

nektarinka

Nektarinky jsou považovány za jakési sestry broskví. Na rozdíl od nich mají hedvábně hladkou slupku. Jsou původem z Číny, odkud se rozšířily do centrální Asie a Persie a po starověké hedvábné stezce také do Evropy.

Stejně jako broskve i nektarinky jsou bělomasé či žlutomasé a dužina může lpět na pecce nebo být volná. V zásadě jsou nektarinky menší než broskve a většinou sladší. V případě broskví i nektarinek se nedoporučuje uchovávat je v chladničce. Měly by se skladovat při pokojové teplotě, jinak ztrácejí svou vynikající chuť i aroma.

V kuchyni se nektarinky začaly využívat až ve 20. století. Protože jsou velmi šťavnaté, dokáží zahnat hlad i žízeň. Jsou bohaté na vitamíny, minerály a vlákninu, proto bychom si je měli pravidelně dopřávat.



Nektarinky se mohou zpracovávat podobně jako broskve. Díky hladké slupce a tuhé dužině se při jejich konzumaci tolik nepotřísáme šťávou, ale také se díky tomu lépe hodí k zavařování než broskve. Využijeme je i k přípravě letních salátů, sorbetů a zmrzlin.

zapečené nektarinkové růžičky



Italská nektarinková Crostata

