

RADEK PŘÍHONSKÝ / LENNY TRČKOVÁ

NEJLEPŠÍ  
RECEPTY  
STREET  
FOODU

PANKÁČ

Z PĚTIHVĚZDY



xyz

# Pankáč z pětihvězdy

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na  
[www.xyz.cz](http://www.xyz.cz)  
[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)

**xyz**

**Radek Příhonský, Lenny Trčková**  
**Pankáč z pětihvězdy – e-kniha**  
Copyright © Albatros Media a. s., 2022

Všechna práva vyhrazena.  
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu majitelů práv.

**ALBATROS**  **MEDIA**

**PANKÁČ  
Z PĚTIHVĚZDY**



**PANKÁČ Z PĚTIHVĚZDY**  
*Nejlepší recepty street foodu*

xyz



# Obsah

Lenny  
Radek  
Začátky  
Vaření

## **INDONÉSIE**

Ikan renyah  
Sambal apel  
Nasi goreng  
Sambal manis  
Telu apek  
Sambal kunyit  
Kaki ayam panggang  
Kešu sambal  
Kue serabi

## **JAR**

Salát Biltong  
Schrimps with a nou žaket  
Dobré bílé pečivo  
Kiwi mušle  
Kuře Pappadew  
Bramborovohráškové pyré  
Panna cotta  
Sirup z marakuji

## **IZRAEL**

Bylinková bageta  
Citrusový hummus s lilkem  
Tabouleh

Kuřecí maso v bagetě 109  
Krevety grilované na žhavé plotýnce 112  
9 Grilovaná jehněčí kýta 114  
11 Příprava masa 116  
13 Kořeněný špenát 117  
18 Rajčatový bulgur 117  
Grilované čerstvé fíky s kozím sýrem 118

## **25**

42 **DÁNSKO** **121**  
43 Slávky na šalotce 134  
46 Pečené hranolky 137  
47 Krevetový chlebiček 140  
48 Herinek je prostě klasika! 141  
50 Marinovaný losos 143  
54 Ústřice z Reffenu 144  
55 Vanilkový krém 149  
56 Rozinkový šnek 149

## **59 MEXIKO 151**

74 Al pastor a Calabaza 170  
76 Pico de gallo 171  
77 Guajillo vývar 171  
78 Calabaza 173  
81 Aquachille Camarón 174  
82 Guacamole 177  
86 Tamarindu marinovaný bok 180  
87 BBQ omáčka 181  
Red Snapper od Silvana 183  
89 Chimichurri verde 184  
108 Chimichurri rojo 185  
109 Na závěr... 186





# Lenny

**T**ato kniha vznikla z dlouhého přátelství mezi mnou a Radkem. Mluvili jsme o ní téměř celých těch 18 let, co se známe. Seznámili jsme se díky našim profesím – já jako moderátorka, která natáčela o jedlých květech pro Českou televizi, a Radek coby šéfkuchař luxusní restaurace, který mě okouznil svým kuchařským uměním. Oba milujeme kvalitní jídlo, světovou gastronomii a cestování.

Po všechna ta léta, co se známe, obdivuji Radkův kulinární um a zároveň s radostí ochutnávám jeho nové recepty z různých koutů světa, kterými mě zahrnuje. Co se mi na něm ale vždycky líbilo nejvíc, byla jeho skromnost. Zatímco ostatní kuchaři a šéfkuchaři dávali své schopnosti na odiv světu, on zůstával při zemi a o svých úspěších nemluvil a ani se nikam nehnal.

I proto jsem věděla, že jednou o něm (nebo s ním) tu knihu napíšu. Trvalo nám to sice dlouho, ale jak s oblibou říkám – na dobré věci je třeba si

počkat. A tak tato kniha uzrála až teď, my jsme také uzráli a při jedné návštěvě Radkova taco trucku, v řadě na jeho báječné mexické tacos, mi to najednou přišlo jako inspirace. Musíme napsat tu knihu! Okamžitě jsem věděla, že teď je ten správný čas, že teď se to musí stát. Ne jindy, ne později, ale teď.. A stalo se! A vy teď držíte v rukou naši knihu. No, není to úlet? Je ulítlá, je „punková“, je svérázná – jako my dva.

