

MIRKA PEČE FAIR z banánů

Špičková cukrářka Mirka Van Gils Slavíková v tomto seriálu ve svých receptech použije suroviny od fairtradových pěstitelů z Jižní Ameriky, Afriky a Asie, a to konkrétně kakao, kávu a banány. V tomto dílu vám přinášíme recept s banány, proto jsme se zeptali na její vztah k této surovině.

Mirko, jak moc využíváte banány při pečení? Řešíte při pečení i jejich původ?

Banány jsem hlouběji poznala v Jižní Africe, myslím tím šíří jejich využití. Tam jsem se seznámila s banánovou moukou a poznatek, že u afrického etnika je banán první potravinou pro miminka i jako náhrada za kojení, jsem aplikovala i u svých synů. Banány kupuji v Nizozemí, kde bydlím, jen fairtradové – v Lidlu (v ČR jsou dostupné zatím jen v Kau-

flandu a u vybraných online prodejců pozn. redakce). Banánová mouka je báječná na pečení, kromě skvělé chuti je i bezlepková. Má výbornou vaznost.

A do cukrařiny? Tam je vlastně neomezená možnost využití banánů, dort s pařížskou šlehačkou a banány či krtkův dort, který je velmi oblíbený. U nás se bez banánů a domácího čokoládovo-lískooříškového krému neobejdou palačinky. A vlastně se musím přiznat, že banán je má snídaně spolu s kávou.



Fairtradové produkty poznáte snadno díky známce FAIRTRADE. V České republice můžete s touto známkou koupit nejčastěji kávu, kakao, čaj, banány, cukr nebo také květiny. Fairtradoví farmáři ale pěstují také ovoce, koření, bavlnu a řadu dalších plodin.

www.fairtrade.cz

Banánový dortík s čokoládovým krémem

Postup: Měkké a oloupané banány, 100 g hnědého cukru, máslo utřeme do hladké hmoty. Bílky se 100 g hnědého cukru ušleháme. Do máslové části přidáme žloutky, sůl, nastrouhanou kůru a podmáslí a vymícháme. Přidáme prosátou mouku s kypřicím práškem a sodou a nastrouhanou tonkou. Na závěr vmícháme ušlehaný sníh a nasekané ořechy.

Těsto rozetřeme do dortové formy 26 cm průměr a dáme péct do vyhřáté trouby na 170 °C asi 50 – 60 minut. Smetanu zahřejeme a zalijeme čokoládu. Mícháme do úplného rozpuštění. Krém necháme vychladnout. Studený krém prošleháme. Vychladlý korpus dvakrát prokrojíme a naplníme krémem. Dort omažeme a ozdobíme dle vlastní fantazie.

Banánový dortík

250 g zralých banánů*
200 g třtinového cukru*

240 g podmáslí

110 g máslo

2 bílky

2 žloutky

1 tonka fazole

380 g hladké mouky

5 g jedlé sody

7 g kypřicího prášku

1,5 g soli

nastrouhaná kůra

z jednoho citronu

100 g hrubě nasekaných

vlašských ořechů

Čokoládový krém

300 g tmavé čokolády*

300 g smetany ke šlehání

*ideálně Fairtrade

**FAIRTRADE JE
OBCHOD ZALOŽENÝ
NA PARTNERSTVÍ
A SPRAVEDLNOSTI**

ZÁKLADNÍ HODNOTY, KTERÉ
REPREZENTUJE:

Spravedlivější odměna

Pěstitelé dostávají za svou práci férové výkupní ceny.

Zákaz dětské a otrocké práce

Ve fairtradových družstvech nesmějí pracovat děti, zakázána je i jakákoliv nucená práce.

Šetrný přístup

k životnímu prostředí

Fairtradoví pěstitelé šetří s vodou a omezují využívání pesticidů a další chemie.

Dodržování lidských a pracovních práv

Fairtrade dbá na lepší životní i pracovní podmínky pěstitelů a dodržování úmluv Mezinárodní organizace práce.



foto: Mirka van Gils