

PŘIPRAVILA MONIKA MICHÁLKOVÁ FOTO MAREK BARTOŠ A STOCKFOOD/KALEIDOSKOPE.CZ



# 5 věcí o kaparech, které musíte vědět

Keř kaparovníku s nádhernými květy je ozdobou přímořských oblastí Středozeří. Původně divoká rostlina se tady odedávna pěstuje po zdech či roste po skalách, ale také se zde pěstuje pro svá nerozvinutá poupata (nebo i plody) výrazné, svěže natrpklé chuti.

## 1 Jak poznat kvalitu

Keři kaparovníku se daří i v tropických a subtropických oblastech, ale jeho poupata a plody jako aromatická přísada v kuchyni prosluly jednoznačně ve Středozeří. Nejuznávanější pro svou chuť a kvalitu jsou tradičně kapary z ostrova Pantelerie. Jejich prvenství je ovšem v poslední době ohroženo. Organizace Slow Food totiž před pár lety vyhodnotila jako nejvyšší kvalitu kapary z ostrova Salina ze souostroví Eolie (Lipary). Každopádně oba ostrovy (Salina i Pantelerie) mají společný vulkanický původ a blízkost Sicílie. Kvalita kaparů se posuzuje podle velikosti, konzistence a chuti. Sklízí se postupně podle toho, jak poupata dorůstají.

### Tip na nákup

*Nakládané kapary jsou běžně k dostání. Kapary ze Saliny prodává např. sicilská taverna Il Gattopardo v Praze na Letné. Kapary mohou být i dobrý tip na suvenýr z dovolené ve Středozeří, kde se prodávají na každém tržišti. Chcete-li zažít sklizeň a degustaci kaparů, vypravte se na přelomu května a června na Salinu na akci Festa del Capperone in Fiore.*



Po sklizni se pak provádí třídění a kalibrace (nejvíce ceněné jsou malé kulaté kapary).

## 2 Věčný keř

Přestože nenáročný kaparovník roste spontánně a divoce, zasadit nový keř není zdaleka snadné, a to ani v oblastech, kde jsou pro jeho růst příznivé podmínky, jako je patřičná sluneční expozice (nejlépe jižní), teplo, vlhkost vzduchu a vyhovující složení půdy (bohaté na vápník). Na ostrově Pantelerie například „nastřelují“ naklíčená semínka keře do spárů zdi, kde se jeho vegetování již osvědčilo. Na Salině se zase zasazují do země řízků stonků ve sklenicích, které se po uchycení přesadí. Jednou uchycený keř kaparovníku pak může růst věčně.

## 3 Uchování poupat

Sklizení nerozvinutých poupat na přelomu jara a léta je mravenčí a náročná práce, kterou prý umějí nejlépe ženy. Na dobře očesaných keřích jsou jen vzácně vidět květy (každý květ totiž znamená jeden nesklizený kapar). Po sklizni se poupata (kapary) uchovávají několik dní pod tlakem v soli, aby se zbavily tekutiny, a až potom se nakládají. Nejlepší způsob uchování sklizených poupat je nasolení mořskou solí – uchovávají si tak svou původní aromatickou, natrpkle osvěžující chuť. Nasolené kapary se mohou přechovávat velmi dlouho a před použitím v kuchyni je stačí jednoduše propláchnout vodou. Jiný užívaný způsob konzervování je nakládání v octovém nálevu. Takto uchované kapary mají kromě své natrpkle aromatické chuti navíc octovinnou kyselost. Kapary se nakládají i do oleje.

## 4 Využití pro zdraví a v kuchyni

Dužina kořene kaparovníku byla už dříve používána v medicíně pro své diuretické účinky. Poupata mají zase výborné tonizující účinky a jejich konzumace má příznivý vliv na trávení. Již od starověku se kapary těšily dobré pověsti jako osvědčené afrodiziakum. Odedávna jsou také ceněnou aromatickou ingrediencí typickou pro středozeří kuchyni. Existuje řada proslulých receptů, nejlépe v kombinaci s česnekem a nakládanými ančovičkami, které si lze bez charakteristické chuti a vůně kaparů stěží představit. Na Sicílii najdeme kapary v salátech, v omáčkách na těstoviny i při přípravě ryb. Během vinobraní na ostrově Ischia se podává vydatný a přitom velmi osvěžující bramborový salát z vařených brambor, rajčátek, cibule, tuňáka, bazalky, ančoviček, oliv, kaparů a olivového oleje.

## 5 Toskánské topinky

Na žádné pravé venkovské hostině v Toskánsku nechybějí crostini toscani (toskánské topinky), připravované z telecí sleziny, kterou však u nás v řeznictví takřka nenajdeme. Naštěstí jsou výborné i s kuřecími jatýrkami. A i v tomto receptu jsou kapary nepostradatelné. Vyzkoušejte! Na pánvi na olivovém oleji osmahněte hrnek nadrobno nakrájené nebo rozmixované zeleniny (řapíkatý celer, mrkev a cibuli), přidejte hrst petrželové natě, 200 g kuřecích jatýrek a opečte je dozlatova. Osmahnutá jatýrka vyjměte a nadrobno nasekejte stejně jako pět plátků ančoviček a jednu lžičku kaparů. Vše vložte do pánve se zeleninou, zastříknete dezertním vínem, podle chuti osolte a opepřete a ještě krátce osmahněte.

## Těstoviny s čerstvými rajčaty a kapary

První chod z těstovin pro horké letní dny – pasta al pomodoro fresco – je za chvíli hotový a uspokojí i ty, kteří mají chuť na něco teplého. Kapary dodávají omáčce originální chuťovou svěžest.

20 minut 905 kcal snadné veg.  
zdravé \*\*\* pikantní \* výhodné \*\*\*

### suroviny na 2 porce

250 g těstovin (špagety, penne, motýlky, vřetenka) • 200 g keříčkových rajčátek • hrst bazalky • 2 stroužky česneku • hrst kaparů • oregano • 4 lžice olivového oleje • sůl

1. Těstoviny uvařte v osolené vodě podle návodu na obalu al dente. Do větší mísy vložte rajčátka nakrájená na malé kousky, přidejte k nim nadrobno nasekaný česnek, kapary, bazalku a oregano. Osolte, zalijte olivovým olejem a nechte přikryté odpočinout, než se uvaří těstoviny. Chutě se tak dobře prolnou.
2. Uvařené těstoviny scedte, vsypte je do mísy s připravenou omáčkou a dobře promíchejte.

**Tip:** Podávejte posypané čerstvě nastrohaným parmazánem.

Super  
tip!

*Pikantní pokrm s typicky  
středomořskými kořeny,  
v barvách slunné Itálie.*