

Houby shiitake do hloubky

Čerstvé, sušené, umami a bezpečná příprava



Proč chutnají jinak

Shiitake se v japonské kuchyni používají čerstvé i sušené. Sušení soustředí chuť a podporuje obsah guanylátu i glutamátu, proto má sušená houba a její nálev výraznější umami. Nálev není odpad: po jemném přecezení a provaření může doplnit dashi, polévku nebo omáčku.

Čerstvé

Pevné klobouky, prudká pánev, gril nebo smažení.

Sušené

Intenzivnější chuť; nejprve zcela rehydratovat.

Klobouky

Po změknutí krájet na plátky nebo nechat celé.

Třeně

Bývají tuhé; hodí se do vývaru a potom se odstraní.

Důležitá poznámka

- Syrové nebo nedostatečně tepelně upravené shiitake jsou spojovány se shiitake dermatitidou.
- Houby proto vždy důkladně tepelně upravte a respektujte návod na balení.

Výběr

Hledejte celé klobouky bez známek vlhkosti a řiďte se datem i pokyny výrobce.

Uložení

Sušené houby chraňte před vlhkostí, teplem a světlem v dobře uzavřeném obalu.

Od namáčení k jídlu

Kontrola textury, nálevu a výsledné chuti



Cíl	Postup	Kontrolní bod
Wok	rehydratovat, vymačkat, krájet	pružné, ne tuhé
Polévka / dashi	nálev jemně přecedit a provařit	bez písku
Dušení	vařit pomalu v ochucené tekutině	měkký střed
Nudle	houby opéct před přidáním nudlí	opečené okraje

Spolehlivý postup

- Houby krátce opláchněte a zalijte dostatkem vody.
- Nechte je stát, dokud nejsou zcela poddajné; přesný čas určuje velikost a obal.
- Nálev přecedte přes jemné sítko nebo papírový filtr.
- Odřízněte tuhé třeně, klobouky nakrájejte a důkladně tepelně upravte.

Málo chuti

Použijte část přecezeného nálevu a houby nejprve opečte.

Příliš soli

Sójovou omáčku dávkujte až po ochutnání nálevu.

Co se k shiitake hodí

Přímé odkazy k receptu a dalšímu vaření

City Aroma Houby Shiitake 85 g

Menší balení sušených hub pro vývar, omáčku i nudle.

[Otevřít produkt v e-shopu](#)

Tiandu Houby Shiitake 140 g

Větší balení sušených shiitake pro pravidelné vaření.

[Otevřít produkt v e-shopu](#)

Dek Som Boon Sojová omáčka světlá 300 ml

Lehká slaná chuť do marinády a nudlí.

[Otevřít produkt v e-shopu](#)

Oh Aik Guan Sezamový olej 150 ml

Aromatické dokončení hotového jídla.

[Otevřít produkt v e-shopu](#)

Longlife Čínské rychlé nudle 500 g

Pšeničné nudle pro rychlý recept se shiitake.

[Otevřít produkt v e-shopu](#)

Rychlá volba

- Pro čistou chuť začněte samotnými shiitake a světlou sójovou omáčkou.
- Sezamový olej patří až na závěr; malé množství stačí.
- Nudle přidejte až po rozvinutí chuti hub na pánvi.