

SOUHRN SPECIÁLNÍ GASTRONOMIE

II. ROČNÍK

KUCHARŤ - ČÍŠNÍK

SSOU ATHOZ

Speciální polévky

Význam:

- doplňují tekutiny a zahřejí
- podporují tvorbu žaludečních šťáv a trávení
- zasytí: týká se pouze přesnídávkových polévek
- osvěží:týká se pouze studených polévek (jahodová, meruňková, pivní)
- některé mají vysokou biologickou hodnotu, jsou to polévky zahuštěné, se zeleninou, masem, vejci, nudlemi, obiloviny, zjemněné mlékem nebo smetanou apod.

Rozdělení:

- 1) Hnědé polévky (vývarové)- vývar „A“ (hovězí)
 - vývar „B“ (vepřové a telecí kosti)
 - vývar „C“ (drůbeží)
 - zvěřinový, rybí, houbový atd.

- 2) Bílé polévky (zahuštěné)-zahuštěné jíškou
 - zahuštěné kašovinou
 - šlemové (sliznaté)
 - smetanové (krémové)

- 3) Speciální (zvláštní) -Národní (Ruský boršč, Bouillabaisse, Gaspačo, Tarator)
 - Krajové (Podkrkonošské kyselo, Rambulice, Jihočeská rybí)
 - Dietní (příprava těchto polévek se řídí charakterem diety ke které jsou připravovány)
 - Přesnídávkové (jsou typické větším množstvím vložky a zavářky)
 - Ovocné (podáváme chlazené; jahodová, meruňková)
 - Pivní (připravujeme je ze světlého i tmavého piva podáváme studené i teplé, nízkostupňové)
 - Vinné (připravujeme je většinou z bílého vína, podáváme chlazené)
 - Mléčné (kokosová, mandlová, skořicová)
 - Ostatní speciální (želví, hlemýždí, z vlaštovčích hnízd)

Čištění polévek

V případě že je vývar zakalený čistíme ho poloušlehanými bílkami a to tak, že je vkládáme do prochlazeného vývaru a mírným varem táhneme. Bílky do sebe postupně absorbují veškeré nečistoty a ztuhnou, potom vývar přecedíme přes jemné plátýnko.

Zesilování polévek

V případě že je vývar slabý, chuťově nevýrazný, mdlý, zesilujeme ho klérem. Klér je nahrubo umleté maso nebo na malé kostičky nakrájené hovězí maso spojené s poloušlehanými bílky (můžeme přidat na jemno nakrájenou mrkev, celer, petržel).

Klér přidáme do prochládlého vývaru a mírným varem (táhnutím, pošírováním) vaříme, až se směs vyvaří a vývar zesílí. Potom přecedíme přes jemné (navlhčené) plátýnko.

Legírování polévek

Legírování je zjemňování bílých polévek i bílých omáček.

Legírujeme: mlékem - přidáváme v průběhu tepelné úpravy
Smetanou - přidáme v závěru tepelné úpravy, pokrm pouze pošírujeme, jinak se srazí
syrovými žloutky-žloutky přidáváme v závěru tepelné úpravy, polévku pouze pošírujeme jinak se srazí
směsí smetany a syrových žloutků-přidáváme v závěru tepelné úpravy polévku pouze pošírujeme, jinak se srazí
máslem - v závěru rozpustíme v hotovém pokrmu

Přibarvování polévek

-Kořením: mletou paprikou, kurkumou, kari, šafránem

-Na másle orestovanou drobně nakrájenou mrkví, celerem, petrželí

-neoloupanou cibulí

Speciální hnědé polévky

Speciální hovězí vývary

- Beef tea

-je silný hovězí vývar, který podáváme čirý, v malých šálcích a nabízíme se sýrovým pečivem.

- Consommé Colbert

-do hovězího vývaru přidáme zastřené vejce, na kousky (špalíčky) nakrájený chřest, na kostky nakrájenou karotku a na nudličky nakrájený hlávkový salát.

- Juienne

-chuťově výrazný hovězí vývar, do kterého přidáme na slabé nudličky nakrájenou vařenou mrkev, celer, petržel.

- Andalus

-Je silný hovězí vývar s šunkou nakrájenou na nudličky a na kostičky nakrájeným rajčatovým sítkem.

