Podáváme například s okurkou nebo čerstvou zeleninou a rýží.

Výrobek

Pang Gang – Pikantní omáčka s chilli a rajčaty 1 l

- Skvěle se hodí na marinování masa určeného k pečení a grilování.
- Dodává jídlu pikantní chuť s příchutí rajčat.



Jihovýchodní Asie

Thajsko, Vietnam, Indonésie, Malajsie

Celá jihovýchodní asijská kuchyně je různorodá jako celý region. Na ulicích i v restauracích se setkáte s mořskými plody i vepřovým masem, tofu i kuřetem, rýží i bagetou bánh mí.

Typické pro všechny kuchyně jihovýchodní Asie je, že nezná chody, tedy postupné přinášení jednotlivých jídel v určitém pořadí. Všechny pokrmy jsou servírovány najednou, host je má všechny před sebou a vybírá si ten pokrm, na který má chuť.

Kuchyně jihovýchodní Asie se vyznačuje velkým množstvím čerstvých bylinek, jako je koriandr, citronová tráva, galangal, kafiřové listy, citrusy, kokosové mléko, palmový cukr a také rybí omáčka.



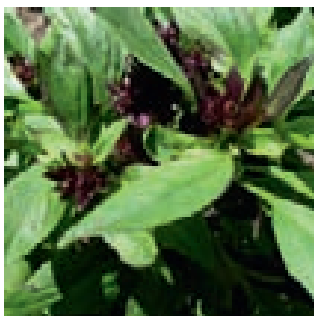
Citronová tráva (Takrai)

V Thajsku roste citronová tráva téměř jako plevel ve velkých trsech, lze ji pěstovat bez problémů i u nás. Spodní světlá část stonku se používá kromě curry past do polévek a smažených pokrmů, může se do pokrmu při vaření vložit i v celku a před podáváním jej vyndat. Použít můžeme i nasušenou citronovou travu, jen ji předem musíme nechat 30 minut máčet ve vodě, ale zato bude chutnat jako čerstvá.



Thajská bazalka

Bazalka se v pokrmech vyskytuje velmi hojně. Používají se tři druhy. *Bai Horapa* chutná lehce po anýzu a přidává se do červeného a zeleného kari, její listy připomínají mátu. *Bai Manglaek* chuťově připomíná citrony, její tenké lístečky bývají součástí polévek a salátů. Purpurové listy *Bai Grapao* pro změnu připomínají chuť hřebíčku.



Galangal (galangalový kořen)

Příbuzný zázvoru s citrusovým nádechem, jeho vůně i chuť je o dost ostřejší. K dostání je v čerstvé nebo sušené formě, sušený galangal je však nutné před vařením namočit v horké vodě. Používá se do polévek, smažených jídel a také bývá součástí oblíbených thajských curry past.



Koriandr (Pak Chee)

Jeho výrazná a pikantní chuť dodá pokrmu na čerstvosti. Používá se celá rostlina včetně semen a kořenů, vše se opraží, rozemele a poté se směs přidává do curry past. Pro zachování delší čerstvosti koriandr omyjte, osušte a vložte do plastového sáčku, takto vydrží v lednici až 6 dní.



Tamarind

Luskovité plody, jejichž dužina lze pojidat čerstvá, vařená nebo sušená. Z dužiny lze připravit také osvěžující nápoje.



Kafiřové listy a limety (Makrut)

Takzvané kafiřové limety mají tmavě zelenou kůru s hrbolky, jsou výrazně vůně a chuti. Z limet se používá nastrohaná kůra, která je bohatá na aromatické oleje. Z rostliny se dají užít kafiřové listy (celé nebo nadrcené), a to do salátů a opět curry past. Listy z kafiřových limet nám celkem dlouho vydrží, když je uložíme v plastovém sáčku do mrazáku.



Severovýchodní Asie

Korea, Čína, Japonsko

Typická čínská jídla spolu s korejskými a japonskými jsou lehká a zdravá, plná čerstvé zeleniny a mořských plodů. Nejdůležitější součástí severovýchodní asijské kuchyně je rýže, nudle, sója, tofu, zázvor, ženšen, šalotka, bambusové výhonky, sezamový olej, wasabi černé houby, sečuánský pepř. Většina pokrmů obsahuje česnek, ocet, sójovou omáčkou či pálivé papričky a jsou připravovány na oleji.

Je kladen velký důraz na estetickou úpravu pokrmů. Číňané věří, že příprava jídla nemá být jen řemeslo, ale zároveň umění. Při stolování se používají hůlky, polévky se jí lžící, obvykle porcelánovou. Některé pokrmy, např. pekingská kachna, se však jedí rukama.



Zázvor

V kuchyni se používá pouze oddénková část (kořen). Chuť zázvoru je ostrá, pálivá a výrazně pryskyřicová. Používá se zejména v čerstvém stavu. Mimo pokrmů se ze zázvoru dělají čaje, limonády a další nápoje.



