Pošírování

https://varimesmarcelou.cz/kucharska-abeceda/posirovani.html

Pošírování je způsob přípravy pokrmů v horké lázni, nikoli vroucí.

Pošírování je způsob přípravy pokrmů v horké lázni, jejíž teplota se pohybuje v rozmezí 80 – 90 °C. Kdyby dosáhla bodu varu, nebylo by to pošírování, ale vaření.

Já používám pošírovanou zeleninu zejména do šťouchaných brambor. Obohacuje chuť brambor a můžete přidávat jakoukoli pošírovanoou zeleninu.

Francouzské slovo poché lze přeložit jako ztracený. Odtud se tedy vzalo označení vejce ztracené nebo také zastřené. Není to nic jiného, než vejce nahniličko, ale bez skořápky.

Jako lázeň pro přípravu pošírovaných pokrmů se používá vývar, mléko nebo voda. Na pošírování jsou vhodné tyto potraviny: kuřecí maso nebo drůbež vůbec, vejce, ryby i zelenina. Zachovají si svůj tvar a nerozpadají se.

Lázeň na pošírování lze chuťově zvýraznit solí, kořením, bylinkami, máslem, vínem nebo cukrem. Kromě toho, že potraviny si zachovají svůj tvar, zachovají si i maximum chuti a výživových látek.