Muškátový oříšek v kuchyni



Oříšek, který vlastně není oříškem

Muškátový oříšek pochází z **muškátovníku vonného (*Myristica fragrans*)**, tropického stálezeleného stromu, jehož původním domovem jsou indonéské Moluky, známé také jako Ostrovy koření.

Jeho plody svým vzhledem připomínají malé meruňky. Když dozrají, puknou a odhalí semeno obalené nápadně červenou, krajkovitou vrstvou. A právě zde vznikají hned dva druhy koření.

Muškátový oříšek je usušené jádro semene, zatímco **muškátový květ se získává ze sušeného červeného míšku, který semeno obklopuje**. Přestože se mu říká květ, se skutečným květem rostliny nemá nic společného.

Obě koření mají podobné aroma, ale muškátový květ bývá obvykle jemnější a o něco méně výrazný.

Kdysi vzácnější než zlato?

Muškátový oříšek má za sebou opravdu zajímavou historii. Po staletí se získával především na několika indonéských ostrovech a do Evropy putoval po dlouhých obchodních trasách. **V 16. a 17. století patřil mezi mimořádně cenné obchodní komodity.** O kontrolu nad jeho pěstováním a obchodem soupeřili zejména Portugalci, Nizozemci a Angličané. Nizozemská Východoindická společnost se dokonce snažila získat na obchod s muškátovým oříškem monopol. Historie tohoto voňavého koření tak není jen příběhem kulinářských objevů, ale také koloniálních konfliktů a násilí.

Dnes už je muškátový oříšek běžně dostupný, přesto si díky své intenzivní vůni zachoval pověst výjimečného koření.

Kam se muškátový oříšek hodí?

Jeho chuť je **hřejivá, lehce nasládlá, kořeněná a trochu nahořklá**. Výborně se kombinuje se smetanou, mlékem, máslem, bramborami i některými druhy zeleniny.

Vyzkoušejte ho například:

- **Do bramborové kaše:** Malá špetka čerstvě nastrouhaného oříšku krásně doplní chuť másla a mléka.
- **Do bešamelové omáčky:** Patří mezi tradiční dochucovadla této omáčky, která se používá například do lasagní.
- **Ke špenátu:** Muškátový oříšek dokáže příjemně zvýraznit chuť dušeného i smetanového špenátu.
- **Do květákových a brokolicových pokrmů:** Hodí se do krémových polévek, zapékané zeleniny i zeleninového pyré.
- **K mletému masu:** Špetka může ozvláštnit domácí masové kuličky, sekanou nebo některé druhy nádivek.
- **Do sladkého pečiva:** Výborně doplní jablečné a hruškové koláče, perník nebo kořeněné sušenky.

Náš tip: Zkuste přidat maličko muškátového oříšku také do domácích sýrových těstovin. Se smetanovou omáčkou a parmazánem si skvěle rozumí.

Celý, nebo mletý?

V obchodech seženete muškátový oříšek celý i mletý. Obě varianty mají své výhody, ale pokud ho nepoužíváte příliš často, **vyplatí se koupit celý oříšek**. Ten si uchovává aroma zpravidla déle než mleté koření. Stačí ho před použitím **jemně nastrouhat na drobném struhadle**, ideálně přímo do připravovaného pokrmu.

Mletý muškátový oříšek je zase praktický při pečení nebo přípravě většího množství jídla, kdy potřebujete koření rovnoměrně rozmíchat.

Jak ho skladovat? Stejně jako ostatní sušené koření – v dobře uzavřené nádobě, v suchu, mimo světlo a

zdroje tepla.

Proč stačí opravdu jen špetka?

Muškátový oříšek má tak výraznou chuť, že i malé množství dokáže ovlivnit celý pokrm. Pokud ho přidáte příliš, může být jídlo nepříjemně nahořklé. Existuje ale ještě jeden důvod, proč s ním zacházet opatrně.

Muškátový oříšek obsahuje přírodní látku myristicin, která může při požití většího množství vyvolat otravu. Ta se může projevovat například nevolností, bušením srdce, závratěmi nebo poruchami vnímání. **V malém množství používaném při běžném vaření nepředstavuje muškátový oříšek pro většinu lidí problém.** Není však vhodné konzumovat ho po lžičkách nebo experimentovat s vysokými dávkami. Při dochucování proto začněte skutečně malou špetkou, ochutnejte a případně opatrně přidejte.

Muškátový květ: Jemnější příbuzný

Muškátový květ si zaslouží vlastní pozornost. Přestože pochází ze stejné rostliny, jeho chuť bývá **jemnější, aromatická a lehce nasládlá**. V české kuchyni se tradičně používá například do **vývarů, smetanových omáček, paštik, nádivek nebo některých uzenářských výrobků**. Výborně se hodí také k drůbežímu masu či jemným zeleninovým pokrmům.

Prodává se celý v podobě sušených kousků i mletý. Stejně jako u muškátového oříšku platí, že **méně je více**.

Tři malé triky do kuchyně

1. Bramborová kaše jako z restaurace: Do hotové kaše s máslem a horkým mlékem přidejte malou špetku čerstvě nastrouhaného muškátového oříšku. Promíchejte a ochutnejte.

2. Voňavý květák: Před pečením promíchejte růžičky květáku s olejem, česnekem, trochou soli a nepatrným množstvím muškátového oříšku.

3. Lepší sýrová omáčka: Při přípravě smetanové omáčky na těstoviny přidejte na závěr malou špetku muškátového oříšku. Jeho vůně příjemně doplní chuť sýra.

Malá rada na závěr

Muškátový oříšek nemusí být kořením, po kterém sáhnete jen při přípravě bramborové kaše nebo špenátu. **Vyzkoušejte ho také v zeleninových polévkách, sýrových omáčkách či domácím pečivu.** Uvidíte, že i nepatrné množství dokáže vytvořit zajímavou chuťovou kombinaci.