

Není dýně jako dýně



Dýňová rodina je překvapivě pestrá. Jednotlivé druhy se liší chutí, konzistencí, množstvím dužiny i tím, co s nimi v kuchyni dokážeme. Jedna je perfektní na krémovou polévku, jiná na pečení, další můžeme naplnit a z jedné dokonce vykouzlíme „špagety“. Tak kterou si dnes odnesete domů?

Hokkaido: Sázka na jistotu

Chuť: jemná, nasládlá, lehce oříšková

Slupka: jedlá

Nejlepší na: polévky, pečení, rizoto, pyré, omáčky

Kdybychom měli vybrat jednu dýni pro úplného začátečníka, byla by to právě Hokkaido. Dobře se shání, má univerzální využití a především nás zbaví jedné nepříjemné práce – nemusíme ji loupat. Stačí ji dobře omýt, rozkrojit, odstranit semínka a pustit se do vaření. Slupka během tepelné úpravy změkne.

Dužina je pevnější, výrazně oranžová a příjemně nasládlá. Hodí se proto jak do slaných jídel, tak do moučnicků. Pokud tedy nevíte, kterou dýni koupit, vezměte Hokkaido. Polévkou počínaje a dýňovým chlebíčkem konče s ní téměř nemůžete šlápnout vedle.

Máslová: Jemná a krémová

Chuť: jemná, máslová, nasládlá

Slupka:

většinou odstraňujeme

Nejlepší na: pyré, omáčky, pečení, moučníky

Máslovou dýni poznáme snadno. Je světle béžová a tvarem připomíná velkou hrušku. Velkou výhodou je uspořádání uvnitř. Semínka najdeme především v širší spodní části, zatímco dlouhý „krk“ nabízí spoustu dužiny téměř bez odpadu.

Po upečení je krásně jemná a krémová, takže se výborně mixuje. Chcete-li připravit zásobu dýňového pyré, sáhněte právě po máslové. Pyré pak můžete přidávat do omáček, polévek, kaší, lívanců nebo těsta na moučníky.

Muškatová: Voňavá kráska

Chuť: nasládlá, aromatická

Slupka: tužší, zpravidla ji odstraňujeme

Nejlepší na: pečení, polévky, pyré, čatní, moučníky

Muškatové dýně mohou dorůstat úctyhodných rozměrů. Bývají zploštělé a výrazně žebrované, jejich slupka postupně získává zelené, béžové až nahnědlé odstíny. Pod ní se ukrývá výrazně oranžová dužina s příjemně sladkou chutí.

Právě díky ní funguje muškátová dýně dobře ve slaných i sladkých receptech. Pokud ji nechcete kupovat celou, můžete se v obchodech setkat i s již ukrojenými částmi větších plodů. Doma ji upečte, přidejte do polévky nebo z ní připravte pyré.

Špagetová: Dýně, která si na těstoviny nehraje jen názvem

Chuť: jemná, méně sladká

Slupka: nekonzumujeme

Nejlepší na: zapékání, omáčky a plnění

Rozkrojíte upečenou dýni, vezmete vidličku a najednou před sebou máte... špagety. Samozřejmě ne skutečné. Dužina špagetové dýně se po tepelné úpravě přirozeně rozpadá na dlouhá tenká vlákna.

Právě proto je nejlepší ji zbytečně nerozmixovat. Připravili bychom se o to nejzajímavější. Upečte ji rozpůlenou, vyškrábněte dužinu vidličkou a promíchejte například s rajčatovou omáčkou, česnekem, bylinkami a sýrem. Nebo ji naplňte a zapečte přímo ve slupce.

Delicata: Malá, ale šikovná

Chuť: nasládlá, lehce oříšková

Slupka: po upečení jedlá

Nejlepší na: pečení

Protáhlá menší dýně se světlou slupkou a zelenými či oranžovými proužky u nás není tak běžná jako

Hokkaido, ale pokud na ni narazíte, stojí za vyzkoušení. Velkou výhodou je její velikost i tenká slupka.

Dýni stačí rozkrojit, odstranit semínka, nakrájet na půlměsíčky a upéct. Výborná je jednoduše zakápnutá olejem a ochucená bylinkami, ale vyzkoušet můžete i kombinaci s trochou medu, sýrem a ořechy.

Acorn: Dýňová mistička

Chut: jemná, lehce nasládlá a oříšková

Slupka: při podávání ji můžeme ponechat

Nejlepší na: plnění a zapékání

Acorn neboli žaludová dýně dostala jméno podle svého tvaru. Je menší, výrazně žebrovaná a často tmavě zelená. A právě velikost z ní dělá perfektní dýni k plnění.

Rozpulte ji, odstraňte semínka, předpečte a naplňte například směsí obiloviny, zeleniny, hub a sýra. Každý strážník tak může dostat vlastní jedlou „misku“.

Patizon: Ano, i ten patří do rodiny

Patizon sice na první pohled klasickou dýni moc nepřipomíná, botanicky ale patří mezi tykve. Mladé patizony mají jemnou dužinu a můžeme je zpracovávat podobně jako cuketu. Starší plody mají pevnější slupku a výraznější semena.

Mladý patizon můžeme opékat, zapékat, plnit nebo obalovat. Hodí se také k nakládání.

A která tedy vyhrává?

Tady žádného absolutního vítěze nemáme. Záleží na tom, co právě plánujeme vařit.

Na polévku: Hokkaido, máslová nebo muškátová

Na pyré: máslová

Na pečení: Hokkaido, máslová nebo Delicata

Na plnění: Acorn nebo menší Hokkaido

Na sladké pečení: máslová, Hokkaido nebo muškátová

Na rychlou večeři: Hokkaido

Na kuchyňský experiment: špagetová

Pro dýňového začátečníka: Hokkaido

A co okrasné dýně?

Tady pozor. Ne každá dýně, která se na nás na podzim usmívá z dekorace, patří na talíř. **Okrasné tykve nejsou určené ke konzumaci.** Některé mohou obsahovat vyšší množství hořkých látek zvaných kukurbitaciny, které mohou způsobit zažívací potíže až otravu.

A platí důležité pravidlo i u jedlých tykví: pokud je dužina neobvykle silně hořká, nejezte ji. Hořkost může signalizovat přítomnost kukurbitacinů a tepelnou úpravou se tento problém nevyřeší. Okrasné kousky tedy

raději nechme tam, kde jim to sluší nejvíc – na podzimním stole, zápraží nebo parapetu.

Nebojte se vystřídat oranžovou klasiku

Hokkaido si svou popularitu zaslouží. Je chutná, univerzální a nemusíme ji loupat. Dýňový svět je ale mnohem pestřejší.

Až tedy příště vedle známé oranžové dýně objevíte podivnou žebrovanou, hruškovitou nebo protáhlou krasavici, zkuste jí dát šanci. Možná zjistíte, že vaše nejoblíbenější dýně vůbec není oranžová.