Radek je totiž nejen šéfkuchař, který hostil hollywoodské hvězdy a prezidenty, ale také pankáč tělem i duší – a v tom si náramně rozumíme. Je osobitý, má svůj specifický humor, miluje designové brýle a ze svých cest si přiváží klobouky. A k tomu má svou dysgrafii a dyslexii a psát si s ním je fakt zábava. Proto jsme se rozhodli, že kniha bude vznikat formou našeho vyprávění, společného setkávání a prostřednictvím mých všetečných otázek.

Setkávali jsme se v kavárnách a u mnoha espress jsme si povídali o Radkových cestách

za gastronomickými zážitky, o lásce k vaření, o důležitých lidech v jeho životě i o tom, jak se z pětihvězdičkových restaurací dostal až k taco trucku a privátnímu vaření.

Snažila jsem se Radkovo vyprávění zaznamenávat a upravovat jen tak, aby byla stále zachována jeho svéráznost, takže se nedivte, že jednou vám bude tykat a jindy se bude „držet víc zpět“. Každá země, o které jsme se bavili, je jiná, má jinou energii a i Radkova řeč se měnila podle toho, jaký měl k dané zemi vztah a jaké zážitky zůstaly v jeho srdci. Někdy byl rozšafný, jindy víc soustředěný a dával si pozor, aby bylo všechno správně. Tyto emoce jsem v jeho vyprávění záměrně ponechávala a věřím, že když budete pozorní, jistě jemné nuance určitě zaznamenáte.

Radek je zároveň velký gentleman, který by mohl mnohé muže učit nejen kuchařskému umění, ale i tomu, jak se chovat k ženám. Proto ho také máme všichni rádi a je mi potěšením, že jsme spolu tuto kuchařku (nejen) pro „noblensní pankáče“ mohli vytvořit.



**Radek a Lenny –  
tentokrát  
za modelky.**

# Radek

Jsou dva jasné milníky – naše první setkání s Lenny a pak duben roku 2022.

Do restaurace Zahrada v Opeře přišla mladá (je mladá stále), krásná, okatá, nakrátko ostříhaná blondýnka, že dělá pořad Styl a chce natáčet o jedlejších kytkách. Její přístup, pohoda a klid byly okouzující a já v té chvíli získal kamarádku na dalších mnoho let.

Když potom Lenny pracovala v Brně v Dobrém ránu v České televizi, rád jsem za ní jezdil do pořadu vařit.

A další milník nastal v roce 2022, kdy jsem byl jako každé jaro na trzích v Dejvicích, Lenny pojídala oblíbené veganské tacos a najednou říká, že bych měl vydat knížku. Moje prvotní reakce byla, že knížku má kdejaký... ale mí stálí zákazníci, kteří naši konverzaci s Lenny slyšeli, všichni přizvukovali, že bych měl něco rozhodně vydat. Trochu jsem se zarazil, ale po chvíli jsem řekl, že když už, tak jedině street food a zážitky ze svých cest.

Víte, Lenny je pro mě krásná, mladá dáma, která mě lidsky už 18 let posouvá, máme hodně podobný názor a pohled na život (až na konzumaci masa).

Od svých šesti let se potýkám s problémem dyslexie a dysgrafie, lidi vás různě zesměšňují a ponižují. Furt musíte někomu něco dokazovat, ale Lenny mě bere takovýho, jakéj jsem. Nechává lidi být v jejich vlastním světě.

Nedokážu si představit, že by kniha vznikla s někým jiným než s ní. Ona je to vlastně její knížka, já jen odpovídal na otázky a vařil jídla pro fotky. Ty zase udělala úžasná Alenka Hrbková a všechny doprovodné fotky „za scénou“ Martička Režová. Já jsem tím jen proplouval a užíval si souznění při naší společné práci.

Dovětek od Lenny: No a je to tady... Klasika! Tady máte názornou ukázkou Radkovy skromnosti 😊



Z natáčení pořadu  
Prostřeno, 2023

# Začátky

---

○ tom, že velký talent se vždy projeví v raném věku, ovšem kdyby nebyl podporován, mohl nám dnes Radek místo vaření delikates šít oblečení. A jak to dělá kuchař, když není sladké, a přitom umí připravit ty nejbájenější buchtičky se šodó a vaječňák, jehož jedna lahev ještě nikdy nikomu nestačila?