- Veverka

-silný hovězí vývar z části zvané veverka. Do vývaru nakrájíme uvařené maso, přidáme vařené domácí nudle, na kostky krájenou mrkev, celer, petržel, malé špekové knedlíčky.

Speciální drůbeží vývary

- Slepíčí mozaiková

-do drůbežího vývaru přidáme rajčatovou, špenátovou, vaječnou sedlinu a drůbeží knedlíčky.

- Česká svatební

-do slepičího vývaru přidáme vařené domácí nudle, malé růžičky vařeného květáku, játrové knedlíčky, slepičí maso a na kostičky krájenou vařenou karotku.

- Consommé Olio

-je silný vývar z telecího, slepičího a holubího masa. Podáváme v šálcích teplý i studený.

- Cipískův vývar

-je lehký drůbeží vývar, do kterého přidáme syrový žloutek, vařenou mrkev, maso z drůbků (játra, srdce, krk, žaludek) a vařené houby.

- Slepíčí cibulová

-je slepičí vývar se zašlehaným vejcem s přidáním nakrájeného drůbežího masa, na kolečka krájené do zlatova osmažené cibule, toastem který sypeme strouhaným sýrem a zapečeme.

Polévky z ryb, zvěřiny a skopového masa

Rybí

- Bouillabaisse (Bujabés)

-je francouzská rybí polévka připravená z mořských živočichů (krevety, ústřice, chobotničky) a ryb Středozevního moře (ropušnice, mořský ďas, treska, mořský vlk, kanic). Ochucuje se petrželkou, česnekem a šafránem. Podle místních zvyklostí se přidávají brambory, rajčata nebo vejce.



- Rybí kari

-je rybí vývar ochucený kari kořením s vařeným masem z ryb, krevetkami a dušenou rýží.

Zvěřinové

- Zvěřinová polévka

-je vývar ze srnčího masa okořeněný jalovcem. Jako vložku používáme na kostky nakrájenou vaječnou sedlinu, maso ze srnce a na drobno nakrájené dušené lišky.

- Severoruská polévka

-je vývar z divoké kachny s kousky vařeného masa, červenou řepou, ochucený pálivou paprikou. Podáváme velmi horký, před podáváním přidáme vodku.

Skopové

- Turecký skopový vývar

-je silný nemastný skopový vývar, ochucený rajčaty, zelenou paprikou a šafránem. Jako vložku dáváme nakrájenou vaječnou sedlinu, dušenou rýži a drobně nasekané zelené papriky.

- Skotská skopová

-je skopový vývar s vložkou malé cibulky, vařeného skopového masa, dušené rýže a na nudličky krájeného hlávkového salátu.

Speciální bílé polévky

- Fruits de mer (Polévka z plodů moře)

-připravíme si světlou máslovou jíšku, kterou přichutíme muškátovým květem, zalijeme prochlazeným rybím vývarem, prošleháme, provaříme a ke konci zjemníme smetanou, dochutíme solí, krátce pošírujeme a přecedíme. Jako vložku přidáme vařené maso z ústřic, maso z kraba a maso z okouna nebo tresky.

- Krém Dubary

-je jemná květáková polévka zjemněná smetanou, do které jako vložku přidáváme malé vařené v trojbalu obalené a usmažené květákové růžičky.

- Potage St. Germain

-je polévka z mletého mladého (sterilovaného) hrášku, na nudličky krájené šunky, zjemněná smetanou.

- Drůbeží milagutannír (Mulligatawny)

-je původem indická polévka, která se též může připravovat ze skopového a hovězího masa. -drůbeží maso nakrájíme na kousky a vaříme v osolené vodě do měkka. V menší nádobě svaříme mléko, vodu a kokosovou moučku na polovinu. Cibuli nakrájenou na kolečka osmahneme na másle do zlatova. Do vývaru z masa přidáme mletý pepř, mletý hřebíček, drcený kmín, kari, mletou skořici, kečup a propranou spařenou rýži. Promícháme a vaříme 20 minut, potom přidáme mléko s kokosem, cibulku s máslem, ochutíme tenkými plátky oloupaného citronu a dochutíme solí, krátce provaříme a podáváme.

