

Zamilujte si jídlo!



Navštívili jsme lidi, kteří si umějí jídlo vychutnat a od každého jsme získali pár tipů, jak to dělat taky tak. Být gurmánem je přece slast! TEXT: KRISTÝNA MAZÁNKOVÁ

LENKA POŽÁROVÁ autorka Zapálených kuchařek

Lenka Požárová vystudovala ekonomii a pak pracovala jako daňová poradkyně. Před třemi lety si uvědomila, že jí monotónní práce nebaví, a rozhodla se pro změnu. Začala psát kuchařské knihy. Sama vaří, píše recepty, sama si kuchařky vydává, vytváří i web (www.zapalena-kucharka.cz). Její kuchařky jsou vždy zaměřené na jeden druh potravin. Začalo to dýňovým speciálem a právě teď dopsal desátou kuchařku, jejímž tématem je banán. Je pro vaření tak zapálená, že by k němu přivedla snad i naši šéfredaktorku:

■ Vaření může být radostí, relaxem i zábavou (to je ale překvapení)! A hlavně je to slast, když si vychutnáváte vlastní výtvořky a chválu partnera. Je důležité, abyste měla do vaření chuť.

■ Pokud s vařením teprve začínáte, možná to několikrát nedopadne dobře,

protože si musíte všechno osahat. Věřte si! A nic si nedělejte ani z toho, že neumíte vařit podle receptů. Záleží jen na vás, zda recept použijete jen jako návod, nebo se ho budete striktně držet, nebo budete vařit bez receptu. S vlastní fantazií se vaří úžasně!

■ Experimentování – to je poznávání nových chutí, surovin a kombinací. Že je něco nemožného? Mě baví

připravit zapečenou topinku se švestkami a sýrem, protože mi to fakt chutná. Přítel mé kamarádky na tuhle pochutinu koukal nedůvěřivě, ale pak se olizoval až za ušima. Proč by nemohl existovat bramborovo-banánový krém

s kari? Z ingrediencí se dá kouzlit a překvapovat. Rozhodně neplatí, že všechno dobré už bylo vymyšleno!

■ Nesnažte se vařit z něčeho, co vám nechutná. Nenuťte se do vaření

špenátu, když je vám z něj už předem špatně. Ale zkuste si ho dát v malém množství někde jinde. Třeba když víte, že vaše kamarádka vaří skvělou špenátovku, nechte se pozvat. Často jsme získali k něčemu nechut kvůli jednomu jídlu, které bylo připravené špatně (zapomeňte už konečně na traumata ze školních jídelen). Ráda vařím pro lidi, kteří mají spoustu předsudků k různým druhům

zeleniny. Je to pro mě terapie. Pozoruju, jak nedůvěřivě ochutnávají po troškách, pak si přidávají a nevěřícně krouží hlavou nad tím, jak jim to chutná.

■ Když se budete s kamarádkami často bavit o jídle

a o receptech, když se budete zajímat o každou novinku ze světa jídla, zjistíte, že musíte vyzkoušet každý zajímavý recept, a budete pro vaření zapálená, ač to nemáte ve jméno jako já.

Receptů se nemusíte striktně držet. Můžete je použít jen jako berličku a vařit s vlastní fantazií.

„Rozhodně
si nemyslím,
že všechno
dobré už bylo
vymyšleno!“

