

Dýňová sezóna v plném proudu

Vloženo: 17.10.2022 Admin



Ač ještě před několika lety se dýně v české kuchyni moc nevyskytovala. V posledních letech se dostává více a více do povědomí českých hospodyněk.

Nepoužívá se jen na okrasu nebo jako halloweenská výzdoba, ale výborné jsou z ní polévky, buchty, koláče, rizota a jiná jídla.



Původ

Dýně má svůj původ v Latinské Americe. Do Evropy se dostala až koncem 15. století díky španělským kolumbovským plavbám.

Dýně obsahuje z 90% vodu a důležité minerální látky(hořčík, draslík, železo, sodík), vitaminy C, E, alfa a beta karoten, který ji propůjčuje oranžovou barvu.

Známe několik druhů dýní:

Hokkaidó

Asi nejznámější a nejpoužívanější typ dýně. Má sytě oranžovou barvu. Oproti ostatním typům dýní se nemusí loupat a po vybrání semínek ji můžeme nařezat na části a zpracovat.

Tato dýně se výborně hodí do pečených, vařených a dušených pokrmů.

Má nasládlou chuť.



Máslová dýně

vzhledem ke své měkké, máslovité konzistenci je skvělá do sladkých jídel, náplní, cheesecaků, do sladkého pečiva a do džemů. Její výhodou je velmi rychlá příprava.



Muškatová dýně

je krásně voňavy typ dýně vhodný do polévek, do asijských jídel a do kompotů.



Špagetová dýně

poznáte ji podle typického žihání na slupce. Jedná se o jednu z nejlahodnějších typů dýní.

Svůj název nezískala díky nějakému spojení s Itálií (pěstuje se v USA), ale díky své vlastnosti, kterou má při tepelné úpravě a to, že se rozpadá na vlákna, která vypadají jako špagety.

Zdroj obrázků: sxc.hu