# Pandán v kuchyni i v květináči

Listy, šťáva, extrakt a praktický výběr

### Aromatická rostlina, ne jen barva

Kulinářský pandan je Pandanus amaryllifolius, tropický druh původem z Moluk. V jihovýchodní Asii se jeho aromatické listy používají k provonění rýže, sladkostí a nápojů i jako obal při přípravě jídla.



## Čtyři podoby, čtyři různé role

| Podoba | Použití | Co ověřit |
|---|---|---|
| Celé listy | Rýže, nálev, kokosový krém a obal na jídlo. | Po přípravě vyjmout; nejde o jedlou zelenou přílohu. |
| Domácí šťáva | Těsto či dezert, který počítá s tekutinou. | Jemně přecedit a zahrnout do objemu tekutin. |
| Kupovaný extrakt či aroma | Použití podle síly a složení konkrétního výrobku. | Název extrakt sám nezaručuje kapkové dávkování. |
| Hotová směs | Custard nebo dezert podle návodu výrobce. | Obsahuje i jiné suroviny; mění cukr, hustotu a alergeny. |

**Konkrétní výrobek.** Nang Fah 400 ml má podle údajů výrobku složení pandanový extrakt 80 %, voda a barvivo E141. Není důvod považovat jej automaticky za kapkové aroma; dávku i podíl v tekutině volte podle etikety a konkrétního receptu.

Čerstvě rozmixované listy uvolňují chlorofyl. Zelená barva výrobku však nemusí pocházet jen z listů a její síla není měřítkem intenzity vůně; vždy čtěte složení.

## Pěstování v českém bytě

### Světlo a teplo

Světlé místo, teplo a ochrana před studeným průvanem; na prudké slunce zvykejte postupně.

### Vlhký, propustný substrát

Kontrolujte zeminu a odtok. Nenechávejte kořeny dlouhodobě v plné misce vody.

### Zimní režim

Při menším množství světla sledujte pomalejší vysychání; nezalévejte jen podle kalendáře.

### Množení a sklizeň

Používají se odnože či řízky. Sklízejte postupně, ne všechny listy mladé rostliny.

V zimě nedržte stejný pevný režim zálivky jako v létě. Chraňte rostlinu před chladem a nejdřív zkontrolujte substrát; hnědá špička sama neurčuje jedinou příčinu problému.

Pandán se množí odnožemi nebo stonkovými řízky. Při sklizni odebírejte jen část dobře vyvinutých vnějších listů, aby mladá rostlina mohla dál růst.

Pro vaření vybírejte potravinářské listy nebo správně určený Pandanus amaryllifolius. Označení pandan u neznámé pokojové rostliny samo nepotvrzuje, že je vhodná ke konzumaci.

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

# Použití, kokosový krém a chyby

**1. Vyberte podobu pro recept.** Rozlište celý list, přecezenou šťávu, tekutý výrobek, koncentrované aroma a hotovou směs.

**2. Přečtěte složení a návod.** U kupovaného výrobku ověřte dávku, přidaný cukr či barvivo. Sílu neodhadujte podle zelené barvy.

**3. Potravinářské listy omyjte.** Pro nálev je svažte do uzlu; pro mixování je nakrájejte. Nezaměňujte je s neurčenou pokojovou rostlinou.

**4. Šťávu přeceďte.** Listy rozmixujte s částí vody předepsané receptem a zachyťte vlákna v jemném plátně.

**5. Započítejte tekutinu.** Šťáva a řídký extrakt nahrazují část vody v receptu; nepřilévejte je bez úpravy celkového objemu.

**6. Dochucujte postupně.** Vůni rozvíjejte v celém základu a dodržte tepelný postup receptu. Neprodlužujte var jen pro sytější barvu.

**7. Celé listy odstraňte.** Po provonění vyjměte uzel i případné obaly a před podáváním zkontrolujte, že v jídle nezůstaly.

**8. Zbytek uložte podle podoby.** Čerstvou šťávu použijte brzy nebo zamrazte. U kupovaného výrobku po otevření dodržte etiketu.

