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.