Muškátový květ mletý

Květák v kokosové omáčce - praktický postup na 4 porce

Aroma přidejte po malých dávkách

Mace je usušený míšek kolem muškátového semene, nikoli květ stromu. Začněte ⅛ zarovnané lžičky na celou dávku. Kurkuma dodá barvu, ne stejné aroma.



Suroviny na kokosový květák

OČIŠTĚNÝ KVĚTÁK
600 g — Malé podobně velké růžičky.

CIBULE
150 g — Nasekaná na jemno.

KOKOSOVÉ MLÉKO
250 ml — Dále 100 ml vody.

KVĚT A KURKUMA
⅛ + ¼ lž. — Malé zarovnané odměrky.

Dále: 20 ml oleje, 10 g oloupaného čerstvého zázvoru, 2 stroužky česneku a 3 g soli jako výchozí dávka. Jako přílohu připravte zvlášť 200 g suché rýže podle obalu.

Zelenina má změknout, ne se rozpadnout

1 Nechte změknout cibuli

Na oleji na mírném až středním ohni nechte cibuli 6 až 8 minut změknout. Zázvor nastrouhejte, česnek jemně nakrájejte.

2 Přidejte aromata a tekutinu

Česnek a zázvor půl minuty prohřejte. Přidejte květák, promíchané kokosové mléko, vodu, kurkumu a sůl.

3 Zvolna poduste květák

Pod poklicí mírně vařte asi 10 až 15 minut podle velikosti růžiček. Podle potřeby dolijte trochu horké vody.

4 Dokončete muškátovým květem

Vmíchejte ⅛ lžičky květu a 1 až 2 minuty prohřejte. Ochutnejte a podávejte s rýží. Nejde o konkrétní regionální kormu.

Záměny a kontrolní body

Ořech místo květu	Začněte ⅛ lžičky místo květu, ne další celou dávkou navíc.
Řídká omáčka	Měkký květák vyjměte, krátce zredukujte omáčku a vraťte jej.
Převládající koření	Spojte s částí stejného základu bez koření. Cukr mace neodstraní.

Odměrka: lžička má 5 ml; osmina je objem 0,625 ml, ne pevná hmotnost v gramech. Jde o chuťový výchozí bod, nikoli univerzální bezpečnostní limit. Koření používejte v malých kuchyňských dávkách.

© 2026 Taste of Asia - Pro osobní, nekomerční použití. Kopírování a komerční využití bez písemného souhlasu je zakázáno.