



SARAH A JEJÍ RUMOVÉ BANÁNY



MARTHA A JEJÍ JABLĚČNÁ POLÉVKA



# Královny kuchyní



NIGELLA A JEJÍ ŘECKÉ KUŘE



FOTO: MAREK KUČERA, © ISIFA.COM

Vaření není jen doménou mužských kuchařských celebrit. Dokazují to tyto tři ženy, které se vařením proslavily jako neprofesionálky. Kuchtí jednoduše a září proto, že se dokázaly odlišit od všech ostatních. Jedna začínala jako modelka, jiná jako novinářka, další nedokončila ani střední školu. Žádné nespada sláva do klína jen tak bez práce a všechny si užily i hořkost života. Teď jsou z nich královny kuchyní.

Text: Lenka Požárová &gt;&gt;&gt;



Když dokážu vařit já,  
zvládnou to i všichni  
ostatní

## Nigella Lawsonová

vtiskla vaření i jídlu sexy náboj. Ač není žádný zajiček s bezchybnou postavou, stala se Nigella pro mnohé sexy bohyní v kuchyni. Útlý pas, široké boky, plná ňadra, výrazný obličej lemovaný kaštanovými loknami dlouhých vlasů jsou na obrazovce k nepřehlédnutí. A Nigella to ví. Svým tvarům dává ráda vyniknout ve vypasovaných svetřících.

**K**dyž krájí cibuli, jde jí to pomalu, nestačí jí pár mrštných tahů jako profesionálním kuchařům. Ale nevaříme tak my všichni normální smrtelníci? Štávu a šmrnc dodává jejímu vaření až živočišná vášeň pro jídlo. Neskutečně ráda si jídlo vychutnává a vy cítíte, že během celého vaření se vlastně těší, až jídlo konečně ochutná. Když míchá ingredience a blaženě u toho vrní, je prostě k sežrání.

Mnozí kritici jí předhazují, že spíš než její vaření sledují diváci ji samotnou. Na druhou stranu, nebylo už konečně na čase ukázat, že i žena v kuchyni může být sexy a že to nemusí nutně být těžkotonážní monstrum zabalené do beztvaré zástěry?

Nápad na psaní kuchařky prý Nigella dostala na jednom večírku, kde hostitelka ronila slzy nad svým nepovedeným dezertem. Vaření přece nemá být traumatizující činností, nýbrž zábavou! Knížky s recepty má Nigella upovídáné. Recept, kde se použijí tři ingredience, klidně rozepíše na celou stránku. Nebojí se různých

národnostních vlivů, do svého repertoáru zařadí anglickou pochoutku stejně jako vietnamskou či italskou. Připravuje jednoduchá jídla, ale i časově náročné slavnostní menu. Její kuchařky se těší oblibě, protože jsou plné tipů a přátelských rad, ne jen strohých návodů.

Nigellinou filozofií je dosáhnout maximálního požitku s minimálním úsilím. Ctí pravidlo, že v kuchyni nestráví víc času, než je nutné. Nehlásá zrovna zdravou stravu, s klidem používá třeba sádlo. Davy ale strhla tím, že ukázala, jak je vaření jednoduché. „Když to dokážu já, zvládnou to i ostatní,“ říká ráda.

Pochází z Anglie z dobře situované rodiny. Osobní život osmačtyřicetileté Nigelly Lawsonové nebyl vždy úplně idylický. Narokovinu jí zemřela matka, sestra i manžel. Po studiu jazyků začínala jako kritička knih a restaurací, byla i novinářkou na volné noze. Před deseti lety napsala svoji první, a hned úspěšnou kuchařku

How to Eat (Jak jíst). S druhou knihou How to Be a Domestic Goddess (Jak se stát domácí bohyní) vyhrála ocenění Autorka roku. Její popularita prudce stoupla v roce 2000, kdy televize odvysílala její pořad Nigella Bites. Natáčel se u ní v kuchyni a proti studiovým vysíláním byl jako svěží vítr. Jméno propůjčila i řadě kuchařských potřeb. Má web [www.nigella.com](http://www.nigella.com).

How to Eat (Jak jíst). S druhou knihou How to Be a Domestic Goddess (Jak se stát domácí bohyní) vyhrála ocenění Autorka roku. Její popularita prudce stoupla v roce 2000, kdy televize odvysílala její pořad Nigella Bites. Natáčel se u ní v kuchyni a proti studiovým vysíláním byl jako svěží vítr. Jméno propůjčila i řadě kuchařských potřeb. Má web [www.nigella.com](http://www.nigella.com).

