

Chřest je populární afrodisiakum, jeho sezona je bohužel krátká...



Markéta Foktová

Miluje malé farmy a soukromé výroby všeho možného. Otisk lidských rukou a píle je totiž na výrobcích vidět. Zemí zaslíbenou je proto pro ni Francie, kde si vychutnává nepřetržité množství sýrů.

Májové menu

Afrodisiaka napříč kontinenty

Láska prochází žaludkem. Které potraviny nabudí naše smysly touhou kdekoli na světě? Seznamte se s pokrmy, se kterými je život a poznávání nových míst o trochu hezčí.

Text: **Markéta Foktová**

Mnoho kultur napříč historií hledalo jídla, která by zlepšila intimní zážitky. Vědci dokázali, že skutečně existují pokrmy, které mají vliv na zdravý vývoj reprodukčních orgánů, plodnost či stimulují centra potěšení v mozku. Mezi klasické favority bezpochyby patří šampaňské, ústřice či jahody s čokoládou. Zdaleka ale nejsou jedinými kandidáty...

Afrika lásce zaslíbená

Spousta afrických rostlin má stimulační účinky a místní je po staletí hojně využívají. Každá africká země má dokonce katalog místně vyráběných sexuálních stimulantů, které pocházejí ze zdejších rostlin. Poznáte je snadno, mají zcela polopatické názvy, jako třeba: Super Love, Impotex nebo Tiger Power. Například Zuluové v Jižní Africe tradičně používají kořen rostliny druhu *Eriosema kraussianum*. Rozdrtí ho a smíchají s teplým mlékem. Takhle připravený drink stačí požit dvě až čtyři hodiny před očekávanými radovánkami. Pokud vám tedy někdo jako digestiv nabídně mléko s bangalaloo, jak se rostlince česky říká, budete hned přesně vědět, jaký má s vámi záměr.

V Jižním Súdánu zase nedají dopustit na balinku entengo. Při správném zacházení se po ní prý zvětšují penisy.

Asie – divné pochoutky

Hojně afrodisiak ochutnáte v Asii. Říká se, že jiný kraj, jiný mrav, a v tomhle to opravdu platí dvojnásob. Například na Filipínách bude našinec určitě zaskočený při pohledu na to, jak zdejší obyvatelé s velkým potěšením konzumují kachní vejce, které obsahuje dvacetidenní embryo. Mňamku poznáte podle názvu *balut* a našťástí ji předtím alespoň pomalu uvaří v páře. Přesto však počítejte s tím, že ji budete chroupat se zobáčkem a drobnými pírkami.

V Číně mají jiné speciality. Pijí kobří krev. Dávají si ji buď syrovou, nebo si ji namíchají s alkoholem. Tato tradice je stará více než dva tisíce let a poznat ji můžete v Hadí

vesnici u vietnamské Hanoje, a dokonce i v restauraci Xin Li Zhi Wan v čínském Kantonu (Guangzhou, Kuang-čou). V zemi, kde je možné snad úplně všechno, se můžete setkat s konzumací hnízd splených ptačími slinami salangan, které jsou příbuzné rorýsům. Delikatesa nese název „kaviár východu“ a připravuje se tak, že se nejprve namočí přes noc ve vodě, aby se odstranilo peří, pak se povaří a na konec se přidá cukr. Jestli na tenhle druh zážitku máte odvahu, okusit ho můžete v restauracích v čínské čtvrti v Bangkoku.

Až budete v Japonsku, rozmyslete si, jestli vám tenhle experiment stojí za to. Jestli si užijete bouřlivou noc, nebo se otrávíte, je poměrně slušná sázka do loterie. Místní pochoutkou, která by vám měla vlít krev do žil, je ryba *fugu*, tedy čtverzubec, který patří k nejedovatějším obyvatelům moře. Na jeho přípravu musí mít kuchaři speciální licenci.



Na Filipínách věří na povzbuzující účinky kachního embrya

Jak na to jdou Evropané

Typickou jarní zeleninou, která se po dlouhé zimě začne objevovat na našich talířích, je chřest. Nemusíte být zrovna pubescent, aby vám jeho podoba připomínala falický tvar. Z chřestu byli pať už staří Řekové, kteří ho opěvovali natolik, že ho dostali i do milostné poezie. To *Kámasútra* šla ještě dál. Podle ní je nejlepší vypít ho jako pastu. No a Francouzi si jím pojišťují svatební noc. Večer před osudným dnem si prý dávají trojitou zelenou porci.

To aby vysoké množství vitamínu E zvýšilo tok krve a kyslíku do genitálií. Pozadu nezůstává ani draslík, který běží na pomoc s produkcí pohlavních hormonů. A jak si takové zelené zlato chutně připravit? Receptů je mnoho. Můžete ho vařit, grilovat ve slaninovém kabátku nebo i péct. Velmi lahodná je i krémová polévka, která se připravuje ze suchého bílého vína, máslové jíšky a vody.

Med je výborné afrodisiakum. Zvláště když jím potřete vepřové koleno, posypete chilli a do křupava upečete!