---

## **Vařil jsi už jako dítě?**

Máma mi kdysi vyprávěla, že to začalo, když mi bylo pět let. Musela tenkrát rychle někam odběhnout, zavřela plyn (ten se dřív zavíral doma), a když se vrátila, našla mě stát u sporáku na židliče, na hořácích pánvičku s trochou másla, dvě perfektně vyklepnuté sázené vajíčka a vyškrtanou krabičku sirek vedle toho. Říkala mi, že vůbec nechápe, jak ji tenkrát napadlo ten plyn vypnout, když ho nikdy předtím nevypínala. Šťěstí! A v šesti letech jsem pak mámě udělal narozeninový dort z piškotů, šlehačky a tvarohu. Asi jsem to měl v krvi odmalička.

## **A to tě někdo učil?**

Ani ne, spíš jsem to měl okoukaný od babičky. Za mýho mládí totiž vařily

hlavně babičky. Moji rodiče měli dvě práce, tak jsem měl dvě babičky na hlídání – jednu pražskou, jednu holíčkovskou – a vždycky jsem se jim motal v kuchyni. Když se vyráběly holíčkovský chodský koláče, odmalička mě bavilo bejt spíš s těma ženskýma v kuchyni než s tátama a chlapama někde v hospodě. Mimochodem – víš, jak se říká zdobení chodskýho koláče? Merhování. Maj tam bejt švestkový povidla s jabkama a taky mák. Ale pro mě se dělaly vždycky jen povidlový koláče, protože já mák nejím. To je vlastně jediná surovina, se kterou se mi dobře pracuje, ale prostě ji nikdy nechutnám.

## **Jak můžeš vařit, když to nechutnáš?**

Nepotřebuju to. Za ta léta jsou věci, který není potřeba ochutnávat.

**Tíhnul jsi odmalička k vaření?**

Jo. Já jsem měl vždycky štěstí na svoje učitelky, protože jsem dyslektik, to ty víš, a když jsem chtěl jít na kuchaře, mohl jsem mít jenom dvě trojky na vysvědčení, což byl u češtiny a ruštiny problém. Takže jsem doháněl češtinu tím, že jsem se učil básničky, nebo jsem měl jednou v životě jedničku z diktátu – a to z toho důvodu, že jsem se celej ten diktát naučil nazpaměť z knížky. Takže když jsme druhý den ten diktát psali na známky, dostal jsem jedničku – a napsal jsem dokonce dvě věty navíc, jak jsem to viděl v té knížce. Učitelka na češtinu mi potom po letech na třídním srazu řekla, že viděla, že si jdu cíleně za tím, abych mohl jít dělat kuchaře, a to ji přesvědčilo, aby nade mnou přimhouřila oko. Takže češtinářka i ruštinářka mi daly trojku a já se dostal na kuchaře. Jinak bych byl pánskej krejčí.

**A to by tě bavilo?**

Bavilo. Za mých mladých let jsme šli podle Burdy a prodávali jsme to pak na diskotékách a koukali jsme, kdo nosí košile nebo kalhoty od nás.

**Takže tě baví dělat něco rukama?**

Musí to bejt kreativní. Nesmí to bejt stereotyp. Nesnáším stereotyp.

**A co ty básničky? Ty se ti potom mohly hodit pro holky. Řekni mi nějakou básničku! :)**

Ale prosím tě...

**Pamatuješ si na své první jídlo, které jsi uvařil v učení?**

To bylo s mistrem v prváku. Pohádali jsme se hned u prvního jídla. Dělalí jsme španělský ptáčky. On tam chtěl dávat kmín a nějaký další přísady a já se s ním začal hádat, že takhle to není, že španělskej ptáček se dělá jinak, protože moje máma dělala nejlepší španělský ptáčky a kdokoliv je ochutnal, dodnes na ně vzpomíná.

**To jsi asi musel****být hodně oblíbený... :)**

Ano, u mistrů ano. Ale je pravda, že ještě než jsem šel do učiliště, byl jsem načerno na brigádě v restauraci, protože to se v té době nesmělo. Takže to byla brigáda psaná na moji mámu, já tam chodil vařit, a už jsem tím pádem věděl spoustu věcí ještě předtím, než jsem šel do učiliště. A z praxe jsem měl jedničku, ale ve škole to už bylo zase horší.

**Vždycky sis vařil podle sebe?**

To ne, ale tenhle mistr byl asi o dva roky starší než my, a navíc tam balil naše

spolužačky – a to se neodpouští. (smích)  
My jsme byli dobrá parta, takže od nás to pak dost schytával.

