

Moje francouzská spíž

Jsem kuchařka, která má ráda plnou spíž. Za deštivého dne se s láskou vydávám na lov svými skříňkami a hledám, co bych mohla vytvořit bez toho, abych se vypravila do obchodu. Zde je několik věcí, které mám vždy po ruce:

Tajemství č. 1

Pořádnou lahev olivového oleje: Neuplyne den, abych nesaáhla po lahvi olivového oleje – na zálivku do salátu, pečenou zeleninu, omáčku na těstoviny, restování masa, a dokonce i na pečení koláčů. Polévková lžice olivového oleje je ten nejlepší způsob, který jsem objevila, chci-li se přátelit s listovou zeleninou – povýší ji to na něco naprosto delikatesního. Víím, že dobrý olivový olej bývá ve Spojených státech drahý. V Provence jsme ale rozmazlení, stojí tu v podstatě stejně jako balená voda. Třebaže je olivový olej spojován s Itálií, nezaškodí se po něm poohlédnout i ve španělské sekci vašeho místního supermarketu.

▪ *Tip* ▪

Já kupuju olivový olej v třílitrových lahvích u místního řezníka (je to tak levnější) a odlévám si ho do menší lahve. Doporučuji mít jednu lahev výraznější-

ho ovocného extra panenského oleje na omáčky a na salátové zálivky a jednu lahev obyčejného jemnějšího olivového oleje na každodenní vaření a pečení.

ZELENÉ FAZOLKY V OLIVOVÉM OLEJI

Haricots verts à l'huile d'olive

V průběhu týdne obsahují naše jídla zpravidla jednu porci bílkovin s velkou hromadou sezonní zeleniny (zelenými fazolkami, pórkem, růžičkovou kapustou, mangoldem či špenátem) připravené s olivovým olejem. Používám metodu, při které kombinuji vaření v páře s rychlým restováním – připadá mi, že zelenina tak získá čerstvou chuť a výsledkem jsou lahodné opražené kousky, které všem moc chutnají. Zastávám názor, že tenké francouzské fazolky strčí do kapsy obyčejné zelené fazolky a vyplatí se po nich v obchodech pátrat. Jsou rychle hotové, a přesto si udrží svou charakteristickou křupavost. Pokud se rozhodnete pro silnější klasické zelené fazolky, tak je můžete ponořit na třicet vteřin do horké vody (pak je opláchnout pod studenou vodou, aby se zastavilo tepelné působení) a dále postupovat podle receptu.

750 g zelených fazolek

(extra tenkých s okrajnými špičkami, ne však příliš)

2 až 3 lžíce extra panenského olivového oleje

hrubě mletá mořská sůl

čerstvě namletý černý pepř

Postačí pro 4 osoby jako příloha. Chcete-li udělat dvojitou porci, udělejte to nadvkrát (fazolky se neopečou, pokud budou v pánvi příliš natěsno).

Okrájené fazolky v cedníku propláchněte – není třeba je sušit. Spíše je potřeba na nich trochu vody nechat, snadněji se tak v páře uvaří.

Ve velké pánvi s vyšším okrajem, kterou můžete přikrýt poklicí, zahřejte olej. Přidejte zelené fazolky a promíchejte je, aby se olejem obalily. Přikryjte a při střední teplotě zahřívejte tři minuty. Zamíchejte a posypte vydatně mořskou solí.

Smažte přikryté další čtyři až šest minut. Zhruba po třech minutách vždy promíchejte. Netrapte se, uvidíte-li, že se některé fazolky připekly – osobně je mám nejradši. Ochutnejte, abyste viděli, zda jsou fazolky měkké. Pokud nejsou, smažte je další tři minuty. Přendejte je na servírovací mísu. Ochuťte jednou či dvěma špetkami soli a pořádnou dávkou čerstvého pepře.

Podávejte teplé či při pokojové teplotě. Zbude-li něco (nepravděpodobně), dejte si je další den k obědu ozdobené velkým kusem tuňáka či ztraceným vejcem.

Malé vylepšení

Chcete-li pro své hosty vytvořit zajímavější verzi tohoto pokrmu, nahrad'te jednu lžici olivového oleje olejem z vlašských ořechů a před podáváním fazolky ozdobte trochou opražených vlašských ořechů.

