Penízovka sametonohá – vánoční houba

Tato houba prakticky roste po celý rok, zvláště pak v zimním období (říjen – únor), najdeme ji u potoků na vrbách, na pařezech listnatých stromů, ale i na živých stromech. Její rezavě žluté, až okrové kloboučky na nožičkách porostlých tmavými sametovými chloupky, je možno spatřit z dálky v bílých závějích sněhu.
Je to velice chutná jedlá houba, vhodná pro přípravu všech houbových jídel. Dle posledních průzkumů **má léčivé účinky, zvláště při cukrovce**. Pro dobu svého růstu **je nazývána „vánoční houbou“.**

Pro kuchyňské zpracování (a zvláště na Vánoce) jsou vhodné následující recepty:

Vánoční houbová polévka

300 g penízovky sametonohé, silný vývar z ½ kg kostí, 2 brambory, 200 g kořenové zeleniny, 1 cibule, 20 g másla, 20 g hladké mouky, stroužek česneku, kmín, zázvor, polévkové koření, petrželka, sůl

Do silného vařícího vývaru z kostí dáme očištěné pokrájené houby, na kostičky pokrájenou kořenovou zeleninu, očištěné překrojené brambory, celou cibuli, kmín a sůl.Vaříme do změknutí brambor. Uvařené brambory se mimo polévku rozmělní a opět vloží do polévky. Polévku zahustíme světlou jíškou z másla a hladké mouky. Vaříme dalších patnáct minut a ochutíme polévkovým kořením. Po uvaření odstraníme z polévky cibuli, přidáme utřený česnek se solí a promícháme. Podáváme zdobené petrželkou, pažitkou nebo rozsekanou řeřichou potoční, smaženou houstičkou.

Houbové lívanečky

300 gpenízovky sametonohé, 50 g másla, 3 vejce, 1,5 dcl. Mléka, sůl, mletý černý pepř, špetka prášku do pečiva, hladká mouka na lívancové těsto, tuk na smažení

Očistíme penízovky sametonohé a nakrájíme na drobné kousky, podusíme je na másle. Dále si připravíme lívancové těsto. Do tohoto těsta přidáme podušené a opepřené houby. Směs na lívance opečeme. Hotové lívanečky podáváme se zeleninovým salátem nebo s houbami naloženými v sladkokyselém nálevu.

Rybí file s vánoční houbou

500 g penízovky sametonohé, 50 g másla, 1 lžíce hrubé mouky, 4 porce zmrazeného file (kapra), 1 šálek smetany, petrželka, kopr, 1 žloutek, sůl, olej

Očištěné, nakrájené houby osmahneme na másle. Zasypeme hrubou moukou, zamícháme, přidáme smetanu, sůl, petrželku a kopr, necháme tři minuty ustát. Porce rybího file osolíme a opékáme po obou stranách na horkém oleji. Je – li rybí file (ryba), opečené do růžova, pokládáme je houbovou směsí, zalijeme rozkvedlaným žloutkem a dáme do vyhřáté trouby na dvě minuty zapéci. Podáváme s bramborovou kaší.

Jiří Mika