Jestli se rádi pouštíte do všeho, co je zakázané, na Sardinii si přijdete na své. Ostrované nedají dopustit na sýr, který si ze svého jídelníčku oficiálně škrtlo mnoho zemí na světě. Jmenuje se *casu marzu* a kromě toho, že smrdí na hony daleko, je domovem živých červů. Ano, slyšíte dobře. Svá vajíčka do jeho trhlin naklade moucha sýrohodka drobná. Její larvy pak tím, jak tráví bílkoviny, přeměňují produkt na měkký krémový sýr. Nedokážu si představit, jak silný vztah musíte mít ke smaragdovému ostrovu či středomořské kuchyni, abyste sebrali odvahu a tento sýr ochutnali.

Fíky – ovoce pokušení

Škoda že u nás nerostou fíky. Ochutnáte je od Chorvatska přes Turecko až po jihovýchodní Asii. K velkému půvabu fíky přispívá i teorie, že jeho původním domovem byla rajská zahrada. A z této víry vyplývá, že to nebylo granátové jablko, které se stalo ovocem sváru, ale právě fík. Ať si Adam s Evou pochutnávali na čemkoli, je pravda, že jsou fíky bohaté na aminokyseliny, o nichž je známé, že zvyšují vytrvalost. Možná jste se nad jejich vzhledem nikdy nezamýšleli, ale řada básníků a umělců to v průběhu staletí udělala za vás. Byly to právě tyto romantické duše, které si všimly sametového povrchu ovoce a zároveň jeho více než mírné podoby s nejtajemnějšími dámskými partiiemi. Fíková sezona je krátká, tak na sladké pokušení nezapomeňte.

Pískavice řecké seno – koření života

Při cestování po Indii či Blízkém východě je vcelku nemožné, abyste se nesetkali s pokrmy kořeněnými pískavicí řeckým senem. Sama o sobě má velmi zvláštní chuť, kterou by si zamiloval jen málokdo, ale ve směsi koření, především pak v kari, je báječná. Pískavice je mezi kořeními takový chameleon. Když ji konzumujete syrovou, je neuvěřitelně hořká. Při vaření ale dostává lahodnou nasládlou,



Čínský recept na vášnivou noc se jmenuje hnízdo slepené ptačími slinami



Rozhodně příjemnější povzbuzovadlo touhy jsou sladké fíky



Sýr s červy aneb žhavé večery na Sardinii si raději nepředstavujeme



Na blahodárné účinky chřestu prý upozorňuje už jeho falický tvar

až ořechovou chutí. Nejčastěji se mletá semena přidávají do směsí typu *garam masala* nebo *páňč foran*. V zeleninových jídelch a v polévkách se používají i čerstvé či sušené listy, které se při vaření používají až nakonec. Určitě si z asijského trhu přivezte pytlíček této byliny. Obsahuje totiž sloučeniny známé jako saponiny, které ovlivňují produkci pohlavních hormonů a zvyšují sexuální touhu a vzrušení hlavně u žen. K pískavici měl zřejmě velmi blízko i samotný Tutanchamon. Jak jinak si vysvětlit, že byl pohřbený s tolika jejími semeny.

Med – sladké líbánky

Slováci říkají líbánkám medový týžden, Angličané velmi podobně *honeymoon*, medový měsíc. Novomanželé totiž



Tence krájená ryba fugu vás buď vystřelí do erotických výšin, nebo zabije

Foto: Shutterstock

odpradávně pili po dobu jednoho měsíce medovinu. To zřejmě proto, aby jejich nová životní etapa neztratila na lesku. Medu si vysoce cenil i král všech lékařů Hippokratés. Předepisoval ho na sexuální vitalitu. Hlavním důvodem, proč si med dodnes dochoval afrodisiakální nálepku, je skutečnost, že se používal jako pomazání při orálních sexuálních praktikách. Navíc obsahuje bór, který pomáhá tělu využívat estrogen a oxid dusnatý, který může zvýšit průtok krve během vzrušení. Med můžete mlsat nejen rovnou z lahvičky nebo si ho dávat do čaje, ale můžete na něm i vařit. Takové šťavnaté pečené koleno na medu s přidávkem chilli papriček, které patří do stejné afrodisiakální rodiny, vůbec není k zahazení. ■

Zabijáci libida

Máte sexy plány? Pak se vyhněte potravinám, které negativně ovlivňují hladinu hormonů ve chvíli, kdy je čas na úplně malé kalhotky. Mezi zabijáky intimních chvil patří například sója, která obecně patří mezi zdravé potraviny. Pokud se chcete s partnerem příjemně uvelebit a pustit si nějaký pěkný film, rozhodně si k tomu neberte popcorn. Zjistilo se, že vnitřní výstelka sáčků popcornu obsahuje perfluoralkylové kyseliny, které snižují počet spermií. I milovníci kravských sýrů by se měli své delikatesy vzdát, pokud si nechtějí zkazit náladu. Sýry totiž mohou obsahovat syntetické hormony, které nepřejí hladině estrogenu a testosteronu.