Špenátové kari s bramborami

Basmati rýže | 2-3 porce | přibližně 45 minut

Připravte si dva hrnce s pokličkami

Dále prkénko, nůž, odměrku, lžičky, vařečku a cedník. Rýži vařte souběžně s kari.



Suroviny na 2-3 porce

Surovina	Množství
Brambory	450 g, oloupané
Listový špenát	300 g čerstvého nebo mraženého před úpravou
Cibule	1 kus
Česnek	2 stroužky
Čerstvý zázvor	10 g
Mletý římský kmín	1 lžička
Mletý koriandr	1 lžička
Kurkuma	1/2 lžičky
Garam masala	1/2 lžičky
Voda nebo neslaný zeleninový vývar	250 ml, podle potřeby trochu navíc
Kokosové mléko	150 ml
Basmati rýže	180 g
Voda na rýži	podle pokynů na obalu
Olej	2 lžíce
Sůl	podle chuti a slanosti vývaru
Limetová nebo citronová šťáva	1-2 lžičky, postupně podle chuti

Použijte 300 g čerstvého listového špenátu, nebo 300 g mraženého odváženého před úpravou. Mražený připravte zvlášť podle obalu, včetně požadovaného provaření, a nechte okapat. Pouhé rozmrazení nestačí.

Rýži vaříme absorpčně pod pokličkou podle obalu a po dovaření ji necháme 10 minut dojít ve zbytkové páře mimo plotnu. Nejde o vaření v napařovacím košíku; vodu i čas přizpůsobte konkrétní basmati.

Počítejte přibližně s 15 minutami přípravy a 30 minutami vaření. Rýži připravujte souběžně s kari; mražený špenát může podle obalu vyžadovat čas navíc.

Kari směs je volitelná chuťová varianta, ne přesná náhrada čtyř koření. Místo římského kmínu, koriandru a kurkumy začněte 1 lžičkou směsi na hrnec; garam masalu dolaďte až ochutnáním. Drana Kari obsahuje sůl a hořčici, proto dosolujte opatrně a ověřte etiketu.

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

Postup v osmi krocích

1. Uvařte rýži. Basmati propláchněte a uvařte pod pokličkou s vodou a v čase podle obalu. Po dovaření odstavte a nechte 10 minut zakrytou dojít. Mezitím připravujte kari. Časovač patří až k odpočinku uvařené rýže.

2. Nakrájejte suroviny. Brambory nakrájejte na stejné kostky přibližně 2 cm, cibuli najemno. Nasekejte česnek a 10 g zázvoru. Čerstvý špenát omyjte a nechte okapat; mražený připravte zvlášť podle obalu a sceďte.

3. Připravte základ. Na 2 lžících oleje nechte cibuli 6-8 minut zesklovatět na mírném až středním ohni. Přidejte česnek a zázvor a míchejte asi minutu, bez hnědnutí.

4. Přidejte koření. Vmíchejte 1 lžičku mletého římského kmínu, 1 lžičku koriandru a 1/2 lžičky kurkumy. Krátce rozvoňte ve vlhkém základu; při vysychání přidejte lžíci vody a nenechte koření kouřit.

5. Uvařte brambory. Přidejte brambory a 250 ml vody nebo neslaného vývaru, zatím bez kokosového mléka. Vařte mírně pod pokličkou 12-15 minut. Po 12 minutách zkontrolujte nožem; pokračujte, dokud jde lehce do středu. Podle potřeby přilijte horkou vodu.

6. Vmíchejte špenát. Čerstvý špenát přidávejte po částech a za míchání vařte asi 2-4 minuty, až zavadne a je rovnoměrně tepelně upravený. Mražený, už uvařený podle obalu a okapaný, vmíchejte a důkladně prohřejte. Pro hustší tělo rozmáčkněte 1-2 kostky brambor.

7. Zjemněte omáčku. Přilijte 150 ml kokosového mléka, přidejte 1/2 lžičky garam masaly a mírně prohřívejte asi 2 minuty. Osolte podle chuti, odstavte a postupně vmíchejte 1-2 lžičky limetové nebo citronové šťávy.

8. Podávejte. Rýži po zakrytém odpočinku načechrejte vidličkou a kari naberte vedle ní. Podávejte hned; zbývající kari a rýži začněte rychle chladit odděleně podle pokynů ke skladování.

Když se konzistence nebo chuť nedaří

Problém	Příčina	Náprava
Tvrdé brambory	Kostky jsou velké nebo je málo tekutiny.	Přilijte trochu horké vody a vařte pod pokličkou.
Řídká omáčka	Špenát pustil vodu.	Vařte několik minut bez pokličky.
Plochá chuť	Chybí sůl, kyselost nebo závěrečné koření.	Upravujte po jedné složce a vždy ochutnejte.
Příliš pálivé	Bylo použito moc chilli nebo ostré směsi.	Přidejte kokosové mléko a větší objem jídla.

Uchování kari. Kari a rýži uchovávejte odděleně. Kari rozdělte do mělkých nádob, rychle zchlaďte a dejte do lednice nejpozději do 2 hodin. Ohřívejte jen porci, kterou sníte, rovnoměrně v celém objemu.

Zbylá rýže. Rýži určenou na později rychle zchlaďte v mělké nádobě a dejte do lednice ideálně do 1 hodiny. Spotřebujte do 24 hodin a ohřívejte nejvýše jednou, až je horká v celém objemu.

Kontrola při vaření. Časovač po 12 minutách pouze připomíná kontrolu brambor. Špenát přidejte až k měkkým kostkám; kyselou šťávu až po dokončení. Desetiminutový odpočinek rýže začíná po jejím dovaření.

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

Volba surovin a hotových variant

Kontrolní bod	Co rozhoduje
Stejné kostky	Brambory nakrájené přibližně na 2 cm se uvaří rovnoměrně. Příliš velké kusy zůstanou tvrdé, malé se mohou rozpadnout.
Koření bez spálení	Mletý římský kmín, koriandr a kurkumu rozvoňte krátce ve vlhkém základu. Při vysychání přidejte lžíci vody.
Špenát až nakonec	Čerstvý nechte tepelně upravit v kari. Mražený nejdřív uvařte zvlášť podle obalu a sceďte, aby omáčku zbytečně nenaředil.
Rýže musí dojít	Po dovaření ji nechte deset minut zakrytou a potom ji načechrejte vidličkou.

Domácí vaření, nebo rychlé hotové jídlo



Ashoka Špenátové kari s bramborami a rýží na páře 250g

Hotové kari včetně rýže; ohřejte podle obalu. Samostatná alternativa k domácímu vaření.

ZOBRAZIT PRODUKT



Ashoka Instantní Saag Aloo 280 g

Hotové špenátové kari s bramborami bez přílohy; rýži uvařte zvlášť.

ZOBRAZIT PRODUKT



ESSA Basmati rýže Punjab Pride 2 kg

Basmati k domácímu kari. Na 2-3 porce odvažte 180 g a řiďte se obalem.

ZOBRAZIT PRODUKT



Chaokoh Kokosové mléko 18% 250 ml

Do domácí omáčky odměřte 150 ml; zbytek uchovejte podle obalu.

ZOBRAZIT PRODUKT



Drana Kari 30 g

Volitelná chuťová varianta místo základního koření. Směs obsahuje sůl a hořčici.

ZOBRAZIT PRODUKT

První dva výrobky jsou hotová jídla: první už obsahuje rýži, Saag Aloo ji potřebuje jako přílohu. Další položky jsou suroviny a volitelné koření pro domácí vaření. Nejde o nákupní seznam všech pěti výrobků ani o přesné složení hotového jídla.

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