-tato silná drůbeží polévka byla původně podávána jako hlavní jídlo v hlubokém talíři, dochucená ještě dalším aromatickým kořením (tymián, česnek, zázvor), a opraženými mandlemi. Rýže se podává zvlášť.

-tato silná drůbeží polévka byla původně podávána jako hlavní jídlo v hlubokém talíři, dochucená ještě dalším aromatickým kořením (tymián, česnek, zázvor) a opraženými mandlemi. Rýže se podávala zvlášť.

- Bílá polévka ze žabích stehýnek

-mrkev, celer, petržel nakrájíme na tenké nudličky, orestujeme, lehce zaprášíme hladkou moukou krátce osmahneme zalijeme prochlazeným telecím vývarem, zavaříme, osolíme, očištěná žabí stehýnka dusíme téměř do měkka, zjemníme smetanou a máslem a krátce dodusíme.

Ostatní speciální polévky

- Želví polévka

-je silný vývar z želv nebo nejčastěji konzervovaný vývar s drobnými kousky želvího masa, který podáváme horký v moka šálcích, dochucujeme vínem madeira nebo cherry.

- Želví zapečená polévka

-horký želví vývar nalijeme do šálku navrch dáme lžičku holandské omáčky a krátce gratinujeme. Podáváme se sýrovým pečivem.

- Salanganes (polévka z vlaštovčích hnízd)

-hnízda mořských vlaštovek očistíme, opláchneme, namočíme na 2 hodiny do studené vody. Potom povaříme 3-4 minuty v silném hovězím vývaru a v závěru vaříme asi 45 minut ve vývaru z kuřat.

- Indická z vlaštovčích hnízd

-očištěná hnízda mořských vlaštovek se pokrájí a uvaří do měkka v silném hovězím vývaru. Dochucujeme vínem madeira a chilli kořením.

- Šnečí polévka

-používá se šneky zavíčkované, které vložíme do horké vody potom jehlou nebo špičkou nože vyjmeme z ulit a odřízneme maso. Potom maso promneme solí, důkladně propláchneme a dáme vařit s přísadou soli, celého pepře, nového koření, bobkového listu a cibule. Vaříme do měkka asi 4 hodiny. Potom vývar přecedíme, dochutíme, přidáme presekané šnečí maso a na kostičky nakrájenou vaječnou sedlinu.

- Sicilská

-do výrazného rybího vývaru přidáme nasekané pistácie, vařená žabí stehýnka a rybí maso.

Národní a krajové polévky

- Consommé Froid (francouzská polévka)

-je silný hovězí studený vývar bez tuku, do kterého přidáme kousky loupaných rajčat a podáváme se sýrovými tyčinkami. Po zchlazení je nutno pečlivě sebrat tuk!

- Cholodnik (ruská polévka)

-je studený hovězí vývar do kterého přidáme nakrájené nudličky kyselých okurek, malé krevetky, na kostky krájené vařené vajíčko a maso z jesetera.

- Tarator (bulharská polévka)
-studená polévka z kyselé smetany přichucená solí, mletým pepřem, třeným česnekem, se salátovými okurkami (nebo hlávkovým salátem), nasekanými vlašskými ořechy a sekanou petrželkou (nebo koprem).
- Gaspačo (španělská polévka)
-studená polévka z rajčatového džusu přichucená česnekem, s přidáním mladé cibulky, na kostičky nakrájené šunky a kyselými okurkami. Dochucujeme chilli kořením a citronovou šťávou. Při expedici zjemňujeme šlehačkou.
- Rambulice (podkrkonošská polévka)
-borůvky, třešně, jablka a hrušky uvaříme ve sladké vodě, mírně zahustíme smetanou se zašlehaným bramborovým škrobem a dochutíme skořicí. V zimě se tato polévka připravovala ze sušeného ovoce a podávala teplá. Servírovala se s vařenými brambory.

