



Jak na bešamel

Bešamel je skutečně jeden z nejdůležitějších polotovarů v kuchyni. Naučíme vás drobnými kouzly z bešamelu vytvořit omáčky a polévky.

Základní postup přípravy

bešamelu

Příprava	Vaření	Náročnost
20 minut	20 minut	2 střední

Základní recept na 1l hustého bešamelu.

7,5 dl mléka

2,5 dl smetany na vaření (12%)

4 lžičce hladké mouky

3 lžičce másla

koření (do omáček strouhaný muškátový oříšek, do polévek 1 bobkový list, 5 kuliček černého celého pepře a 2 kuličky nového koření)

sůl

Přichystáme si všechny suroviny. V rendlíku rozpustíme máslo, přisy-peme hladkou mouku a necháme ji zpěnit. Stále mícháme metličkou. Do horké mouky s máslem přilijeme studené mléko a vše dobře rozšle-háme. Přivedeme k varu, ztlumíme plamen a za častého míchání vaříme nejméně 10 minut. Dáváme pozor, aby se omáčka nepřipálila. Pokud se v omáčce vytvoří žmolky, přecedíme ji. Přilijeme smetanu, promícháme a krátce povaříme. Na závěr omáčku lehce osolíme a ochutíme kořením.

Polévky z bešamelu

■ **FRANKFURTSKÁ:** 1/2l bešamelu, 100g párku nebo klobásy, 7 dl vývaru nebo vody, 2 lžičce oleje, 2 lžičce mleté papriky, sekaná petrželka, mletý pepř, sůl

Párek či klobásu překrojíme podélně na poloviny a pak ještě příčně nakrájíme na tenké půlměsíčky. V hrnci rozeřejeme olej a nakráje-nou uzeninu na něm orestujeme. Zaprášíme ji paprikou, ihned zalijeme vývarem nebo vodou a krátce povaříme. Přidáme hotový bešamel, prošleháme, dochutíme solí a pepřem a krát-ce povaříme. Na závěr do hotové polévky vmícháme nasekanou petrželku. Polévka bude pikantní s přidáním tabasca.

■ **KULAJDA:** 1/2l bešamelu, 200g čerstvých hub, 2 středně velké brambory, 1 natvrdo uvařené vejce, 1 cibule, 1 svazek čerstvého kopru, 2 lžičce oleje, šťáva z 1/2 citronu, 5 kuliček celého pepře, 2 bobkové listy, 4 kuličky nového koření, 1 lžička kmínu, sůl
Houby očistíme, nakrájíme je na větší kousky a vložíme do hrnce. Všechno koření povaříme 10 minut v 5 dl vody a vzniklý vývar slijeme přes sítko do hrnce na houby. Brambory olou-peme, nakrájíme na kostičky o straně asi 1 cm, přidáme do hrnce k houbám a vše uvaříme doměkka. Vodu podle potřeby doléváme. Cibuli oloupeme, nakrájíme nadrobno, zesklo-vatíme ji na rozpáleném oleji a přidáme do hrnce k houbám a bramborám. Vlijeme hotový bešamel, dobře vše rozmícháme a 10 minut povaříme. Hotovou polévku dochutíme solí a citronovou šťávou, na závěr vmícháme čer-

stvě nasekaný kopr a nakrájené vařené vejce a ihned podáváme.

■ **SMETANOVÁ HOUBOVÁ:** 1/2l bešamelu, 2 dl vývaru nebo vody, 100g žampionů, 1 svazek pažitky, 2 lžičce oleje, trochu mléka (nemusí být), citronová šťáva, mletý pepř, sůl
Očištěné a omyté žampiony nakrájíme na plátky, osolíme a krátce orestujeme na oleji. Zalijeme je 2 dl vody a 15 minut povaříme. Přidáme bešamel, polévku případně ještě zjemníme mlékem, dochutíme ji citronovou šťávou, solí a pepřem a na závěr vmícháme jemně nakrájenou pažitku.

■ **ZELNÁ ČERVENÁ:** 1/2l bešamelu, 100g klobásy, 1 sterilované zelí, 1 větší brambora, 2 lžičce octa, 1 lžičce polévkového koření, 2 feferonky ptačí oko, 2 lžičce mleté sladké papriky, 2 bobkové listy, 1 lžička čerstvé majoránky, 1/2 lžičky mleté pálivé papriky, špetka kmínu, mletý pepř, sůl
Zelí propereme pod studenou vodou a pře-krájíme. Vložíme je do kastrolu, podlijeme vodou, přidáme bobkové listy a kmín a 5 minut povaříme. Brambory oškrábeme, nakrájíme na kostičky a uvaříme zvlášť ve vodě doměkka. Pak je přilijeme i s vývarem do zelí a vmíchá-me bešamel. Klobásu oloupeme a nakrájí-me na drobné kostičky. Orestujeme ji spolu s nakrájenou feferonkou na oleji, přidáme oba druhy papriky, promícháme a zalijeme ihned vodou. Paprikovou směs s klobásou vmícháme do polévky, dochutíme ji octem, pepřem a solí a na závěr přidáme čerstvou nadhrnutou majo-ránku a polévkové koření.



Tip

Bešamel je základ pro přípravu polévek a omáček.