

Lepková rýže: rozšířený průvodce

Jak vybrat správný druh, proč je důležité namáčení a jak napařit pružná zrna místo mokré kaše.



Co ji dělá lepkovou

Lepková rýže obsahuje vysoký podíl amylopektinu. Po napaření jsou zrna pružná a drží pohromadě, ale při správném postupu neztrácejí úplně vlastní strukturu.

Rozhodovací tabulka

Rýže	Po uvaření	Vhodné použití
Lepková rýže	Soudržná, pružná, zrna drží při sobě.	Napařování, mango sticky rice, přílohy.
Jasmínová rýže	Nadýchaná, oddělenější zrna.	Běžná příloha k omáčkám a stir-fry.
Sushi rýže	Krátké zrno, lepivá po dochucení.	Sushi a japonské rýžové pokrmy.

Co hledat na obalu

Hledejte sticky rice nebo glutinous rice. Název popisuje texturu; nejde o pšeničný lepek.

Namáčení a napařování



Kontrolní postup

Krok	Kontrolní bod
1. Ověřit druh	Hledejte sticky rice nebo glutinous rice; jasmínová ani sushi rýže nejsou náhradou.
2. Propláchnout	Oplachujte jemně, dokud odtékající voda není výrazně čistší.
3. Namočit	Několik hodin nebo podle obalu; zrna se musí hydratovat před napařováním.
4. Dobře slít	Přebytečná voda nesmí kapat do napařovací nádoby.
5. Napařovat nad vodou	Rýže se vody nedotýká. V polovině ji otočte nebo promíchejte.
6. Podávat čerstvou	Zakryjte ji, aby neosychala, a nenechávejte dlouho stát v chladu.

Proč ne vařit ve vodě

Při ponoření zrna nasají příliš vody zvenku a snadno se rozpadnou. Napařování pracuje s předem hydratovaným zrnem a udržuje pružnou strukturu.

Čtyři časté potíže

Potíž	Příčina	Náprava
Tvrdý střed	Krátké namáčení nebo napařování.	Prodloužit podle obalu a ověřit zrnko.
Mokrá kaše	Rýže byla vařená ponořená ve vodě.	Příště dobře slít a napařovat nad vodou.
Suchý povrch	Pára uniká nebo rýže čeká odkrytá.	Přikrýt a po uvaření držet v teple.
Nerovnoměrná textura	Silná vrstva bez otočení.	Rozprostřít tenčeji a v průběhu obrátit.

Servírování

Hotovou rýži zakryjte, aby neosychala. Nejlepší je krátce po dovaření; dlouhý pobyt v chladu ji zpevňuje.

Recept a pět přímých odkazů

Thajská lepkavá rýže s mangem

4 porce: 250 g lepkavé rýže, 400 ml kokosového mléka, cukr, špetka soli, dvě manga a pražený sezam. Rýži namočte, slijte, napařte a ještě horkou spojte s oslazeným kokosovým základem.



Pět přímých odkazů na e-shop

Better Brand Lepková Rýže 1 kg

Praktické balení pro domácí napařování.

[Otevřít konkrétní produkt](#)

Golden Phoenix Lepková rýže 1 kg

Alternativní lepkavá rýže pro sladká i slaná jídla.

[Otevřít konkrétní produkt](#)

Chaokoh Kokosové mléko 18% 250 ml

Kokosový základ pro mango sticky rice.

[Otevřít konkrétní produkt](#)

SWAD Mangové pyré Alphonso slazené 450 g

Mangová obměna do omáčky nebo doplnění dezertu.

[Otevřít konkrétní produkt](#)

Lotus Palmový cukr 1 Kg

Sladidlo s karamelovým tónem pro kokosovou omáčku.

[Otevřít konkrétní produkt](#)

Kontrola před napařováním

Máte skutečnou lepkavou rýži, zrna jsou dostatečně namočená a slitá a nádoba drží rýži bezpečně nad vodou.

Etiketa a skladování

Doba namáčení se liší podle výrobku. Hotovou rýži nenechávejte dlouho při pokojové teplotě.