Podzim s vůní švestek

Vloženo: 25.10.2015 Autor: KH

Toto roční období, je zcela neodmyslitelně spjato se sezónou švestek. Tyto lahodné modré plody, jsou vítanou plodinou nejen v kuchyních mnoha hospodyněk, ale také např. při pálení slivovice.

Švestky jsou původem z Asie, ostatně jako mnoho dalších ovocných stromů. Svou oblibou, se řadí na 4. místo mezi ovocnými druhy, které se ve světě nejčastěji pěstují. Rozlišujeme několik druhů - pravé švestky, ty jsou modré a zašpičatělé, dále mirabelky, ty jsou zlatožluté, a velikostí připomínají spíše třešně, renklódy, ty mají kulatý tvar, a zbarvené jsou do zelenožluté, nebo červenomodré, až hnědé, a poslední tu máme slívy, které jsou modré kulovité. Nejznámější odrůdou jsou světle modré, až tmavě modré, ty mají až nádech fialové barvy.

Plody švestek jsou bohaté na vlákninu, vitamíny A, B, dále draslík, hořčík, vápník, sodík a fosfor, a v neposlední řadě také organické kyseliny - např. jablečnou. Už naše babičky se bez švestek v kuchyni neobešly, protože byly vždy zdraví prospěšné, pomáhají při zácpě, upravují krevní tlak, posilují nervy, zlepšují paměť, pozitivně ovlivňují látkovou výměnu, a mnoho dalších

Čerstvé nám chutnají všechny odrůdy, avšak pokud je hodláme tepelně upravovat, hodí se nejlépe ty, které mají sytě žlutou dužinu. Použít je můžeme třeba na pečení ovocných koláčů s drobenkou, nebo na ovocné omáčky, ale zejména při vaření švestkových povidel. Povidla jsou velmi oblíbená, a nejen hospodyňkami hojně vyhledávaná dobrůtka. Kdo by je nemiloval, otevřít si jen tak skleničku povidel, lžičkou nabrat pořádnou porci, a nechat tu báječnou chuť švestek rozplynout na jazyku. Správná švestková povidla se vaří bez cukru, přestože tím jejich příprava trvá déle, ale většina z nás, se v dnešní uspěchané době přiklání k té druhé možnosti, a to vařit je i s cukrem, a tím ušetřit spoustu času.

Na našich stránkách najdete spoustu dalších zajímavých receptů se švestkami, a jestli jste jejich příznivcem, jistě některý z nich vyzkoušejte, nebudete litovat.

Naleznete je například zde:

http://www.senzarecepty.cz/stranky/slovnik-pojmu.html?ingrediences=svestky

Dobrou chuť Vám přeje

http://WWW.SENZARECEPTY.CZ.

Zdroj obrázků: freepik.com