Jidášovo ucho

Jeho předností je příjemná křupavost, nemá příliš výraznou chuť a vůni, což umožňuje jej přidávat do různých jídel podle vlastní fantazie, dobře poslouží také k vytvoření barevného kontrastu s ostatními složkami pokrmu. Houba se používá čerstvá či sušená. Čerstvou houbu povařte 10–20 minut a následně přidejte do pokrmu. Sušenou houbu je třeba alespoň na 1–2 hodiny namočit.



Sezamový olej

Sezam byl jedna z prvních surovin, ze které se zpracovával olej. V asijské kuchyni se používá olej z praženého sezamu, který má tmavou barvu a výrazně voní po sezamu. Má velmi výraznou chuť.



Wasabi

Tento zelený japonský kořen je neodmyslitelnou součástí většiny japonských pokrmů. Čerstvě strouhaný kořen má jasně zelenou barvu, lepkavou texturu, čerstvou vůni a štiplavou chuť. Kromě kořene lze využít i stonky, listy a květy. Stonky a listy bývají nakládány a nasekané a používají se hlavně jako příloha k zelenině a polévkám.



Sečuánský pepř

Značně ostré, až chuť otupující, aromatické koření. Pro zvýšení aroma se doporučuje tobolek celé nebo drcené opražit. Ke koření používáme jen malé dávky. V Číně si mletým opraženým sečuánským pepřem koření zelený čaj. Před použitím se doporučuje vyřadit všechna uvolněná černá semínka, která jsou velmi hořká.





NOVINKA



Sunshine Chilli – Pikantní omáčka s chilli a česnekem 1 l

- Sladko-pálivá omáčka s chilli a česnekem.
- Skvělá jako dip, aplikujte přímo z lahve nebo s dalšími ingrediencemi.
- Můžete ji vetřít na kuřecí křídla nebo žebírka a získáte tak sladko-pálivou glazuru.



Ketjap Manis – Indonéská sójová omáčka 1 l

- Sladší a hustší než klasická sójová omáčka.
- Dodává pokrmu tmavě zlatavou barvu a intenzivnější chuť.
- Výtečná jako základ pro teplé a studené omáčky a jako marináda.



Sambal Manis – Pikantní omáčka s chilli a sójou 1 l

- Výborná na pokrmy, které se připravují na pánvi wok.
- Stačí přidat k masu, zelenině a osmažit.
- Dává jídlům orientální, sladko-pálivou chuť.



Pang Gang – Pikantní omáčka s chilli a rajčaty 1 l

- Skvěle se hodí na marinování masa určeného k pečení a grilování.
- Dodává jídlu pikantní chuť s příchutí rajčat.



Essence Kuřecí bujón 1 l

- K dochucování pokrmů – napomáhá získat plnou chuť drůbežního masa.
- Tekutá forma zjednodušuje dávkování, okamžitě se rozpouští v pokrmu a výborně se spojuje s jinými surovinami.
- Velmi široké využití v teplých i studených pokrmech: vývary, polévky, rizota, fáše, nádivky, marinády, dipy, jídla z pánve.



Essence Hovězí bujón 1 l

- Autentická chuť hovězího masa ve formě koncentrovaného bujónu.
- Tekutá forma – zjednodušené dávkování a výborně se rozpouští v horkých i studených pokrmech.
- Vysoká vydatnost – více než 60 l fondu pro ochucení pokrmu.



Essence Zeleninový bujón 1 l

- K dochucování pokrmů – napomáhá získat plnou chuť zeleniny.
- Tekutá forma zjednodušuje dávkování, okamžitě se rozpouští v pokrmu a výborně se spojuje s jinými surovinami.



Essence Bujón z mořských plodů 1 l

- Bohaté složení – obsahuje koncentrovaný bujón z mořských plodů a korýšů.
- Jednoduché dávkování – tekutá forma zjednodušuje dávkování, okamžitě se rozpouští v pokrmu a výborně se spojuje s jinými ingrediencemi.
- Vhodný do studených i teplých pokrmů: polévky, omáčky, dipy, marinády...



Essence Rybí bujón 1 l

- Bohaté složení – obsahuje koncentrovaný rybí bujón.
- Jednoduché dávkování – tekutá forma usnadňuje dávkování, rozpouští se v pokrmu a výborně se spojuje s jinými ingrediencemi.
- Vhodný do studených i teplých pokrmů: polévky, omáčky, dipy, marinády...

* V souladu s legislativou

Více profesionálních
inspirací najdete
na **www.ufs.com**

UNILEVER ČR, spol. s r. o.
Rohanské nábřeží 670/17, 186 00 Praha 8
infolinka: 844 222 844
e-mail: infolinka@unilever.com
www.ufs.com

