

FOOD.

Netradiční
saláty
STR. 38

Mamince
k svátku
STR. 66

Snadné
pomazánky
STR. 34

Slovenská
ochutnávka
STR. 100

Jen
29 Kč

Bedýnky
vyzkoušeno
a navařeno
redakcí

Jarní
masa
od kuřete
po králíka



Farmářské
SPECIALITY



Hlasujte na
www.recepty.cz

foodduel

Josef Dvořák versus **Jana Vlková**

HLAVNÍMI AKTÉRY NAŠEHO KVĚTNOVÉHO DUELU NA TÉMA ŠPENÁT JSOU KULINÁRNÍ KOUČKA A EXPERTKA NA JEDLÉ KVÍTÍ JANA VLKOVÁ A KUCHARŽ Z PRAŽSKÉ RESTAURACE BARBAR JOSEF DVOŘÁK.

Připravila: **Johana Křížková**, foto: **Ondřej Košík**, dekor styling: **Markéta Zindulková**

Jarní špenátová polévka s čerstvými květy

2 porce
příprava: 30 minut

2 lžíce oleje, 1 cibule,
2 brambory, ½ kostky bujonu,
150 g listového špenátu,
200 ml sójového mléka,
1–2 kardamomy, 1 lžička
kurkumy, naklíčená řeřicha,
sůl, čerstvé květy na ozdobu
(primule, kerblík lesní, mladá
bršlice kozí noha, plicník
lékařský, kokoška pastuší
tobolka apod.), krutony
k podávání

Na oleji osmažte nasekanou cibuli, přidejte oloupané a nakrájené brambory i bujon, zalijte trochou vody a duste. Až brambory změknou, přidejte opláchnuté listy špenátu a krátce povařte. Přilijte sójové mléko, ochuťte nadrceným kardamomem a kurkumou. Tyčovým mixérem rozmixujte a osolte. Na talíři ozdobte čerstvými květy a řeřichou. Podávejte s krutony.



*Květinová
inspirace
Jany Vlkové*





*Vegetariánská
variace na
burger Josefa
Dvořáka*

Rozmarýnová focaccia se špenátovým burgerem

4 porce
příprava: 60 minut

FOCACCIA: 40 g droždí,
20 g rozmarýnu, 500 g hladké
mouky, olivový olej na potřeni

PESTO: 150 g pažitky, 50 g
parmazánu, 100 ml rostlinného
oleje, 50 g slunečnicových
semínek, sůl a pepř

BURGER: 400 g listového špenátu,
200 g sýra feta, 4 vejce, sůl
a pepř, olej na smažení

Droždí smíchejte s 500 ml vlažné vody, přidejte nasekaný rozmarýn a pomalu vmíchejte hladkou mouku. Nechte 40 minut kynout, pak vytvarujte čtyři bochánky, potřete olivovým olejem a pečte na 230 °C asi 15 minut. Než těsto vykyne, připravte si pesto: nakrájenou pažitku společně s nastrohaným parmazánem a olejem rozmixujte dohladka. Přidejte orestovaná slunečnicová semínka, sůl, pepř a mixujte asi půl minuty. Špenát spařte v osolené vroucí vodě, scedte a vymačkejte přebytečnou tekutinu. Pak ho nakrájejte, smíchejte s fetou, vejci a dochuťte solí a pepřem. Vytvarujte čtyři placky, opečte je dozlatova na pánvi a pak dopékejte v troubě na 180 °C asi 10 minut.





Josef Dvořák

Pochází z Prahy, kde také vystudoval SOU potravinářské v Písnici. Po vyučení v roce 2007 pracoval v pražské restauraci Mlýnec, pak zamířil do ciziny. Rok se věnoval přípravě studených předkrmů a dezertů v restaurantu Stockyard v irském Dublinu, v tomtéž městě pracoval i další rok v podniku Catch Twenty2, kde ke studené kuchyni přibral ještě přípravu příloh. Další čtyři roky strávil v dublinské restauraci Downstairs, která je trojnásobným držitelem Bib Gourmand Michelin. Od roku 2014 vaří v pražském Barbar Restaurantu (www.bar-bar.cz). Je novopečeným otcem dvouměsíčního syna a ve volném čase nejraději relaxuje.

Jana o Josefově burgeru:

„Špenát s fetou mám ráda, a navíc je pro mě chuť sýra s rozmarýnovou focacciou příslibem léta.“



Jana Vlková

Vystudovala ekologii a žurnalistiku, pracovala jako překladatelka z francouzštiny i novinářka. Vaření, jídlo a gastronomie ve všech podobách je její velkou vášní a totéž platí pro květiny, keře a bylinky. Zkušenosti z těchto dvou oborů se postupně spojily, a tak se Jana v současné době věnuje přednáškám a seminářům na téma jedlé květy, založila stránky www.kytkykjidlu.cz a blog kytkyjidlu.blogspot.cz. Věnuje se i kulinárnímu koučinku. Letos jí vyšla v nakladatelství Smart Press Květinová kuchařka, která obsahuje zajímavé recepty s využitím jedlých květů, informace o rostlinách kolem nás i o tom, kdy a kam na ně vyrazit, a krásné fotografie i ilustrace.

Josef o Janině polévce:

„Špenátová polévka je jarní klasika, ale obohacená o květiny dostane novou zajímavou rozměr.“

