

PETRA RUBÁŠOVÁ

# DOMÁCÍ LEVANDULOVÁ KUCHAŘKA



+ rady pro pěstování a návody  
na výrobky z levandule

**C** PRESS

# Domáci levandulová kuchařka

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na  
[www.cpress.cz](http://www.cpress.cz)  
[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)



**Petra Rubášová**  
**Domáci levandulová kuchařka – e-kniha**  
Copyright © Albatros Media a. s., 2019

Všechna práva vyhrazena.  
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu majitelů práv.

**ALBATROS**  **MEDIA**

# OBSAH

|  |    |
|--|----|
| Levandulová kuchařka?                      | 8  |
| Pěstujeme levanduli                        | 12 |
| Vybíráme levanduli (kultivary)             | 12 |
| Vysazujeme levanduli                       | 23 |
| Pečujeme o levanduli                       | 44 |
| Sbíráme levanduli                          | 46 |
| Sušíme levanduli                           | 48 |
| Uskladňujeme levanduli                     | 50 |
| Levandule v kosmetice                      | 54 |
| Domácí olej z čerstvé levandule            | 55 |
| Domácí olej ze sušené levandule            | 57 |
| Domácí balzám na rty s medem a levandulí   | 57 |
| Domácí levandulová mast                    | 57 |
| Domácí levandulové mýdlo (z mýdlové hmoty) | 58 |
| Levandulová koupelová sůl                  | 58 |
| Domácí repelent                            | 60 |
| Repelent z Alpy, hřebíčku a levandule      | 61 |
| Levandulové dekorace                       | 62 |
| Levandulové dopisní papíry                 | 63 |
| Levandulové paličky do šatníku či do auta  | 64 |
| Levandulové polštářky                      | 65 |
| Nahřívací polštářky s levandulí            | 66 |
| Levandulové podšálky                       | 67 |
| Levandulový věneček zaplétaný              | 67 |
| Levandulový věneček drátkovaný bez korpusu | 68 |
| Levandulová povřísla na zatápnění          | 68 |
| Levandulové věnce                          | 69 |
| Levandule jako šamanský svazek             | 69 |

## Levandule v kuchyni 70

|   |    |
|---|----|
| Levandulová sůl                                 | 72 |
| Levandulový cukr                                | 72 |
| Levandulový ocet                                | 73 |
| Levandulový stolní olej                         | 74 |
| Levandulové máslo                               | 74 |
| Levandulové máslo s česnekem                    | 74 |
| Levandulové máslo s medem                       | 75 |
| Levandulové máslo s bylinkami                   | 75 |
| Levandulové máslo s ořechy                      | 75 |
| Provensálské koření                             | 75 |
| Levandule v historických kuchařkách a řemeslech | 76 |

## Levandulové recepty 77

|  |    |
|--|----|
| Levandulový sirup nevařený                         | 78 |
| Levandulový sirup vařený                           | 78 |
| Levandulová limonáda s ibiškovým květem            | 79 |
| Okurková limonáda s levandulí                      | 79 |
| Studený čaj s broskvemi a levandulí                | 79 |
| Meruňkové smoothie s levandulí                     | 80 |
| Banánové smoothie s levandulí                      | 80 |
| Levandulové mandlové mléko                         | 80 |
| Mirabelkový džem s levandulí                       | 81 |
| Švestkový džem s levandulí                         | 82 |
| Broskvový sorbet s levandulí                       | 84 |
| Pomerančový sorbet s levandulí                     | 84 |
| Králík s bylinkami a levandulí                     | 84 |
| Topinka s kuřecími játry a levandulí               | 84 |
| Kuřecí stehna s levandulí                          | 85 |
| Grilovaný losos s levandulí                        | 88 |
| Zapečená kuřecí prsa s brambory, sýrem a levandulí | 88 |
| Vepřová panenka s levandulovým přelivem            | 89 |