### **A být kuchařem tě bavilo i ve škole?**

Já jsem v té době, v sedmnácti letech, hrával vrcholově hokej a pamatuju si, že než jsem měl jít do druháku, chtěli mě dát na horní kuchyň, kde jsem měl dělat ranní a odpolední. To se mi nelíbilo. Řekl jsem jim, že jsem vrcholovej sportovec, že hraju hokej a tohle dělat nebudu. Tenkrát se mi

vysmáli a řekli: „A co tě jako bude žít?!“ A já – že hokej. Jenže pak mi odešla kolena a zbyla mi jenom ta kuchařina. Ale... docela v pohodě! (smích)

### **Vařil jsi vždycky podle receptu? Nebo sis tam pokaždé přidal něco svého?**

Základní recepty se musíš naučit. Jsou jídla, který jsou jasně daný. Třeba kohout na víně. To je recept, který by se měl dodržovat. Nebo bešamel, veluty, to jsou recepty, který jsou



**TacoTruckMex:**  
lásky, život,  
job na kolech



Lenny a Radek,  
Reffen, Kodaň

prostě daný a kuchař by se ty základy měl naučit. Pak teprve může začít experimentovat.

**Čím si vysvětluješ, že některé základní recepty, které jsou totožné, chutnají od pěti různých kuchařů jinak?**

Každý má jinou ruku, každý má jinou chuť. Někdo víc solí, jinej zase něco víc osmaží... Třeba svíčkovou dělám od nějakých svejch sedmi osmi let a vždycky jednou dám dřív cukr, jednou dřív hořčici. To podle toho, co mám

v danou chvíli po ruce. Postup je furt stejný, ale vždycky uděláš jeden krok dřív nebo pozdějc.

**A přesto od tebe bude chutnat svíčková pokaždé stejně?**

Plus minus... Já mám rád hodně vychucenou, hodně sladkokyselou, takže ode mě bude mít vždycky takovou tu plnou chuť. Je to stejný, jako když s někým budeš vařit guláš a řekneš mu, že cibule má bejt dohněda. Ale každé tu hnědou bude mít jinak, od světle



hnědý až po skoro černou barvu. Každý zkrátka máme jiný názor a pohled. Je těžký udělat jednu věc dvakrát stejně.

#### **Proto se říká sto lidí, sto chutí...**

Přesně tak. Proto mi nevdí předávat recepty, protože recept řeknu, a vždycky něco zapomenu. Ale to není schválně. Když totiž vaříš, děláš to automaticky. Jediný, na co nedávám recept, jsou moje dukátové buchtíčky. Recept na ně ze mě nikdo nedostane.

#### **Ani já ne?**

Tobě bych ho asi dal. Vlastně bych ten recept klidně mohl i zveřejnit, protože vím, že si s tím nedá nikdo takovou práci jako já. Dukátové buchtíčky musej třikrát až čtyřikrát překynout. Pokud to nesplníš, nikdy nebudou tak nadejchaný. A to jsou věci, na který se nesmí spíchat. Proto když si u mě někdo objedná buchtíčky na jedenáctou, znamená to pro mě, že kvůli němu vstávám v půl pátý.

**Tak to jsi hrdina! A jsou nějaké další recepty nebo jídla, na která jsi pyšný (vím, že se nerad chlubíš, ale zkus to).**

**Co třeba tvůj legendární vaječňák?**

Já o sobě takhle nikdy nemluším, to víš... Ale docela mě baví dlouhá příprava.

Ale pak to jídlo musí bejt rychlý.

V tomhle ohledu mě nadchla indonéská a asijská kuchyně. Baví mě i italská.

Francouzská kuchyně je hrozně dobrá, ale zdlouhavá. Ovšem protože mám doma nějaký stroje a roboty, rád dělám třeba masa „sous vide“. Nebo když dělám roastbeef, dělám ho 26 hodin na 45 stupňů. To hraní mě fakt baví. Myslím, že nejsou žádný další jídla, co bych dělal opakovaně hodně rád. Rád ale vařím lidem jídla z míst, kde jsem byl, který jsem si zažil na vlastní kůži. Třeba něco, co jsem se naučil ve slumu nebo u nějaký tamní babičky někde v chatrči nebo u kluků, co myli nádobí v Africe – ti mě naučili neuvěřitelný dobrotu. Tahle jídla potom rád vařím lidem ve svém privátním vaření, protože potom o jídle můžu i vyprávět. To jsou věci, který nikde v restauraci nedostanou, ale já jsem je zažil a můžu jim to zprostředkovat.