## Pandanový kokosový krém · 2 menší porce

**Suroviny.** 250 ml kokosového mléka, 100 ml vody, 20 g cukru, 12 g kukuřičného škrobu, 2 omyté potravinářské listy pandanu a malá špetka soli.

1. Z vody odměřte 40 ml a rozmíchejte v ní škrob. 2. Zbylých 60 ml vody spojte s kokosovým mlékem, cukrem, solí a svázanými listy; přiveďte těsně k varu, odstavte a nechte 5 minut provonět. 3. Listy vyjměte, základ znovu zahřejte a za míchání vlijte škrobovou směs; mírně provařte 1-2 minuty do zhoustnutí. 4. Rozdělte do dvou misek, rychle zchlaďte a uložte do lednice.

Tento jednoduchý krém se připravuje z celých listů, nikoli ze směsi Lobo. Při použití tekutého extraktu upravte vodu a řiďte se návodem konkrétního výrobku; univerzální počet kapek nepředepisujeme.

## Když vůně nebo konzistence nesedí

| Problém | Co změnit | Na co dát pozor |
|---|---|---|
| Slabá vůně, výrazná barva | Posuďte složení a použitou formu. | Barvivo nezaručuje silné pandanové aroma. |
| Řídký krém nebo těsto | Započítejte přidanou šťávu do tekutiny. | Šťáva nenahrazuje koncentrovanou pastu ve stejném množství. |
| Vlákna v dezertu | Přeceďte šťávu přes jemné plátno. | Pouhé hrubé sítko nemusí stačit. |
| Příliš sladký custard | Zohledněte cukr obsažený ve směsi. | Nepřidávejte další cukr automaticky. |

Čerstvou šťávu připravujte v čistém vybavení a použijte co nejdříve; pro delší uchování ji zamrazte po malých porcích. Otevřený kupovaný výrobek uchovávejte přesně podle etikety.

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

# Pandanové výrobky a vhodný základ

Výběr odděluje tekutý pandanový výrobek, hotovou sladkou směs, kokosový základ a dvě rýže s odlišnou strukturou. Ani extrakt, ani custardová směs nejsou živá rostlina či čerstvé listy.

Lobo Thai Custard je již složená sladká směs s cukrem, škrobem a dalšími přísadami, ne čistý pandan. Obsahuje mléko, vejce a siřičitany; množství tekutiny i způsob přípravy převezměte z obalu.



### Nang Fah Extrakt z listů pandanu 400 ml

Tekutá pandanová složka s 80 % extraktu, vodou a barvivem E141. Dávku i podíl tekutiny určujte podle výrobku; nejde automaticky o kapkové aroma.

ZOBRAZIT PRODUKT



### Lobo Thai Custard s Pandan příchutí 120 g

Sladká custardová směs podle návodu na obalu, nikoli čisté aroma. Obsahuje mléko, vejce a siřičitany; nepřidávejte automaticky další cukr.

ZOBRAZIT PRODUKT



### Chaokoh Kokosové mléko 18% 250 ml

Kokosový základ pro krémy a rýžové dezerty. Jemnou pandanovou vůni doplní, ale samotné kokosové mléko pandan neobsahuje.

ZOBRAZIT PRODUKT



### Royal Tiger Jasmínová rýže 5 kg

Jasmínová rýže pro voňavou přílohu s celými listy. Vaření a množství vody přizpůsobte obalu; listy po dovaření odstraňte.

ZOBRAZIT PRODUKT



### Better Brand Lepkavá Rýže 1 kg

Lepkavá rýže pro soudržnější sladké dezerty. Není zaměnitelná s jasmínovou stejným výsledkem; namáčení a přípravu volte podle návodu.

ZOBRAZIT PRODUKT

### Před přípravou

Máte celé listy, řídký extrakt, nebo sladkou směs? Znáte složení a návod? Kolik tekutiny výrobek přidá do receptu? Na kokosový krém z druhé strany použijte listy; hotová směs Lobo má jiný postup a vlastní složení.

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