|  |     |
|--|-----|
| Kachní paštika s levandulí   | 89  |
| Kachní prsa na pomerančích, s medovou mrkví a levandulí                  | 89  |
| Játrové knedlíčky s levandulí  | 92  |
| Šátečky z listového těsta plněné mletým masem a levandulí                | 92  |
| Vepřové karé s houskovým levandulovým knedlíkem a červeným zelím         | 93  |
| Kapr s levandulí   | 94  |
| Těstovinová hnízda se sardelkami, rajčátky, listovým salátem a levandulí | 95  |
| Špíz z krevet na levandulové jehle                                       | 95  |
| Jednohubky s vůní levandule z jehněčího mletého masa                     | 98  |
| Jehněčí kolínko na rajčatech   | 98  |
| Jehněčí kýta na červeném víně  | 98  |
| Domácí dušená šunka s bylinkami  | 99  |
| Fazolová polévka s mušlemi   | 100 |
| Rybí burger  | 100 |
| Polévka s chorizem   | 101 |
| Krokety s rybím masem  | 101 |
| Sušená vepřová panenka   | 102 |
| Pečená dýně se schwarzwaldskou šunkou a slaninou                         | 105 |
| Hrnková bábovka s levandulí a citronovou polevou                         | 105 |
| Levandulové sušenky  | 108 |
| Hruškový koláč s levandulí   | 109 |
| Domácí levandulové koblížky  | 110 |
| Mandlové koláčky s meruňkami a levandulí                                 | 110 |
| Nepečené meruňkové cukroví s levandulí                                   | 111 |
| Pomerančový koláč s levandulí  | 111 |
| Sandokanovy oči  | 114 |
| Levandulové tyčinky k vínu a pivu  | 115 |
| Chléb s ovesnými vločkami a levandulí                                    | 116 |
| Párty pletýnky na špejli s levandulí                                     | 116 |
| Pivní preclíky   | 117 |
| Císařský trhanec (Kaiserschmarrn) s meruňkovým džemem a levandulí        | 117 |
| Panna cotta s jahodami a levandulí                                       | 118 |
| Mandlový pudink s levandulí  | 118 |
| Zapékané broskve s levandulí   | 118 |

|  |     |
|--|-----|
| Vaječný likér s pikaem a levandulí                                     | 119 |
| Levandulové čokoládové pralinky s kandovaným pomerančem                | 120 |
| Levandulový krém s mascarpone  | 120 |
| Dezert z hořké čokolády  | 121 |
| Levandulový rýžový nákyp s meruňkami                                   | 124 |
| Sněhové pusinky s levandulí  | 124 |
| Čokoládové řezy s kokosovo-levandulovým kabátkem                       | 125 |
| Čokoládové karamelky s levandulí                                       | 128 |
| Sladká pomazánka s vaječným likérem                                    | 129 |
| Švestková povidla v čokoládě   | 129 |
| Levandulové fritátové nudle  | 129 |
| Dušené zelí s levandulí  | 130 |
| Cuketové rolky s lučinou a levandulí                                   | 130 |
| Zelené palačinky s čerstvým sýrem, sedmikráskami a levandulovými květy | 130 |
| Cibulový koláč s kozím sýrem a levandulí                               | 131 |
| Domácí konfitovaná cibule s levandulí                                  | 132 |
| Rýžové těstoviny s fazolemi a levandulí                                | 132 |
| Chřest s vinnou zálivkou   | 132 |
| Pražené mandle   | 133 |
| Domácí granola s levandulí   | 133 |
| Pečená rajčata   | 136 |
| Dušená mrkev   | 136 |
| Dýně Hokkaidó s cizrnou a levandulí                                    | 137 |
| Kapsičky z listového těsta plněné bramborovou nádivkou                 | 137 |
| Ajvar s levandulí  | 140 |
| Paprikový semafor  | 140 |

O autorce

144



XII.



# LEVANDULOVÁ KUCHAŘKA?

Levandule v kuchyni? A co s ní budeme dělat? Levandule je k jídlu? A jakou má vlastně chuť? To jsou asi první otázky, které kuchaře (kuchařku) napadnou, když někdo přinese nebo doporučí levanduli do pokrmů. Pro většinu z nás je levandule spojena více s vůní než s chutí a představa levandule se jako první zaměří na vjemy zrakové - to je přece ta krásná modrá, fialová, modrofialová kytička - a čichové - aha, to je ta vůně, kterou znám od babičky z parfému, jako vzpomínku z nádherné letní dovolené v Provence, ne, počkejte, to je vůně, kterou máme ve skříni a tak dále. Ano, to je ta příjemná vůně, kterou mám tak rád(a) v koupelové pěně, ve sprchovém gelu, v krému na ruce. Ale chuť?

Levanduli bychom „na první dobrou“ přiřadili jemnou a sladkou chuť. Kytička s něžnými kvítky, co voní, přece nemůže chutnat jinak. Ano, přece jsme už slyšeli něco o levandulových sušenkách, taky někdo ze známých dělal levandulovou bábovku, a dokonce nám ji vychvaloval. Tak to nejspíš bude sladké nebo nasládlé.