#### **A co ten vaječňák?**

No a vaječňák! To je vůbec sranda, protože já nejím sladký. Já ho nemusím. Třeba teď jsem měl dezert asi tak po půlroce. Akorát je blbý, když jsem třeba na svatbě, neochutnat dort. Já s tím sladkým radši pracuju, než abych ho jedl. Ale nevypadám na to, vid'? :)))

# Vaření

## **Když už vaříš, tak radši pro druhé, nebo i pro sebe?**

Pro sebe si určitě nevařím. Občas si udělám nějaký jednoduchý těstoviny a asi bych to neměl říkat, ale nejradši mám sekanou a k tomu dobrej vlašák. A navíc mi to přijde jako hloupost – bejt doma a vařit. Rád ráno vstanu, udělám si nějakou pěknou snídani a jdu ven. Strávím celej den venku, jdu si někam na dobrý jídlo – to je mnohem lepší než bejt doma a dvě hodiny si vařit. Přijde mi to jako ztráta času. A protože toho času moc nemám, chci si ho radši užít. Třeba ty se zabýváš knížkama a já taky hrozně rád čtu, ale neumím číst doma. Protože když jsem doma, kde mám i výrobnu, hned vidím, co bych ještě mohl udělat, a ve finále zase nic nepřechtu a jen pracuju. Proto si chodím číst do kavárny. A hlavně, jak jsem doma furt, tak se obzvlášť přes zimu musím donutit chodit ven. To jsem pak schopnej třeba i půlden prosedět v kavárně.

## **Jsi hodně kritický vůči jídlu v restauraci?**



„Už jsou ty ústřice  
hotový? Mám hlad!“

Je to vždycky poměr kvalita a cena. Když jsem v nádražní restauraci „Dlouhá Lhota“ a dám si guláš, předpokládám, že dostanu dobrej guláš. Ale když jdu do „fine dish“, tak chci opravdu dostat to, co je tam napsaný. Takže pak mě třeba naštve, když v menu napíšíou, že je to mozzarella Buffalo, a dostanu normální mozzarellu. To jsem pak docela nepřijemnej.

**Vracíš jídlo?**

Když fakt není dobrý, tak jo. Ale jsem ten člověk, co už nechce nový. Spíš zaplatím, odejdu a už se tam nevrátím.

**A co hosté, když vrací jídlo tobě?****Stalo se ti to někdy?**

Já jsem fakt od svých čtrnácti let vařil a dřív se říkalo, že host má vždycky pravdu. Takže jsme to museli jako kuchaři řešit vždycky dost diplomaticky a většinou to končilo tak, že jsme ve finále museli dát hostu za pravdu, nebo ho umlátit dobrejma argumentama.

**Ty jsi pro mě přesně ten pankáč,****který osciluje mezi pětihvězdou****a street foodem. Co tě baví na těchto****dvou odlišných světech?**

To je asi důvod, proč mě baví food truck. Mně se vždycky líbila přímá komunikace s hostem. Já normálně moc nepovídám a nejsem moc zábavnej člověk, ale když vlezu do svýho food trucku, stane se ze mě někdo jinej. Baví mě s lidma mluvit, laškovat, bavit se o jídle – a navíc to má jednu velkou výhodu. Když někdo přijde a je nepříjemnej nebo zlej, můžu

JÁ NEJSEM MOC ZÁBAVNEJ ČLOVĚK, ALE KDYŽ VLEZU DO SVÝHO FOOD TRUCKU, STANE SE ZE MĚ NĚKDO JINEJ.

Když jsem například dělal v Zahradě v Opeře, měli jsme husí játra z českých hus. Přišel host, objednal si je a hrozně si potom stěžoval, že to nejsou husí játra. Šel jsem za ním a vysvětlil mu, že to nejsou foie gras, ale husí játra z český drůbeže, takže nejsou francouzský, a že kdyby to byly skutečný foie gras, byly by bílý, a hlavně by to stálo třikrát tolik. Pán se nakonec omluvil, a když odcházel, poslal do kuchyně lahev dobrýho vína.

ho poslat pryč a je mi to jedno. To je hrozně osvobozující. A protože mám takový punkový myšlení, baví mě za prací jezdit. Jet na Moravu čtyři hodiny tam, čtyři zpátky a celej den prodávat jídlo, to mě fakt hodně baví. Jezdí se mnou ještě dcera Eliška a pak ještě Andrea s Kačkou, o kterých říkám, že jsou moje adoptovaný dcery. Kdysi se ke mně dostaly jako brigádnice, ale teď už jsou stálý a beru je jako rodinu. Cestuju s nima