

Mexické recepty

Guacamole [gvakamole]

Pomazánka z avokáda, rajčat a cibule

Ingredience pro 4 osoby:

- 1 vyzrálé rajče
- 2 limetky
- 2-3 menší zralá avokáda
- jedna čtvrtina až jedna polovina nakrájené cibule
- špetka mírného chilli koření
- špetka mletého římského kmínu
- jedna polovina až jedna celá paprička, např. jalapeño, zbavená semen a nakrájená
- 2 lžíce nakrájeného koriandru



Rajče dáme do misky, přelijeme vroucí vodou, necháme půl minuty stát a prudce ochladíme. Potom je oloupeme, zbavíme semen a dužninu nakrájíme nadrobno.

Šťávu z limet vymačkáme do misky. Avokádo nakrojíme k pecce, pecku vykrotíme, slupku oloupeme, dužninu nakrájíme nadrobno a promícháme s limetovou šťávou, aby nezhnědla. Stejně zpracujeme ostatní avokáda. Nakonec je rozmačkáme vidličkou.

Přidáme nakrájenou cibuli, rajče, chilli koření, kmín, chilli papričku a polovinu čerstvého koriandru a zamícháme. Použijeme-li guacamole jako omáčku na tortillové chipsy, nesolíme je. Jinak můžeme osolit podle chuti.

Guacamole upravíme do misek, ozdobíme zbývajícím nakrájeným koriandrem a podáváme.

Tip: Guacamole se používá také jako přísada do jiných pokrmů, zejména do pokrmů s kuřecím masem nebo plody moře, na fazole i placky, jako dresink i samostatně jako salsa. Avokáda musejí být dobře vyzrálá.

Rychlá rajčatová omáčka (salsa)

Rajčatová omáčka je obvyklým jídlem chudých Mexičanů.

Ingredience pro 4 osoby:

- 400 g rajčat z konzervy včetně šťávy nebo 600 g čerstvých rajčat
- 2 lžíce rostlinného nebo olivového oleje
- 1 nakrájená cibule
- 5 nakrájených stroužků česneku
- trocha mírně ostrého chilli koření
- 350 ml zeleninového nebo kuřecího vývaru
- sůl a pepř, špetka cukru



Konzervovaná nebo čerstvá rajčata nakrájíme na kousky. Na velké pánvi rozežřejeme olej. Přidáme cibuli a česnek a smažíme, dokud nezměknou.

Přidáme rajčata, chilli koření a vývar a vaříme asi 10 minut do zhoustnutí. Chuť omáčky se tím zvýrazní.

Tip: Použijete-li čerstvá rajčata, musejí být dobře vyzrálá. Oloupejte je a odstraňte z nich semena.

Quesadillas [kesadijas]s fazolemi

Plněné pšeničné placky, náplní může být zelenina, sýr nebo maso.

Ingredience pro 4 až 6 porcí:

- 8 pšeničných tortill
- konzerva fazolí
- 200 g nastrouhaného čedaru
- 4 lžičky nadrobno nakrájeného koriandru
- 1 nadrobno nakrájená cibule
- 8 lžic rajčatové salsy



Tortilly ohřejeme na pánvi mírně vytřené tukem, aby byly ohebné.

Na každou tortillu nanese vrstvu teplých fazolí. Navrch nasypeme část nastrouhaného sýra, nakrájeného koriandru a cibule a přidáme lžičku salsy. Tortilly pevně zabalíme.

Rozehřejeme pánev s nepřilnavým povrchem. Na pánev kápneme vodu a položíme zabalené tortilly. Pánev přiklopíme pokličkou a tortilly zahříváme, dokud se sýr nerozteče. Můžeme je nechat i mírně zhnědnout.

Tortilly nakrájíme našikmo zhruba na čtvrtiny. Ihned podáváme.

Tip: Tortilly můžeme ohřát také v mikrovlnné troubě. Neohřívejte je však příliš dlouho.

Kokosový koktejl

Odvážlivci si můžou zkusit připravit kokosový koktejl, který poslouží zároveň i jako dezert.

Ingredience pro 4 až 6 porcí:

- 2 hrnky kokosového mléka (neslazeného)
- 1 hrnek limetové šťávy
- 4 hrnky džusu z tropického ovoce, například z manga, papáji...
- cukr moučka podle chuti
- drcený led
- snítky máty na ozdobu



Kokosové mléko, limetovou šťávu, džus z tropického ovoce, cukr a led důkladně promícháme. Můžeme také všechny suroviny rozmixovat. Koktejl ozdobíme snítkami máty a podáváme.

Dobrou chuť!

KDE SEŽENEME SUROVINY

Koriandr – seženeme v obchodech s asijskými potravinami nebo v obchůdkách provozovaných Vietnamci

Kukuřičná tortilla – na výrobu doma je dost složitá, hotové pšeničné tortilly se dají koupit například v Lidlu

Limetka – můžeme nahradit citrónem **Čedar** – seženeme v Lidlu (není moc drahý) **Chilli koření** – je k dostání

v supermarketu **Kokosové mléko** – prodává se v drogeriích DM, v obchodech se zdravou výživou nebo obchodech

s orientálními potravinami **Papričky jalapeños [chalapeños]** – k dostání v supermarketech, prodávají se ve skle,

nakládané jako naše okurky. Jsou pálivější než běžné české papriky, pokud je jimi nahradíme, nebude pokrm

autentický **Rajčatová salsa (rajčatová omáčka)** – se dá sehnat ve všech mexických fastfoodech s názvem „Burrito Loco“, což v češtině znamená „Bláznivý oslík“ :-).