**Její kuchařky jsou plné přátelských rad. Proto je lidé mají tak rádi.**



# řecké kuře od Nigelly

Příprava: 50 minut

počet porcí: 4

- 100g sýra feta
- 10 vypeckovaných černých oliv
- 4 kuřecí řízky po 125g
- 1 lilek
- 2 velká rajčata
- 2 stroužky česneku
- špetka soli a pepře

1. Rozdrobenou fetu promíchejte s nasekanými olivami .
2. V kuřecím mase naříznete kapsy a naplňte je směsí.
3. Lilek, rajčata a oloupaný česnek nakrájejte na plátky a vše vyskládejte do zapékací misky. Na zeleninu rozložte kuřecí kapsy a posypte solí a pepřem.
4. Pečte asi 35–40 minut při 200 °C, nebo do doby, než bude kuře hotové a zelenina měkká. >>>





Martha napsala několik kuchařek, ve kterých najdete nejen recepty, ale třeba i rady, jak uklidit domácnost. To kdyby někdo spadl z Marsu a nevěděl, že je třeba vysávat, utírat prach a mýt okna. Při čtení publikací Marthy Stewartové se nemůžu ubránit představě davu stepfordských paniček v upravené róbě a v napulírovaných domech. Pro mě trochu nudná představa...

Jedno je však jisté, sedmašedesátiletá Martha Stewartová je především úspěšnou podnikatelkou, dokáže skvěle vystihnout potřeby a využít příležitost. Ženám ukazuje, jak zazářit a být kreativní, byť mají na krku jen domácnost.

Martha se narodila v USA v polské rodině a vyrůstala pod velmi přísným vedením. Matka ji odmala učila vařit, tatínek zase zahradničit. Na studia si přivydělávala

jako modelka tak úspěšně, že se touto prací živila i poté, co vystudovala historii a architekturu. Pracovala také jako burzovní makléřka a pak rozjela ve sklepní

kuchyni svého domu catering. Na jednom večírku, který zásobovala svými delikatesami, si jejího talentu všiml šéf významného nakladatelství. Navrhl jí, aby vydala knížku se svými recepty pro různé příležitosti. Tak vznikla v roce 1982 její první kuchařka Entertaining (Pro zábavu) a stala se bestsellerem. Martha produkovala videa, CD s hudbou k večeři a řadu dalších knih o jídle, zahradničení a bydlení. Vydává svůj časopis Martha Stewart Living a stejný název nesl i její TV pořad. Své jméno propůjčila výrobkům od nádobí, povlečení přes zahradní nábytek až k barvám na stěny. Má web [www.marthastewart.com](http://www.marthastewart.com).



## Martha Stewartová

je se svým týmem bezednou studnicí nápadů a dokáže přeměnit šedivou starost o domácnost v kreativní umění. Kuchyně a vaření jsou jen jednou z jejích parket. Chrlí rady nejen co dát do hrnců a čím nakrmit rodinu, ale i co zasadit na zahrádku, jak uspořádat večírek, jak ušít dětem hračku, jak vyzdobit dům a taky jak ho hezky udržovat. Je oslavována jako královna domova. Není divu, že byla v roce 2001 prohlášena třetí nejvlivnější ženou v USA.

Pohledné energické dámy se smyslem pro humor byste tipovali o deset let méně. Je stále aktivní a majetek její společnosti se odhaduje na 638 milionů dolarů. O domácnost pečuje s jednoduchou elegancí, klade důraz nejen na přípravu jídla, ale i na jeho podávání. Na fotkách jejích receptů jsou jídla domyšlená do detailů, hraje si i s dekoracemi, které vypadají ležerně, a zároveň skvostně. Její recepty jsou spíše než módní výstřelky moderním pojetím klasiky. Často překvapuje svými nápady – například jak zajistit, aby pečivo v košíku bylo stále teplé (vložíte na dno rozehřátou hliněnou dlaždičku), jak se zbavit nepříjemného pachu z vaření (povařte plátky citronu s hřebíčkem), a tak dále.

V roce 2003 byla obviněna z investičního přestupku a odsouzena k pěti měsícům vězení a k zaplacení nemalé pokuty. Tvrdila, že je neviná. Po návratu úspěšně pokračovala v podnikání ve svém časopise i televizní show.

# jablečná polévka s kari podle Marthy

Příprava: 15 minut

počet porcí: 4

- 1 lžice másla
- 2 posekané šalotky (cibulky)
- 2 lžičky čerstvě strouhaného zázvoru
- 1 a půl lžice kari koření
- 2 jablka (granny smith), oloupaná, zbavená jádřinců a nasekaná na kostky
- 1 malá brambora, oloupaná a nakrájená na kostky
- 1 lžička soli plus na ochucení
- 3 a 3/4 hrnku kuřecího vývaru (930ml)
- 1/2 hrnku husté smetany nebo mléka (125ml)
- čerstvě mletý pepř
- zakysaná smetana na ozdobu

**1.** Rozpusťte máslo v hrnci při mírné teplotě. Přidejte šalotku a dejte jí 2 minuty, aby zesklivatěla. Přidejte zázvor, kari a míchejte 1 minutu.

**2.** Přidejte kostky jablek i brambor, sůl a kuřecí vývar. Vařte mírným varem, dokud brambory nejsou měkké (asi 12 minut). Sejměte z plotýnky a nechte trochu vychladnout.