Ostatní polévky

- Broskvová polévka
-oloupané vypeckované broskve rozkrájíme na kousky a krátce povaříme v oslazené vodě. Ochutíme nastrohaným jádrem z broskve. Po vychladnutí dochutíme bílým nebo šampaňským vínem.
- Jahodová polévka
-prolisujeme jahody, svaříme s oslazené vodě. Podáváme vychlazenou. Při expedici přichutíme bílým vínem, přidáme lesní jahody a podáváme s piškoty a šlehačkou.
- Pivní polévka
-připravujeme ze světlého nebo černého nízkostupňového piva které dochutíme cukrem, zavaříme a zahustíme nastrohaným perníkem. Přidáme spařené rozinky a kousky oloupaného citronu. Podáváme vychlazené.
- Staročeská pivní polévka
-svaříme 1litr světlého piva se lžičkou cukru, osolíme, přidáme kousek celé skořice a 30g másla. Ve 0,25 litru smetany rozšleháme 5 žloutků a lžičku hladké mouky, zavaříme do piva a za stálého míchání necháme zhoustnout. Podává se teplá zejména při nachlazení a plicních nemocech.
- Severská pivní polévka
-Světlé pivo zavaříme, zahustíme nastrohanými suchary, zjemníme máslem a syrovými žloutky, dochutíme mletou skořicí a cukrem. Jako vložku používáme na nudličky nakrájené a lehce opražené mandle a nastrohanou citronovou kůru a vychladíme.

- Zuppa pavese

-je vroucí hovězí vývar s drobně nakrájenou vařenou mrkví, celerem, petrželí, do kterého dáme syrové vejce a při výdeji osmažený kousek bílého chleba posypaný strouhaným parmazánem a čerstvým mletým pepřem-gratinujeme.

- Gordon

-rajčatová polévka s vařenou rýží a na kostičky nakrájenou mrkví, celerem, petrželí. Před hostem dochucujeme předeřátým ginem Gordon.

Ochucování polévek alkoholem

a) Teplé vývary a krémové polévky

-dochucujeme suchým vermutem, likérovím vínem (cherry, porto, madeira), ginem, vodkou. Dochucujeme v terinách před hostem.

b) Studené polévky a vývary

-ochucujeme sladkým nebo suchým vínem nebo aromatizovanými likéry, ochucujeme v šálkách na vozíku.

Speciální omáčky

Význam:

-omáčky jsou specifickým druhem příloh, kterým doplňujeme masité i bezmasé pokrmy po chuťové, výživové i estetické stránce. Omáčky musí být přiměřené konzistence, hladké, jemné, bez cizích příměsí. Zahuštěné jíškou musí být řádně provařené.

Rozdělení:

- 1) Základní omáčky hrubé -Bíle-bešamelová, velouté
-Hnědé-španělská, francouzská rajčatová, demi-glacé
- 2) Základní omáčky jemné -Teplé-holandské
-Studené-majonéza
- 3) Omáčky k hovězím masům -koprová, rajská, okurková, žampionová, játrová,
houbová, cibulová, smetanový křen.....
- 4) Krycí omáčky - bílá rosolová, hnědá rosolová, rosolová majonéza
- 5) Tabulové omáčky - worcestrová, sojová, tabasco, kečup

Speciální omáčky z bešamelové omáčky

- Bešamelová omáčka

-je základní bílá hrubá omáčka hustší konzistence kterou připravujeme tak, že z másla a hladké mouky si připravíme světlou jíšku do které přidáme studené mléko, důkladně prošleháme, ochutíme solí, muškátovým květem, provaříme a přecedíme.

Používá se ji jako polotovar k přípravě bílých druhů omáček a polévek, k zahušťování ragú, zeleniny, gratinovaných pokrmů apod.

- Mornay (sýrová, gratinovací)

-do mírně prochlazené bešamelové omáčky přidáme kousek másla, syrové žloutky, nastrouhaný sýr a podle potřeby dále přichutíme. Používá se ke gratinování pokrmů.

- Jarní omáčka

-bešamelovou omáčku zjemníme máslem, přidáme nasekanou směs fines-herbes a krátce provaříme.

Fines-herbes-kyselé okurky, sardelky nebo sardelová pasta, šalotku, sterilizované hříbky nebo žampiony, petrželka, kapari, citronová kůra případně i šťáva.

- Žampionová bílá omáčka

-bešamelová omáčka, na másle podušené žampiony, citronová šťáva, zjemníme šlehačkou a krátce provaříme.