▪ *Vyzkoušejte tohle* ▪

Olivový olej použijte úplně nebo alespoň částečně místo běžného rostlinného oleje při pečení vašeho oblíbeného banánového chlebičku (či cuketového nebo mrkvového koláče – prostě kdekoliv se vám zachce). Já používám olivový olej i při výrobě svého oblíbeného francouzského jogurtového koláče (viz str. 56). Nedávno jsem začala používat olivový olej i na přípravu popcornu v hrnci v troubě!

Tajemství č. 2

Hrubě mletá mořská sůl: Sůl je takový kulinářský životabudič – díky ní se chuť jednotlivých surovin zvýrazní. Žádá si ale opatrnost, což je něco, čeho se mi nikdy s mlýnkem či slánkou nepodařilo dosáhnout. Já sůl uchovávám v nádobě s víčkem na dosah sporáku, abych jí mohla, kdykoliv se mi zachce, špetku použít. Pokud na vás hrubě mletá mořská sůl působí jako zbytečná extravagance, tak se nad tím ještě zamyslete. Francouzi by vám řekli, že na maličkostech velmi záleží. A proč kupovat něco, co je upravené víc, než je nutné? Průmyslově zpracovaná stolní sůl s jódem a protispékavými látkami splní funkci, avšak nemá žádnou chuť. Krystalky mořské soli mají velmi specifický *terroir*, stejně jedinečný, jako je obsah minerálů ve vodě, ze které pocházejí. A jsou navíc krásné – jako když si ozdobíte jídlo hrstkou drobounkých diamantů. *Pozor!* Určitě si všimnete, že téměř všechny recepty v této knize (dokonce i na pečivo) uvádějí hrubou mořskou sůl. V nouzi můžete použít košer sůl, NENAHRÁZUJTE ji ale, prosím, stejným množstvím běžné kuchyňské soli (či jemně mleté mořské soli). Jedna lžička kuchyňské soli totiž ve skutečnosti obsahuje více zrněk soli než plná kuchyňská lžice hrubě mleté mořské soli!

Doplňky

Když jsem ještě v minulosti podnikala výlety do muzea v Louvru, pokaždé jsem se tam zastavila a obdivovala zdobenou zlatou nádobku na sůl vykládanou acháty, jež kdysi patřila Ludvíku XIV. (Francouzi vždy brali nádoby *velice* vážně.) Podobné malé mističky s mořskou solí Francouzi často staví na stůl místo slánky. Když jsem se provdala, maminka mé kamarádky Amandy mi poslala křišťálovou mistič-

ku na sůl i s miniaturní dřevěnou lžičkou. Možná to působí staromódně, ale konec konců co má být, já jsem staromódní děvče, takže se mi samozřejmě moc líbila. Vyklubal se z ní nakonec jeden z nejpraktičtějších dárků, které jsem dostala. Při vaření francouzských jídel používám sůl střídmě; chtějí-li si moji hosté jídlo přisolit, maličká lžička jim ukáže, kolik zrněk si na talíř přesně dají. Budete-li příště hledat nějaký dárek pro kamarádku-hostitelku, která zbožňuje jídlo, co takhle přijít s malou skleničkou exotické soli a dřevěnou miskou na sůl?

Tajemství č. 3

Lahev vinného sherry octa či červeného vinného octa: Původně jsem myslela, že tuto knihu nazvu *Francouzky nekupují salátové dressingy*. Způsob, jakým Francouzky vyrábějí salátovou zálivku, vypovídá hodně o jejich kulinařské filozofii: jednoduše namíchané kvalitní suroviny.

K tomu, abyste vyrobili dokonalý salátový dressing, potřebujete ve skutečnosti pouze tři první suroviny, které máte mít ve spíži: olivový olej, mořskou sůl a vinný ocet. Většina Francouzů, které znám, je smíchá přímo na dně salátové mísy, vloží do ní salátové listy a zlehka protřeše. Tato metoda má spoustu výhod. Když mícháte ode dna, tak jen zřídka kdy zeleninu v zálivce utopíte. Prostě třeste, dokud není salát zálivkou lehce obalen. Vše, co je navíc, zůstane na dně, takže se může stát, že bude jeden list promáčený, ale nebude to celá mísa. Můžete přidat i kapku hrubozrnné dijonské hořčice, a máte-li chuť, i stroužek drceného česneku, zdržte se ale medu či jiných sladkých přísad – Francouzi nechtějí mít ze salátu dezert.