

# Cestoviny :)

## O cestovinách

Priemyselná výroba cestovín je veľmi vítaná, pretože ušetrí gazdinkám pomerne dosť času, ale tak ako jedlá z čerstvých potravín sú tie najlepšie, tak i domáce čerstvé cestoviny nenahradie tie sušené z obchodu.

**Na domácu prípravu cestovín používame** hrubú múku alebo polohrubú, vajcia, soľ a vodu.

Cestoviny zavárame do polievok a sú základom zapekaných cestovín, ktoré kombinujeme s údeninami, so zeleninou, s vajcami a hubami. Uvarené alebo udusené cestoviny môžu byť aj vhodnou prílohou k mäsu.

Medzi priemyselne vyrobené cestoviny patria: **rezance, kolienka, makaróny, špagety a iné cestoviny**. Doma pripravujeme najčastejšie **rezance, fliačky** a drobné **závarky do polievok**, ktoré po oschnutí varíme.

## Varenie cestovín

Cestoviny varíme v dostatočnom množstve vriacej osolenej vody, v ktorej musia voľne plávať. Ak ich varíme v malom množstve vody, polepia sa. Var má byť po celý čas varenia rovnomerný. Dĺžka varenia závisí od druhu a veľkosti cestoviny. Priemyselne vyrobené cestoviny treba variť dlhšie ako tie, ktoré sú urobené doma. Uvarené cestoviny treba scediť, prepláchnuť horúcou vodou a pomastiť, aby sa nezlepili. Varením sa hmotnosť cestovín zdvojnásobí.

## Postup varenia cestovín

Aby boli cestoviny uvarené „al dente, teda „na zub“ vyskúšajte tento postup:

- na 100 g cestovín dajte do veľkého hrnca asi 1 l vody a privedte do varu,
- na 1 liter vody pridajte 1 polievkovú lyžicu soli. Keď voda prudko vrie, prisypte cestoviny,
- pri varení cestoviny občas premiešajte, aby sa nezlepili,
- dávajte pozor na čas varenia uvedený na obale a vyskúšajte či sú cestoviny správne uvarené,
- cestoviny ihneď premiešajte s omáčkou alebo polejte maslom.

## Cestoviny - názvy (aj talianske)

**Krátke rúrky (penne rigate)** - tieto krátke ryhované rúrky sú vynikajúce, keď ich pripravíte na pikantný spôsob. Vyskúšajte ich napríklad s čili omáčkou alebo korenistou smotanovou omáčkou.

**„Anjelské vlasy“ (Capelli d'Angelo)** - veľmi sa podobajú našim niťovkám. Tenké „anjelské vlasy“ sa dajú pekne natočiť na vidličku. Hodia sa aj k jemným paradajkovým omáčkam.

**Eliche** - tieto skrutkovité cestoviny sa vynikajúco hodia do omáčok a dresingov alebo ako šalát so zeleninou.

**Gramigna** - tieto cestoviny sú vhodné do zeleninovej alebo kuracej polievky. Sladký variant: pridajte ich do mliečnej polievky aj s trochou medu.

**Malé kolienka** - často obsahujú vajcia, vďaka ktorým majú svoju zlatožltú farbu. Sú vhodnou prísadou do polievok či zeleninových omáčok, v ktorých sa rovnako môžu variť.

**Malé rúrky** - sesterská cestovina penne rigate - lenže s hladkým povrchom. Výborne chutí so smotanovými omáčkami. Tieto makaróny sa najlepšie pripravujú na panvici.

**Rúrky (rigatoni)** - sú to krátke cestovinové rúrky s ryhovaným povrchom. Majú väčší priemer ako penne a rovnako zrezané konce. Podávajú sa s omáčkou z mletého mäsa a syra, zapekaním sa sfarbia do zlatista.

**Plnené „knedličky“ (ravioli)** - pripravujú sa s rafinovanou plnkou a chutia dobre suché aj v šaláte. Sú vhodnou prísadou do polievok či zeleninových omáčok, v ktorých sa rovno môžu aj variť. Vynikajúco chutia zaliate paradajkovou omáčkou.

