



Vykvašené pochoutky: návrat ke kořenům gastronomie

Kvašení lidé od pradávna považovali za něco magického a božského. Nejdříve kvasili med na medovinu, potom obilí na pivo a hrozny na víno. V poslední době se svět gastronomie vrací ke kořenům.

Chleba, pivo, víno nebo jogurt mají společného jmenovatele. Vznikají díky důmyslnému procesu, na němž se podílejí miliardové armády kvasinek. Ke svému životu potřebují cukry – když je během kvašení neboli fermentace spořádají, vzniká alkohol, kyselina mléčná nebo octová a oxid uhličitý. To všechno mají lidé rádi. A v dnešní době stále víc.

Kvašení se hojně uplatňuje také u nakládání zeleniny. Zatímco v našich končinách se tak zachází především se zelím či okurkami, například na Kavkazu plní sklenice mnohem pestřejším obsahem.

V nakládané zeleninové směsi jménem torši najdeme tuřín, řepu, mrkev, cibuli, česnek, květák, zázvor a rozinky. Právě posledně zmíněná ingredience pomáhá odstartovat celý kvasný proces díky tomu, že obsahuje kmeny divokých kvasinek. Do sklenice ještě patří sůl a převařená voda. A dál? Nezbyvá než čekat – při pokojové teplotě by nakládaná zelenina měla být za týden hotová. Během fermentace je třeba nechat pootevřené víčko a také počítat s tím, že voda může občas vybublat ven. Fermentaci zastaví až lednice, ve které pak zelenina vydrží i celou zimu.

30.11.2016 - Kateřina Vašků

Upraveno, zkráceno – Mgr. Zdeňka Veselá

<https://www.stoplusjednicka.cz/vykvase-ne-pochoutky-navrat-ke-koren-um-gastronomie>