- Polská omáčka

-bešamelová omáčka, kyselá smetana, cukr, sůl, strouhaný křen a krátce provaříme.

- Raiford

-bešamelová omáčka, bílé víno, strouhaný křen a krátce provaříme.

- Šunková omáčka

-bešamelová omáčka, mléko, na drobné nudličky nakrájená šunka orestovaná na másle, sůl, mletý pepř.

- Aurora

-bešamelová omáčka, kečup, citronová šťáva, sůl, mletý pepř, zjemníme máslem a krátce provaříme

Speciální omáčky z omáčky velouté

- Omáčka velouté

Je základní omáčka hustší konzistence, kterou připravujeme ze světlé máslové jíšky kterou zalijeme chuťově výrazným vývarem, dobře prošleháme, dochutíme solí a muškátovým květem, provaříme a procedíme.

Podle druhů použitého vývaru získává omáčka své charakteristické pojmenování (např. drůbeží vývar-drůbeží velouté, rybí vývar-rybí velouté). Používá se jako polotovar k přípravě polévek a omáček.

- Račí omáčka

Do omáčky velouté přidáme nakrájené vařené račí maso, cayenský pepř, trochu rybího vývaru a zjemníme račím máslem a krátce provaříme.

Račí máslo-do rozpuštěného másla přidáme skořápky z vařených raků a provaříme až je máslo čiré, potom zalijeme vodou a znovu provaříme, přecedíme a dáme do chladu. Po ztuhnutí másla na povrchu tuk sebereme a provaříme až je čirý.

- Omáčka Nantua

-do rybího velouté přidáme rybí fond, zjemníme šlehačkou a račím máslem a krátce provaříme.

- Jemná smetanová omáčka

-omáčku velouté zjemníme smetanou a přichutíme muškátovým květem, krátce povaříme.

- Drůbeží omáčka

-drůbeží velouté zjemníme šlehačkou a máslem a přichutíme výtažkem z lanýžů, krátce povaříme.

- Omáčka Financière

-do drůbežího velouté přidáme bílé víno, lanýžový a žampionový výtažek a nasekané bylinky (petrželka, libeček, bazalka), krátce povaříme.

- Pompadour

-do drůbežího velouté přidáme mléko, na drobno nasekané vařené vejce a na másle dušené žampiony a šalotku, krátce povaříme.

Speciální omáčky ze španělské omáčky

Španělská omáčka

Je základní hrubá, hnědá omáčka, hustší konzistence, kterou připravíme tak, že na tuku orestujeme nakrájenou mrkev, celer, petržel, přidáme celý pepř, nové koření, bobkový list, špetka tymiánu. Potom přidáme na hrubo nakrájenou cibuli společně orestujeme do zlatova, lehce zaprášíme cukrem a necháme zkaramelizovat (tmavý zeleninový základ), přidáme rajčatový protlak, promícháme, zalijeme silným, chuťově výrazným vývarem, provaříme, zahustíme tmavší prochladou jíškou, prošleháme, provaříme, ke konci přichutíme červeným vínem, solí a krátce provaříme a přecedíme. Tuto omáčku používáme k přípravě speciálních omáček k tmavým druhům masa (zvěřina, hovězí).

- Morková omáčka

-do španělské omáčky přidáme na plátky krájený hovězí morek, červené víno a krátce provaříme.

- Burgundská omáčka

-do španělské omáčky přidáme červené víno a na másle podušenou šalotku a žampiony a krátce provaříme.

- Žampionová hnědá omáčka

- do španělské omáčky přidáme bílé víno, žampionový výtažek a na másle podušené žampiony, krátce provaříme.

- Provensálská omáčka

- do španělské omáčky přidáme na másle podušené žampiony, nakrájená rajčata a třený česnek, krátce provaříme.

- Omáčka Garibaldi

-do španělské omáčky přidáme sardelové máslo, nasekané kapary, třený česnek, hořčici a kari koření, krátce provaříme.