V tomto případě levandule trochu „klame tělem“. Ač se tomu těžko věří, levandule má nahořklou nebo hořkokyselou chuť, která může trošku připomínat rozmarýn. Její silné aroma, zvláště u některých odrůd, leckomu připomíná kafr.

Vaření s levandulí vyžaduje špetku odvahy, chuť zkoušet nové věci, cit pro přiměřenost a dostatečnou míru trpělivosti. Pokud rádi experimentujete, do pokrmů přidejte levanduli postupně a začněte s malými dávkami, abyste místo příjemného překvapení pro rodinu či hosty nepředložili sice aromatické, ale obtížně konzumovatelné jídlo či nápoj. Nadměru slušní hosté, kteří nechtějí hostitelku urazit a nechat nedojedené kousky na talíři, by si tak mohli utírat zpocená čela a urychleně se loučit s nepředstíranými slzami v očích a dlouhotrvající hořkostí v ústech. Levandule je potvůrka: když jí použijeme „tak akorát“, dokáže pokrm příjemně aromatizovat. V nepřiměřeném množství ho ale také může změnit ve výrazně nahořklý až hořký.

V této knize najdete podrobný návod, jak pěstovat, sklízet a uchovávat levanduli, recepty na využití levandule v kuchyni, v domácí kosmetice a pár nápadů na levandulové dekorace do domu.

Přeji příjemné počtení

Autorka







*Autorka v levandulovém poli*

# PĚSTUJEME LEVANDULI



## VYBÍRÁME LEVANDULI (KULTIVARY)

Orientovat se v kultivarech levandule není jednoduché. Zahradnické firmy a šlechtitelské společnosti produkují stále nové tvarově a barevně dokonalejší kultivary, důraz se však klade i na odolnost a také mrazuvzdornost. Na našem trhu v současnosti najdete desítky různých kultivarů, výpěstků místních zahradnictví či velkých levandulových farem doplněných dalšími, mnohdy na soutěžích oceněnými kultivary z dovozu. Výčet kultivarů uvedených níže není pochopitelně úplný, ale poskytne alespoň určitou orientaci; při výběru velikosti či barvy zároveň pomůže s vyhledáním podobného kultivaru, pokud ten zvolený právě není dostupný.

*Při výběru se řídíme několika pravidly:* vždy vypadá lépe skupinka stejných rostlin než různé kultivary s odlišným habitem po jednom kousku, pokud tedy naším cílem není sbírka kultivarů a zároveň na ni máme jen omezený prostor.

Zaměříme se na velikost rostlin udávaných producentem nebo prodejcem. Existují kultivary kompaktní, které dobře poslouží na obruby, do úzkých záhonků, a naopak můžeme zakoupit velmi vzrůstné kultivary, u nichž rozměry jedné jejich rostliny v plném květu dokáží zaplnit prostor téměř jednoho metru čtverečního.

Pokud plánujeme z levandule vázat kytičky, je dobré poohlédnout se po kultivarech s pevnými, kratšími a vzpřímeně rostoucími stonky.

Bude-li naším hlavním cílem zpracovávat levanduli v kuchyni, zaměříme se na kultivary, které mají jemnější aroma.



ROSEA

Kultivary se liší barvou

## BÍLE KVETOUČÍ

*Lavandula angustifolia* „*Ellagance Ice*“,  
nízký a kompaktní, pouze 25-30 cm vysoký kultivar

*Lavandula angustifolia* „*Ellagance Snow*“,  
dorůstá výšky 25-40 cm

*Lavandula angustifolia* „*Edelweiss*“,  
dorůstá výšky 45-50 cm

## RŮŽOVĚ KVETOUČÍ

*Lavandula angustifolia* „*Rosea*“,  
dorůstá výšky okolo 50 cm,  
odolný kultivar, listy stříbrnozelené

## FIALOVĚ KVETOUČÍ

*Lavandula angustifolia* „*Richard Gray*“,  
dorůstá výšky 40-60 cm

*Lavandula* × *intermedia* „*Grappenhall*“,  
dorůstá výšky 45-50 cm

*Lavandula* × *intermedia* „*Grosso*“,  
kultivar s výraznými květy na dlouhých stoncích,  
dorůstá výšky a šířky 80 cm

*Lavandula angustifolia* „*Hidcote*“,  
jeden z nejznámějších, dobře rostoucích  
a velmi odolných kultivarů,  
květy jsou sytě tmavě modrofialové,  
dorůstá výšky okolo 40 cm

*Lavandula angustifolia* „*Hidcote Blue*“  
dorůstá výšky cca 40 cm

