

Zázvor podle formy a techniky



Co se mění při sušení

Čerstvý oddenek obsahuje hlavně gingeroly a svěží těkavé aroma. Sušení a zahřívání mění poměr aromatických látek a podporují vznik shogaolů. V kuchyni se proto čerstvý a mletý zázvor chovají rozdílně.

Strouhat, krájet, nebo drtit?

Strouhání uvolní šťávu a rozptýlí vlákna. Plátky jsou mírnější a lze je vyjmout. Drcení se hodí do vývarů a nálevů.

Loupat, nebo neloupat?

Mladý čistý zázvor stačí důkladně omýt. Starší ztvrdlou nebo poškozenou slupku seškrábněte lžičkou.

Plesnivé, slizké nebo výrazně seschlé části nepoužívejte. Čerstvý zázvor uchovávejte suchý a zabalený v lednici; pasty a nakládané výrobky skladujte podle etikety.

Dvě časté chyby

Zázvor nenechávejte dlouho na prudkém oleji: rychle zhořkne. Nakládaný zázvor nepřidávejte do pánve jako náhradu čerstvého; slouží hlavně jako kyselá příloha.

Rozhodovací tabulka a etiketa



Kterou formu vybrat

Stir-fry a kari**Čerstvý nebo pasta****začátek až střed vaření****Pečení a suché směsi****Mletý****vmíchat do sypkých surovin****Sushi a rýžová jídla****Nakládaný****podávat zvlášť****Rychlé dochucení****Olej****po kapkách ke konci**

Jak číst etiketu

U pasty kontrolujte podíl zázvoru a přidanou sůl, olej, kyseliny nebo konzervanty. U nakládaného zázvoru sledujte cukr, sůl, barviva a nálev. U oleje rozlišujte ochucený potravinářský olej od koncentrovaných aromatických přípravků.

Převod mezi formami berte jen jako start. Pálivost i koncentrace se liší podle výrobce, stáří a zpracování. Přidávejte postupně a zapisujte si množství, které funguje pro konkrétní recept.

Recept a pět přímých odkazů



Křupavé tofu se zázvorem

250 g tofu · zelenina · 2 lžičky zázvoru · lehká omáčka

Tofu opečte zvlášť. Zázvor přidejte až po zelenině na 20–30 sekund, aby se rozvoněl a nespálil. Omáčku krátce provařte.

Pět forem zázvoru

Zázvorová pasta

Rychlá základní forma do kari, marinád a stir-fry.

[OTEVŘÍT PRODUKT →](#)

Nakládaný zázvor bílý

Kyselá příloha k sushi a chuťový předěl.

[OTEVŘÍT PRODUKT →](#)

Mletý zázvor

Suchá koncentrovaná forma do směsí a pečení.

[OTEVŘÍT PRODUKT →](#)

Zázvorový olej

Aromatické dochucení používané po kapkách.

[OTEVŘÍT PRODUKT →](#)

Česneková pasta se zázvorem

Hotová dvojice aromatických surovin do slaných jídel.

[OTEVŘÍT PRODUKT →](#)

Produkty plní různé kuchyňské úkoly. Nezaměňujte je automaticky stejným množstvím.