Speciální omáčky z omáčky demi-glace

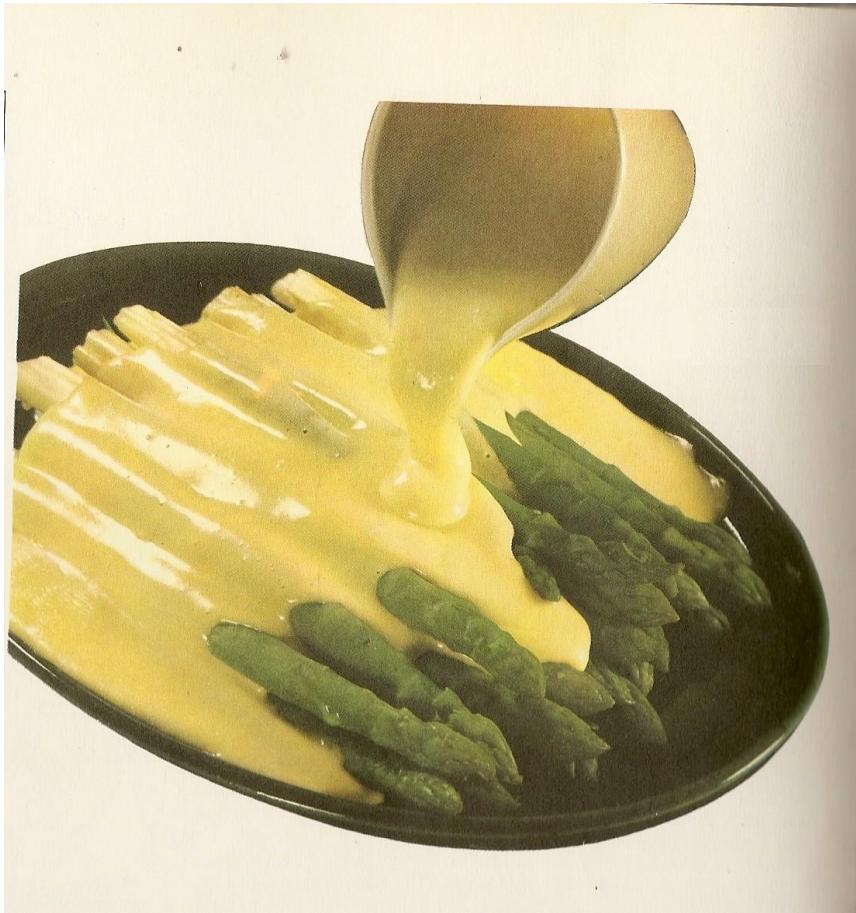
Omáčka demi-glace

Je to silný masový výtažek hustší konzistence. Připravuje se ze silného masového vývaru (fonde) do kterého přidáme šťávu z telecího nebo hovězího masa, rajčatový protlak a po provaření lehce zahustíme tmavší prochladlou jíškou, prošleháme, provaříme, dochutíme solí, přecedíme a zjemníme máslem. Omáčku používáme k přípravě speciálních omáček a zesilování šťáv a omáček.

- Lanýžová omáčka
-do omáčky demi-glace přidáme nadrobno nakrájené konzervované lanýže, podle potřeby přidáme vývar z hovězího masa a dochucujeme solí a vínem MADEIRA, krátce provaříme.
- Omáčka Piccadily
-omáčku demi-glace ochutíme a zjemníme sardelovým máslem, anglickou hořčicí a přidáme na másle podušenou šalotku, krátce provaříme.
- Omáčka Nicoise
-do omáčky demi-glace přidáme nadrobno nakrájená rajčata, dochutíme cukrem a solí a krátce společně provaříme.

Speciální omáčky z holandské omáčky

Je jemný druh pikantní omáčky, kterou připravujeme pošírováním ve vodní lázni a to tak, že šleháme žloutky s přidáním rozpuštěného másla a malého množství vývaru, ochucujeme solí, bílým nebo červeným pepřem a citronovou šťávou. Omáčka se nesmí prudce vařit, jinak se srazí. Na kratší dobu uchováváme ve vodní lázni, na delší dobu spojujeme s omáčkou bešamelovou nebo velouté. Omáčku používáme pro přípravu speciálních omáček, jako přílohu k jemným pokrmům připravených z masa, ryb, zeleniny apod.



