



Rýžová polévka cháo zahřeje i vyléčí

2.2.2012 UVAŘTE SI SAMI

Ještě před dvěma týdny jsem si stěžovala, že letos není pořádná zima a že ani nestihnu obnosit všechny svetry, co mám. Beru zpět. Těším se na jaro!

Když si tak promítám, čím jsme se jako děti zahřívaly, když jsme přišly z celodenního bobování, vybaví se mi česnečka a začnu podvědomě pomlaskávat. Učit vás česká jídla - na to si netroufám. Zato vám představím velmi hustou rýžovou polévku **cháo**, u které také pořádně zapotíte :)



© 2012 Viet Food Friends

Abych to uvedla na pravou míru, někdo *cháo* [čáo] představuje jako *velmi hustou rýžovou polévku* a někdo spíš jako *rýžovou kaši*. Některé rodiny ji vaří řidší, některé zas hustší. My ji vaříme spíše podle prvního popisu, a tak jí budu říkat polévka.

Existuje mnoho druhů *cháo*, vlastně si tuto polévku můžete uvařit téměř s čímkoli, protože potřebujete jen vývar, rýži a nějakou tu "svou surovinu". Můžete tedy použít kuřecí maso, vepřová žebírka, mleté vepřové, kapra, mušle, co vás napadne... Jíst se dá na slano i na sladko. Když byla moje babička několik měsíců v Čechách, občas mi k snídani vařila sladké *cháo* s mungo fazolema.

Pokud jde o rýži, používá se klasická jasmínová rýže, ale některé rodiny přidávají i lepivou rýži [gạo nếp](#) a *cháo* je pak hutnější. Výhodou této polévky je, že můžete použít jak syrovou, tak už vařenou rýži. Pokud vám od včerejší večere zbyla troška rýže a nevíte, co s ní, můžete ji použít právě na *cháo*.

Zde bych ráda podotkla, že stačí opravdu troška rýže, protože podstatou *cháo* je (zjednodušeně řečeno) nechat rozvařit rýži, aby se porušila struktura jednotlivých zrníček a vytvořila se kašovitá směs. Tato rozvařená rýže a z ní uvolněný škrob výslednou polévku výrazně zahustí.

Když se řekne *cháo*, některým lidem se automaticky vybaví marodění. Hustá a vydatná polévka je ideální pro dny, kdy se necítíte ve své kůži. Dobře se jí (nemusíte moc kousat :)) a zároveň nasytí. Navíc, pokud ji jíte horkou s hrstkou nasekané šalotky, pořádně se u ní vypotíte a druhý den jste zas fit.

K této rýžové polévce neodmyslitelně patří i bylinky a nejčastěji se používá koriandr nebo jarní cibulka. Další se vybírají podle toho, jaké *cháo* vaříte. Třeba k rybímu *cháo* se skvěle hodí kopr a [vietnamský koriandr](#) (*rau răm*).



Polévka *cháo* také skvěle chutná s troškou osmahlé cibulky.



zdroj: <http://bit.ly/xetS7i>

Suroviny (pro 4 osoby)

- 0,5 kg žebírek (vybírejte ty "masitější")
- 3 l vody
- 150 g syrové jasmínové rýže (2-3 menší misky uvařené rýže)
- sůl, pepř, rybí omáčka
- jarní cibulka nebo koriandr

Postup

1. Žebírka nasekejte na menší kousky (cca 3-4 cm dlouhé) a na rozehrátém oleji je zprudka orestujte. Ochuťte třemi lžicemi rybí omáčky a špetkou soli. Zalijte vodou a přiveďte k varu. Seberte vzniklou pěnu a až bude vývar čirý, přiklopte a na mírném stupni vařte zhruba půl hodiny. Přidejte syrovou nebo vařenou rýži a nechte opět na mírném stupni vařit. Pozor, aby se polévka nepřipálila na spodu hrnce, celou dobu polévku vůbec nemíchejte. Poté, co nasypete rýži do vývaru a vývar začne opět probublávat, stáhněte na nejnižší plamen a dál si hrnce nevšímejte. Jak jednou začnete míchat, budete muset neustále stát u plotny a promíchávat. Mamka mi vysvětlovala, že za to může uvolněný škrob z rýže.
2. Vaříte-li ze syrové rýže a v obyčejném hrnci, cháo bude hotové zhruba po 1,5 hodině. S vařenou rýží to bude o něco rychlejší a v tlakovém hrnci se doba vaření sníží ještě víc. Proto pokud máte tlakový hrnec, neváhejte jej použít. Použijte stejný postup jako u obyčejného hrnce a až začne z hrnce syčet, odpočítejte 5 minut, vypněte sporák a nechejte polévku pod tlakem zhruba 15 minut. Poté opět zapněte sporák, nechte 5 minut syčet a 15 minut odpočívat. (*Tento trik mi poradila mamka, ale určitě se můžete setkat s dalšími. Každá rodina má své figle, jak předejít připálení a tedy zkažení celé polévky.*) Ač vaříte v obyčejném nebo tlakovém hrnci, pokud bude výsledná polévka příliš hustá, dolijte vroucí vodu (množství záleží na tom, jak hustou polévku budete chtít) a na mírném plameni a za stálého míchání přiveďte k varu. Jakmile začne polévka probublávat, vypněte vařič, dochuťte dle vlastní chuti a můžete podávat. Nezapomeňte přidat nasekané bylinky a ovonět polévku *cháotrochou* čerstvě namletého pepře. Dobrou chuť!
:) *Tip! Někteří labužníci si do polévky cháo přidávají také na malé kousky nakrájené smaženky [quây](#).*



zdroj:
<http://bit.ly/A13Uq2> PS: Česnečka je jednoduchá, ale každá rodina vaří jinak. Jestli není váš recept tajný, budu ráda, když mi povíte, jak ji vaříte vy :) Autorem úvodní fotografie je Tomáš Babinec **Napsala Thuy Duong**

Viet Food Franchise