Koriandr: svěží bylina i koření

Jak zvolit správnou část, dávku a čas přidání

Listy a semena se nezaměňují

Listy jsou svěží a citrusové, semena jsou teplejší a kořeněná. V receptu plní jinou úlohu.



Části a formy koriandru

Část nebo forma	Jak chutná	Kdy ji použít
Listy	Citrusové, svěží, citlivé na teplo.	Saláty, nudle, polévky a dokončení.
Jemné stonky	Výraznější než listy, křupavé.	Dresinky, pasty a marinády.
Kořeny	Koncentrované, pepřově zemité.	Thajské kari pasty a marinády.
Celá semena	Teplá, citrusová, lehce oříšková.	Pražení, kari, luštěniny a nálevy.
Mletý koriandr	Rychle se rozvine i vyprchá.	Kořenicí směsi, omáčky a marinády.

Pět použití a výchozí dávkování

Jídlo	Výchozí dávka	Kdy přidat
Nudle nebo wok pro 2	1 velká hrst listů	Po odstavení.
Polévka 1 l	1 hrst listů + 1 lžíce stonků	Stonky do základu, listy do misky.
Kari pro 4	1-2 lžičky mletého	Na začátku krátce do tuku.
Luštěniny pro 4	1 lžička drcených semen	Po krátkém opražení.
Marináda na 500 g	1 lžička mletého + stonky	Před marinováním.

Skladování čerstvého a sušeného

Čerstvý svazek nejprve dobře osušte. Volně jej zabalte do papírové utěrky a uložte do uzavíratelné nádoby v lednici. Semena chraňte před světlem, teplem a párou; melte je po menších dávkách.

Základní pravidlo

Listy nevařte jako koření. Semena nebo mletý koriandr naopak krátce zahřejte, aby se jejich aroma otevřelo.

Když listy chutnají mýdlově

Vnímání listů je individuální. Podávejte je bokem, začněte menším množstvím a chuť vyvažte limetou.

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

Osm kroků bez ztráty vůně

1. Zvolte správnou část. Listy dávají svěžest, semena a mletý koriandr staví teplý kořeněný základ.

2. Svazek důkladně opláchněte. Před použitím opláchněte koriandr pod tekoucí studenou vodou a dobře jej osušte.

3. Oddělte listy a stonky. Jemné stonky nasekejte do dresinku či pasty, listy ponechte na dokončení.

4. Listy krájejte až nakonec. Na vzduchu rychle vadnou a ztrácejí svěží aroma.

5. Semena krátce opražte. Na suché pánvi stačí 60-90 sekund, jen dokud nezačnou výrazně vonět.

6. Nechte je vychladnout. Teprve potom je nadrťte; vůně bude čistší a výraznější.

7. Mletý koriandr rozvoňte. V tuku mu dejte 20-30 sekund, ale nenechte ho ztmavnout.

8. Dolaďte hotové jídlo. Přidejte listy a pár kapek limety těsně před podáváním.

Nejčastější chyby a náprava

Problém	Příčina	Co udělat
Listy zvadly	Teplo nebo dlouhé stání.	Přidejte novou suchou hrst až při podávání.
Semena jsou hořká	Příliš dlouhé pražení.	Začněte znovu na nižší teplotě.
Koření je nevýrazné	Starý prášek nebo bez rozvonění.	Použijte čerstvě drcená semena a krátce je zahřejte.
Jídlo chutná mýdlově	Příliš mnoho listů pro citlivého strávníka.	Listy podávejte bokem a vyvažte limetou.
Chuť je těžká	Chybí svěží kontrast.	Přidejte listy, limetu nebo lehký bylinkový dresink.

Jak poznat správný okamžik

Listy: přidejte je dobře osušené až při podávání.
Semena: pánev odstavte, jakmile výrazně zavoní. Nechte je vychladnout a drťte až před použitím.



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