**3.** Směs rozmixujte dohladka v mixéru. Polévku vraťte do hrnce, vmíchejte smetanu a ochuťte solí a pepřem. Prohřejte, ale nevařte. Polévku rozdělte do misek a ozdobte zakysanou smetanou. >>>

••• Pár zelených jablek udělá  
z nudné bramboračky  
hvězdu vašeho stolu



třeba špízy z tuňáka a jablek, husí pečínku s kaštanovo-kumquatovou nádivkou, fenyklový koláč či kopřivové rizotto. Ve svých restauracích často spojuje rakouskou tradiční kuchyni s moderními trendy. Podporuje použití domácích a sezonních produktů, zajímá se o původ surovin, upřednostňuje bioprodukty a angažuje se ve fondu pro chov zvířat.

Šestačtyřicetiletá Sarah vaří vášnivě ráda. K jejím divákům patří i ti, co nevaří vůbec, nebo ti, co škludlí na kvalitních potravinách. Ženy u ní prosí o autogram a muži o její ruku.

Sarah Wienerová vyrůstala ve Vídni. V šestnácti letech přerušila školu (kterou už nikdy nedokončila), aby pro-



Ráda používá domácí a sezonní produkty, upřednostňuje biopotraviny

## Sarah Wienerová

je kulinární dobrodružka bez maturity a působí trochu jako neřízená střela. Nejčastěji je k vidění v džínách a tričku a svým oblečením občas provokuje. Je rázná a s ničím se moc nemaže. Však se taky díky těmto svým vlastnostem proslavila. To když ji německá televize obsadila v roce 2004 do několikadílného dokumentu, kde zaujala svou rolí přísné hospodyně. Kdysi chtěla být herečkou, ve filmovém prostředí dlouho pracovala. Jako host pak vystupovala v mnoha TV show a v roce 2007 přišla se svým vlastním programem o vaření pod názvem Kulinární dobrodružství Sarah Wienerové. Ten vznikl ve Francii, kde se u několika restauratérů či cukrářů učila místním specialitám, které pak v televizi sama vařila. Po úspěšném odvysílání natočila pokračování a v dalším projektu se vydala zmapovat vaření a zvyklosti v Marrákeši. Napsala šest kuchařských knih, přičemž první vyšla v roce 2004 a měla jednoduchý název Kochen mit Sarah Wiener (Vaření se Sarah Wienerovou). Loni založila nadaci, která zajišťuje dětem různé exkurze a přednášky, aby získaly lepší povědomí o zdravé výživě.

Ráda se učí a zkouší nové věci. Chuť je pro ni velmi důležitá, takže jí je celkem jedno, jestli jsou potřebné suroviny moderní nebo zastaralé, levné či luxusní. Je důkladná a její recepty jsou někdy pracné. Zásadně odmítá produkty chemicky upravené, s umělým aromatem a s barvivy. „Jím všude, ve všech zemích zkouším vařit neznámá jídla, která mi chutnala. Často měním jídlo tak dlouho, dokud ho nepovažuji za perfektní. Když objevím neznámou surovinu na trhu, vyzkouším ji v mém oblíbeném receptu.“ Její filozofií je použití prvotřídních surovin. Díky cestování a poznávání různých kuchyní jsou její recepty plné nevšedních chutí. Představte si

cestovala Evropu. Vydělávala, jak se dalo. Ve Francii pásala ovce, ve Španělsku trhala pomeranče. Ve čtyřicetileté se usadila se synem v Berlíně, kde žila ze sociálních dávek.

Pak začala pracovat v restauraci svého otce a postupně se propracovala k pečení a vaření. Při jedné večeři o devatenácti chodech, kterou Sarah připravovala, ji oslovila známá herečka a nabídla jí zajištění cateringu při natáčení jejího filmu. Vařila pro známé hvězdy a v roce 1999 otevřela v Berlíně svou první restauraci Speisezimmer (Spíží). Dnes má ještě dvě další a její firma má přes sto zaměstnanců. Má stránky [www.sarahwiener.de](http://www.sarahwiener.de).

# limetkovo-rumové banány od Sarah

Příprava: 15 minut

počet porcí: 4

50g másla

nastrouhaná kůra a šťáva z 1 chemicky  
neošetřené limetky

4cl rumu

50g cukru

1/4 lžičky skořice

4 banány

kokosové vločky a limetková kůra na ozdobu

- 1.** Máslo nechte zpěnit v pánvi. Přidejte limetkovou kůru a šťávu, rum, cukr a skořici a vše nechte povařit.
- 2.** Oloupejte banány, překrojte je napříč a pak každou půlku ještě rozkrojte podélně. Přidejte je k limetkové omáčce a nechte 5 minut povařit při mírné teplotě. Přitom banány neustále polévejte omáčkou.
- 3.** Vždy čtyři kusy banánu rozdělte na talířky a polijte omáčkou. Ozdobte lehce opraženými kokosovými vločkami a limetkovou kůrou. 