**Dlhé rezance (tagliatelle)** - kto rád vytvára z cestovín rôzne kreácie, pre toho sú vhodné dlhé rezance. Ich výhodou je, že sú raz-dva uvarené, dajú sa tvarovať a nakoniec zapieť v rúre. Predávajú sa skrútené v tvare hniezd.

**Špirálky (fusilli)** - vretienka či špirálky – vyzerajú ako vývrtky a vďaka ich tvaru sa na nich dobre držia krémové omáčky. Tieto cestoviny, ktoré pochádzajú z južného Talianska, sú výborné aj s bolonskou omáčkou.

**Kolieska (rotelle)** - cestoviny, ktorých tvar pripomína kolesá voza, sa predávajú v rôznych veľkostiach. Zafarbia sa vďaka špenátu, červenej repe a paradajkám. Servirujú sa s bohatou zeleninovou alebo mäsovou prílohou.

Môžeme ich použiť aj ako závarku do polievok.

**Spaccatelle** - vďaka zahnutým cestovinám budú jedlá, ktoré pripravíte, omnoho zaujímavejšie. Výborne chutia namočené v korenistej syrovej omáčke alebo opečené na masle a s bylinkami.

**Mašličky (farfalle)** - tieto cestoviny, ktoré vyzerajú ako motýliky, sú vhodné do šalátov a spestria každý tanier. Vyskúšajte ich podávať s omáčkami, ktoré obsahujú aj kúsky mäsa alebo zeleniny. Maličké verzie, tzv. farfalline, môžete použiť aj ako závarku do polievok.

**Fettuccine** - ploché cestovinové pásy chutia výborne s hubovými omáčkami.

**Minicestovinky (pastina)** - rôzne tvary minicestovínok sú vhodné do polievok. Vďaka ich malej veľkosti získate úplne iný dojem chuti. Z cestovín hviezdikového tvaru majú radosť najmä deti.

**Sedanini** - majú podlhovastý tvar a vhodný povrch na naplnenie omáčkou - sú ideálne ako hlavné jedlo.

**Shipli** - s touto cestovinou získajú dobrú chuť rolády, guláš alebo fašírky.

**Malé „ušká“ (orecchiette)** - malé „ušká“ sú potešením pre labužnícky zrak a hodia sa ako predjedlo, napríklad s údeným lososom.

**Malloreddus** - svojím vzhľadom pripomínajú mušličky. Vyskúšajte tieto cestoviny s paradajkovou alebo slaninovou omáčkou.

**Penne lisce** - tieto makaróny sa pripravujú na panvici a ako ragú sa šikmo nakrájajú.

**Kolienka** - vhodné ako príloha. V posledných piatich minútach varenia k nim môžete pridať mrazený hrášok.

**Špagety (spaghetti)** - najbežnejší spôsob prípravy cestovín poznáme klasicky s paradajkovou omáčkou či kečupom, resp. s mäsovou omáčkou. Nesmie chýbať postrúhaný tvrdý syr, najlepšie parmezán.

### **Cestoviny a omáčky**

K ľahším a jemnejším druhom cestovín sa hodia ľahšie omáčky. K väčším a zrnitejším cestovinám najlepšie chutia omáčky s kúskami mäsa alebo zeleniny.

**Tenké špagety** - ľahké omáčky.

**Mušličky (conchiglie)** - syrové omáčky, mušličky sú výborné aj do polievok.

**Dlhé rezance (tagliatelle)** - smotanové a paradajkové šťavy.

**Vretienka (fusilli)**, plnené pirôžky (ravioli), špirálky (rotelle) - omáčky s kúskami mäsa alebo zeleniny, paradajkové omáčky.

**Makaróny, rúrky (ziti a penne)** - mäsové a syrové omáčky.

**Plnené „knedličky“ (tortellini)** - paradajkové omáčky.