Dýňové pyré

Časová náročnost: 85 minut

Seznam přísad

1 ks	dýně Hokkaido, máslová nebo muškátová



Postup přípravy

Jak připravit dýňové pyré v troubě

Dýni omyjeme, rozkrojíme a lžící odstraníme semínka a vláknitý střed. Hokkaido nemusíme loupat, u máslové a muškátové dýně můžeme slupku odstranit před pečením, případně upečenou dužinu později jednoduše vydlabat.

Dýni nakrájíme na větší kusy, rozložíme na plech vyložený pečicím papírem a pečeme při 180 až 190 °C přibližně 30 až 45 minut podle velikosti kousků. Hotová dýně musí být úplně měkká a měla by jít snadno propíchnout vidličkou.

Necháme ji trochu zchladnout a poté rozmixujeme dohladka. Pokud jsme pekli dýni se slupkou, kterou nechceme v pyré použít, dužinu před mixováním vydlabeme.

A máme hotovo. Žádné máslo, cukr ani koření nejsou potřeba.

Proč dýni raději péct než vařit?

Dýni můžeme samozřejmě také nakrájet a uvařit doměkka ve vodě. Pro přípravu univerzálního pyré ale dáváme přednost pečení.

Při vaření dýně část vody nasákne a výsledné pyré může být řidší. Při pečení se naopak část přirozeně obsažené vody odpaří a chuť dýně se zvýrazní. Výsledkem je hustší pyré, které se lépe hodí nejen do polévek a omáček, ale především do těst, lívanců nebo moučníků.

Když je pyré příliš řídké

Jednotlivé dýně obsahují různé množství vody, takže pokaždé nemusíme získat úplně stejnou konzistenci.

Pokud je pyré příliš řídké, můžeme ho krátce zahřívat v širokém hrnci nebo pánvi a za občasného míchání nechat část vody odpařit. To se hodí zejména tehdy, pokud ho chceme použít do pečení.

Naopak velmi husté pyré můžeme při přípravě konkrétního pokrmu podle potřeby naředit trochou vody, mléka nebo vývaru.

Co všechno z dýňového pyré připravit?

Právě proto do základního pyré nepřidáváme cukr, sůl ani koření. Jednou ho totiž můžeme použít do sladkého moučníku a podruhé do večeře.

Naslano se hodí do krémových polévek, rizota, omáček na těstoviny, noků, pomazánek, hummusu nebo třeba do těsta na domácí pečivo.

Nasladko ho můžeme přidat do lívanců, vaflí, muffinů, bábovky, chlebíčku, ovesné kaše nebo nejrůznějších podzimních dezertů.

A právě v tom spočívá kouzlo obyčejného dýňového pyré. Upečeme jednu větší dýni, rozmixujeme ji a máme základ hned pro několik dalších receptů.

Jak dýňové pyré uchovat?

Hotové pyré necháme vychladnout, uložíme do uzavíratelné nádoby a dáme do lednice. Pokud víme, že ho brzy nespotřebujeme, můžeme ho zamrazit.

Velmi praktické je rozdělit pyré před zamrazením na menší porce. Až ho budeme potřebovat do polévky, kaše nebo těsta, nemusíme rozmrazovat celou zásobu.

Na sáček nebo nádobu si můžeme rovnou napsat i množství – například **250 g**. U pečení pak stačí vytáhnout přesně tolik, kolik vyžaduje recept.