

# Černý kořen v gastronomii

23.04.2018 | [Centrála AKC ČR](#)

## Černý kořen v gastronomii

*Lidový název hadí mord vznikl podle slova "scorzone", což je v italštině název pro jedovatého hada. Tvrdilo se totiž, že pokud se tento kořen vloží hadovi do úst, had zahyne. Až do 16. století jej také pojídaly keltské a germánské národy, které věřily v jeho pozitivní účinky proti dýmějovému moru a hadímu kousnutí.*

### Původ a pěstování

Černý kořen se začal pěstovat ke kulinárním účelům v jižní Evropě a na Blízkém východě v 16. století. Vzhledem k tomu, že je černý kořen odolný proti mrazu, daří se mu po celé Evropě a Asii. Mezi největší pěstitele na světě se řadí Francie, Belgie a Nizozemsko. Na český trh se dováží hlavně belgický černý kořen. Jedná se o velice nenáročnou plodinou, ale u nás se pěstuje jen velice málo. Kořeny tohoto druhu zeleniny mohou dosahovat délky až 40 cm a průměru 4 cm. Na povrchu bulvy se nacházejí jemné proužky a kořínky. Dužnina černého kořene je bílá a křehká. Po narušení povrchu vytéká z bulvy tzv. [latex](#), což je hustá bílá šťáva, která po několika minutách zasychá a v místě poškození či řezu utvoří bílý film. Podle listů rozlišujeme 3 odrůdy černého kořene:

*Latifolia* - široké listy ve tvaru elipsy

*Glastifolia* - podlouhlé kopinaté listy

*Strictifolia* - čárkovité listy

Lodyha vyrůstající ve druhém roce pěstování černého kořene může dorůst výšky až 120 cm. V červenci a srpnu se objevují také žluté květy. Koncem srpna se začínají sbírat semena.

Černý kořen vyžaduje slunné stanoviště s vlhkou písčitohlinitou zeminou s dostatečným přísunem hnojiva. Doporučuje se vysévat již v únoru či březnu, aby měl dostatek času na vytvoření silných kořenů, sběr se provádí v pozdním podzimu před příchodem přizemních mrazíků. Pro uskladnění kořenů je nutné je před uložením do vlhkého písku svázat do svazků a následně zabalit do fólií, aby nevysychaly. Běžně se kořen prodává v půlkilových sáčcích s perforací a při uskladnění v lednici vydrží klidně i měsíc.

### Léčivé účinky

Černý kořen obsahuje velké množství vody, sacharidů, vlákniny, bílkovin, tuků a inulinu, vhodného pro diabetiky. Je zdrojem vitaminů A, B1, B2, C a E. Z minerálních látek obsahuje draslík, fosfor, hořčík, vápník a železo. Nachází se v něm látka allantoin, která podporuje léčbu ran, trávení a činnost žláz s vnitřní sekrecí. Má minimální kalorickou hodnotu, takže se výborně hodí do dietního jídelníčku, zároveň ale také podporuje chuť k jídlu.

Využívá se také k obnově pochodů v trávicí soustavě například po střevní chřipce, protože je pro organismus lehce stravitelný. Pomáhá i při dně, revmatických chorobách a působí pozitivně na nervovou soustavu jako sedativum.

### Černý kořen v kuchyni

Pokud jde o manipulaci s touto kořenovou zeleninou, je nejprve nutné ji pečlivě omýt a zbavit černého povrchu, stejně tak jako latexu, který z kořene vytéká. Jelikož je černý kořen velice lepkavý, někdy se doporučuje oloupat jej až po 20-25 minutovém povaření. Pokud se chcete vyhnout tomuto kroku, doporučujeme ho loupat v rukavicích. V opačném případě zůstává na kůži lepkavá vrstva, která nejde smýt a pustí až druhý den. Po pečlivém očištění se doporučuje namočit celý kořen do okyselené vody, aby se tím zabránilo jeho zhnědnutí. Černý kořen se dá konzumovat nejen

syrový jako přísada do zeleninových salátů, také, vařený, dušený, jako příloha k masu, ale i smažený v trojobalu.

V kuchyni se s ním pracuje podobně jako s chřestem.

„Černý kořen je velice specifická surovina, která při tepelné úpravě zvýrazní svou chuť. Doporučuji nejprve černý kořen opécti na másle nebo oleji, pak zalít vývarem nebo smetanou a rozvařit. Je ideální na krémy, pyrė, a v kombinaci se světlejším masem. Používám jej však syrový do salátů. Pokud jej podáváme syrový, musí být namočený do pomerančové, nebo citrónové vody, aby nezhnědnul,“ radí šéfkuchař Honza Horký.

### **Espuma z foie gras, krém z černého kořene, smažený černý kořen ve vinném těstíčku (4 osoby)**

Kachní játra	300g
Černý kořen čerstvý	800g
Plochá petržel	10g
Smetana	5dcl
Hladká mouka	100g
Bílé víno	1dcl
Olivový olej	1dcl
Máslo	100g
Kerblík	5g
Muškatový oříšek	0,5g
Zeleninový vývar	1dcl
Plátková sůl, cukr, bílý pepř	

Kachní játra rozdělíme na třetiny. Jednu třetinu obalíme v mouce a opečeme zprudka před podáváním. Dvě třetiny jater opečeme a zalijeme smetanou. Necháme je rozvařit, ochutíme solí a pepřem. Necháme lehce vychladit, dáme do espumové láhve a stříkáme nadýchanou pěnu.

Černý kořen opečeme na oleji, přidáme špetku cukru, aby nám zkaramelizoval. Zalijeme vývarem, necháme úplně vyvařit, přidáme smetanu, máslo, muškátový oříšek a rozmixujeme na hladký krém. Mouku a víno rozmícháme na hladké těstíčko, v něm obalíme kousky černého kořene a smažíme. Zbytek černého kořene nakrájíme na malé kousky a opečeme na oleji. Přidáme nasekanou petržel a máslo. Vytvoříme ragú a celý pokrm servírujeme.

#### **Nákup a skladování**

„Při nákupu černého kořene se držte stejných pravidel jako u ostatní kořenové zeleniny. Dávejte pozor, aby nebyl nahnilý, scvrklý anebo jinak poškozený. I jeho skladování je to stejné jako třeba u mrkve. Nejlépe mu je v lednici anebo ve sklepě,“ říká Vojta Havránek ze společnosti Titbit.



[Tisk stránky](#)[Tisk do pdf](#) [Nahoru](#)