

Pšeničné nudle: rychlý tahák

Nejdřív vyberte jídlo, pak typ nudlí. Tenké kantonské do woku, silnější udon do vývaru, ramen do polévky. Přípravu vždy určete z obalu.



Rozhodovací tabulka

Typ	Jídlo	Kontrola před vařením
Kantonské	Rychlý wok	Vaječné či bezvaječné? Čtěte složení.
Udon	Vývar, jemná omáčka	Čerstvé a suché se připravují jinak.
Ramen	Polévka s vývarem	Sledujte složení a čas na balení.
Bezvaječné	Wok se zeleninou	Bez vajec neznámá bez lepku.

Pět kroků bez slepení

Krok	Co udělat
1. Čtěte obal	Rozlište suché, předvařené a čerstvé nudle; ověřte alergen.
2. Připravte zvlášť	Řiďte se teplotou a časem konkrétního výrobku.
3. Zkuste skus	Do woku mají jít pružné, ještě ne rozměklé.
4. Sced'te	Nenechávejte je stát ve vodě; jemně oddělte.
5. Dokončete	Krátce spojte s omáčkou nebo přidejte do misky s vývarem.

Ramen a udon jsou pšeničné, ale nejsou zaměnitelné. Soba bývá z pohanky nebo směsi s pšenicí: rozhoduje etiketa výrobku, ne samotný název.

Vejce, lepek a složení

Bezvaječné nudle stále mohou obsahovat pšenici a lepek. U ramen, omáček a dochucovadel vždy zkontrolujte složení a alergen konkrétního výrobku.

Wok, recept a rychlá náprava



Zeleninové nudle na způsob chow mein

2 porce: 180 g suchých pšeničných nudlí vhodných do pánve, 200 g pevného tofu, mrkev, červená paprika, 2 hrsti pak choi nebo zelí, jarní cibulka, 1-2 lžičce světlé sójové omáčky, 1 lžička cukru, olej a podle chuti zázvor. Množství omáčky upravte podle slanosti výrobku.

Postup: Nudle připravte podle obalu, scedte a nechte pružné. Tofu osušte a opečte dozlatova. Krátce opečte zeleninu, přidejte nudle, sójovou omáčku s trochou vody a tofu. Jen prohřejte a hned podávejte s cibulkou.

Když se výsledek nepovede

Potíž	Příčina a řešení
Slepené	Dlouhé stání po scezení; jemně oddělte a příště hned dokončete.
Měkké a lámavé	Předvařené příliš dlouho; zkrátte první fázi.
Tvrdý střed	Krátce dovařte s trochou tekutiny podle konkrétního typu.
Vodnatý wok	Lépe scedte a opékejte po menších dávkách.

Tři situace, tři řešení

Jídlo	Poslední krok
Wok	Vařte nudle s rezervou a krátce spojte s omáčkou.
Polévka	Nudle a vývar spojte až při servírování.
Studená miska	Uvařené nudle scedte, zchladte a promíchejte se zálivkou.

Malá pánev? Připravte dvě menší dávky, aby se nudle restovaly místo dušení.