

RECEPT – Nshima (nšima)

pro 2 osoby

Nshima je tužší kukuřičná kaše, která vznikne přisypáváním kukuřičné mouky do vařící se vody – nesolí se ani nesladí. Postupným přisypáváním a neustálým mícháním vznikne tužší kaše, která se podává s přílohou z vařené zeleniny (většinou dýňové listy, které lze nahradit listovým špenátem), k tomu téměř vždy rajčatová omáčka (rajčata s kousky cibule).

Ingredience pro 2 osoby:

- Kukuřičná mouka (několik polévkových lžic)
- Špenát – listy (množství dle chuti)
- 2 středně velká rajčata
- 1 menší cibule
- olej na smažení
- sůl

Postup:

Nejprve si připravíme všechny ingredience včetně surovin na přílohy (rajčata spaříme horkou vodou a zbavíme šlupky, nakrájíme na kousky). Začneme s přípravou kaše.

Cca 1/2 l vody (nesolené, neslazené) přivedeme k varu. Malou část mouky pořádně rozmícháme v hrnečku s vlažnou vodou a tuto směs přiléváme do vařící vody. **Pomalou přisypáváme další část kukuřičné mouky**. Vaříme na mírném plameni a **neustále mícháme**, než vznikne tužší kašovitá hmota. Odstavíme a přiklopíme pokličkou.

Příloha č. 1: Špenátové listy dáme vařit do neosolené vody na cca 10 minut, poté scedíme.

Příloha č. 2: Spařená rajčata zbavená šlupky a cibuli nakrájíme na kousky. Cibuli osmažíme, přidáme rajčata, chvíli restujeme, poté přikryjeme pokličkou a dusíme do změknutí. Výsledek by měl aspoň trochu připomínat omáčku.

Shimu nabíráme podobným způsobem jako zmrzlinu – velkou lžící nebo menší miskou, kterou před tím namočíme do vody. Kaše se pak hezky odlepí a vzniknou pěkné hladké bochánky. Podáváme s rajčatovou omáčkou a listy špenátu.

Dobrou chuť!