

Thajská lepkavá rýže s mangem

Na tento výborný, orientální dezert již nemusíte chodit do své oblíbené asijské restaurace. Připravte si ho doma, je to tak snadné!

Lepká rýže s mangem je lahodný thajský dezert, který překvapivě snadno vyrobíte i doma. Připravuje se z rýže, čerstvého manga a kokosového mléka. Ať už máte rýžovar nebo ne, budete moci připravit tento oblíbený dezert stejně dobře jako v autentické thajské restauraci. Pokud máte rádi kokos a mango, určitě tento jednoduchý recept na teplý a lahodný dezert vyzkoušejte.

Co je thajská lepkavá rýže?

Klíčovou složkou tohoto receptu je použití správné rýže. Tato rýže je známá jako lepkavá, nebo také sladká či vosková rýže. Slovo "lepkavý" znamená, že po uvaření rýže lepí, neznamená to, že rýže obsahuje lepek (neobsahuje žádný lepek).

Je to krátkozrnná rýže, která se liší od běžné bílé rýže obsahem amylozy a amylopektinu, což jsou dvě složky škrobu. Lepká rýže má hladiny amylopektinu mnohem vyšší než ostatní rýže a téměř žádnou amylozu. Když se horká voda dostane do kontaktu s amylopektem, molekuly škrobu se oddělí a my skončíme s lepkavou a nadýchanou rýží.



Porcí	4
Příprava	10 minut (+ minimálně 4 hodiny na namáčení rýže)
Vaření	30 minut
Kuchyně	Thajská



Suroviny na lepkavou rýži s mangem

- 300ml kokosového mléka
- 180g lepkavé rýže
- 3 lžice palmového cukru
- 1/2 lžičky soli
- 1 velké mango nakrájené na plátky

Suroviny na kokosový krém

- 200 ml kokosového mléka
- 1/4 lžička soli
- 1 lžice palmového cukru (nebo dle chuti)
- 1/2 lžičky rýžové mouky

Příprava

1. Lepkavou rýži properte ve studené vodě. Začne se uvolňovat přebytečný škrob a voda tím pádem zbledá. Vodu vylijte, přilijte novou a opět properte. Celý proces zopakujte 5-7 krát, dokud nebude voda průhledná.
2. K vyprané rýži přilijte vodu, aby byla kus nad ní a nechte minimálně 4 hodiny rýži namočenou (nejlépe přes noc).
3. Vodu slijte a rýži nechte minimálně 30 minut odkapat. Poté uvařte (nejlépe v páře).
4. Do hrnce nalijte kokosové mléko, přidejte cukr i sůl, přiveďte k varu, posléze stáhněte teplotu na střední plamen a svařte výrazný sladko-slaný sirup.
5. Jakmile bude rýže napařená, vyklopte ji do misky, zalijte ji kokosovým sirupem a lehce promíchejte. Přiklopte misku talířkem a nechte 15 minut odpočívat, aby rýže nasákla sirup.
6. Půl lžičky rýžové mouky rozkvedlejte v troše kokosového mléka, nechte stranou.
7. Do hrnce od sirupu vlijte zbytek kokosového mléka, přidejte sůl a cukr a přiveďte znovu k varu. Poté přilijte směs rýžové mouky s mlékem, tím se krém zahustí, stáhněte teplotu na minimum a nechte odstát.
8. Jemně promíchejte rýži a pokud nevstřebala veškerý sirup, nechte ještě na dalších 10 minut odstát.
9. Servírujte kopeček rýže, dozdobte nakrájeným mangem a zalijte kokosovým krémem.