



DOMÁCÍ KOŘENÍ 28. 01. 2021

Kajenský pepř je intenzivně pálivý druh chilli papričky. S čím tohle koření kombinovat?

Kajenský pepř je vlastně název, který tak trochu mystifikuje už v úvodu. Schovává se za ním totiž směs pálivých chilli papriček, které se nazývají *Capsicum frutescens*. Česky řečeno, jedná se o papriku křovitou, která pochází z Jižní Ameriky. Oblíbená je však mezi pěstiteli po celém světě. Zajímá vás, s jakým dalším kořením lze kajenský pepř kombinovat? Poradíme vám.

Pikantní koření zvané **kajenský pepř** se získává usušením a důkladným namletím příslušných **chilli papriček**. Tohle koření je velice oblíbené **v mexické kuchyni**, jelikož je velmi ostré. A když se snoubí s dalšími chutnými ingrediencemi, vznikne fantastická směs **vhodná do leckterého pokrmu**.

Kajenský pepř a jeho historie

Historii má **kajenský pepř** více než sáhodlouhou. Údajně se používal **už v osmnáctém století** k vaření pikantních pokrmů. Dle dostupných informací se začalo tohle koření produkovat **ve městě Cayenne**, které leží ve **Francouzské Guyaně**. Podle tohoto místa také dostalo svůj přívlastek – kajenský. Slovo pepř si pak koření vysloužilo proto, že je **obdobně štiplavé**. Pálivost chilli papriček, z kterých se kajenský pepř vyrábí, by se dala popsat jako **střední**. Kořenící směs tedy není rozhodně pro žádné začátečníky a dávkování by mělo být opatrné.

Kajenský pepř a jeho blahodárné účinky na lidský organismus

Ještě, než si řekneme, s čím je možné kajenský pepř kombinovat, musíme vyzdvihnout jeho **skvělé účinky na lidské zdraví**. Tohle koření je doslova **nabité vitamíny** a také minerálními látkami typu **vápník a draslík**. V lidovém léčitelství se chilli používalo například **ke stavění krvácení a dezinfekci ran**. Kromě jiného má pozitivní účinky na **podrážděný žaludek** (dokáže ho zklidnit) a **rozpohybuje váš metabolismus**, proto je vhodné kajenský pepř zařadit i do redukčního jídelníčku. A pakliže onemocníte chřipkou, **uvolní zahlenění** a urychlí rekonvalescenci.



Kajenský pepř ve třech různých kombinacích

Nyní se můžete inspirovat jednou z **níže uvedených směsí**, které lze připravit jednoduše doma. **Kajenský pepř** bude dokonalý v těchto kombinacích:

- **Cajunská kořenící směs:** potřebovat na tuto směs budete 3 lžíce sušené cibule, 2 lžíce sušeného oregana, 2 lžíce sušeného česneku, 1 lžící mletého černého pepře, 2 lžíce sladké

mleté papriky, trochu soli a také samozřejmě kajenský pepř v množství dvou lžic. Koření je vhodné do mexických pokrmů, na kuřecí maso nebo ryby. Do směsi je možné zakomponovat dle libosti i sušenou petrželku nebo tymián.

- **Mexická kořenící směs:** aby vaše domácí [tortilly](#) chutnaly jako z Mexika, zkuste si namíchat i tuto kombinaci koření na maso. Potřebujete: 2 lžičky mletého kmínu, 1 lžičku mletého pepře, 1 lžičku sušeného oregana, 1 lžičku mleté uzené papriky, 2 lžičky třtinového cukru, 2 lžičky uzené soli, 2 lžičky mletého koriandru, 1 lžičku sušeného česneku, 1 lžičku sušené cibule a nesmí chybět ani onen kajenský pepř v množství jedné lžičky. Koření lze použít i na restovanou zeleninu.
- **Koření [chilli con carne](#):** kdo by neznal populární mexický pokrm chilli con carne, v kterém jsou zastoupeny nejvíce fazole. Na zhotovení tohoto lahodného jídla jednoznačně potřebujete speciální směs koření, na kterou si sežente: 1 lžičku kajenského pepře, 1 lžičku sladké mleté papriky, 1 lžičku sušené cibule, ½ lžičky mletého nového koření, 1 lžičku sušeného oregana, 1 lžičku sušeného česneku, 2 lžičky mletého římského kmínu, trochu mořské soli a ½ lžičky mletého hřebíčku.

Kajenský pepř se tedy hodí, jak je vidno zejména do směsí, z kterých vykouzíte dokonalé [mexické pokrmy](#). Vhodný ovšem bude i do těch českých pikantních. [Koření](#) uchovávejte ve všech případech **v uzavíratelné nádobě** na suchém a pokud možno tmavém místě.

Autor článku: [Iveta Berezkinová](#)