- Bernská omáčka teplá
-do horké holandské omáčky přidáme bílé víno, cibulovou šťávu, jemně nasekaný estragon a petrželku, dochutíme solí.
- Maltezká omáčka teplá
-do horké holandské omáčky přidáme jemně nastrouhanou pomerančovou kůru a pomerančovou šťávu.
- Omáčka Aegir
-do holandské omáčky přidáme anglickou hořčici.
- Omáčka Caprés
-do holandské omáčky přidáme najemno nakrájené kapary.
- Krevetová omáčka
-do holandské omáčky přidáme na malé kousky nakrájené konzervované krevety.
- Omáčka Lombarde
-do holandské omáčky přidáme na másle dušené jemně nasekané žampiony a petrželovou nať.

- Omáčka Choron
-do holandské omáčky přidáme protlak z dušených rajčat.

Speciální omáčky z majonézy

Majonéza

Pečlivě oddělené žloutky šleháme s přidáním hořčice, soli, bílého pepře, citronové šťávy nebo octa až nám vznikne jemná emulze, do které zašleháme po malých dávkách olej.
-aby se nám majonéza nesrazila musíme olej zašlehávat po malých dávkách a základních suroviny (žloutky a olej) musí mít stejnou teplotu, nejlépe 20 stupňů celsia. V případě, že se majonéza srazí, vyšleháme znovu žloutky a sraženinu do nich po malých dávkách zašleháváme.

Vařená majonéza

Oddělené žloutky šleháme ve vodní lázni za průběžného pošírování s přidáním malého množství vody, hořčice, soli, mletého pepře, citronové šťávy nebo octa až nám vznikne jemná emulze potom stáhneme z ohně, necháme zchladnout a po malých dávkách do ní zašleháváme olej.

Využití majonézy:

- k přípravě speciálních studených omáček(hořčičná, tatarská, švédská, apod.)
- ke spojování salátů (bramborový, vlašský, francouzský, z uzenáčů apod.)
- k přípravě předkrmových koktejlů (kuřecí, humrový, krabí, krevetový apod.)
- k přípravě krycích omáček (rosolová majonéza)
- ke zdobení výrobků studené kuchyně (na chlebičky, chuťovky, kornouty, závitky apod.)
- k přípravě majonézových přelivů (vejce se šunkou na francouzském salátě, vejce kardinál, myslivecké vejce apod.)

- Tatarská omáčka
-do majonézy vmícháme smetanu, bílé víno, nasekanou směs fines-herbes a dochucujeme hořčicí, citronovou šťávou, solí a cukrem.
- Hořčičná omáčka
-majonéza, hořčice, citronová šťáva, sůl, pepř, cukr.
- Ruská omáčka
-majonéza, kaviár, maso z kraba (chatka), citronová šťáva, worcester, hořčice.
- Švédská omáčka
-majonéza, šlehačka, na drobno krájená jablka podušené na bílém víně, ocet, cukr, worcester, strouhaný křen.
- Španělská omáčka (studená)
-majonéza, na malé nudličky krájená šunka, hořčice, citronová šťáva, na drobno krájený vařený bílek, třený česnek, mletá paprika, cukr.
- Omáčka RAVIGOTE
-majonéza, nasekané kapary, sardelové řezy, kyselá okurka, šalotka, petržel, estragon.
- Maltézská omáčka (studená)
-majonéza, na drobno krájená šunka, šlehačka, citronová a pomerančová šťáva, cukr a worcester.
- Bernská omáčka (studená)
-majonéza, kyselá okurka, kapary, cibulová šťáva, ocet, pepř, petržel a worcester.
- Remuládová omáčka
-majonéza, kyselé okurky, kapary, citronová šťáva, hořčice, kaviár, cukr, pepř.

Speciální omáčky z vinegret

- **Vinegret (vinaigrette)**

-jemně usekaná cibulka, kapary, petrželová nať a sterilované okurky se promíchají se směsí 1/3 oleje a 2/3 octa. Dochutíme solí, pepřem a worcesterskou omáčkou.

- **Norská**

-vinegret se smíchá s drobně sekaným žloutkem a sardelkami. Používá se k rybám a rybím salátům.

- **Rybářská**

-omáčka vinegret dochucená kerblíkem a krabím masem. Podává se hlavně k studeným rybím pokrmům.

- **Ravigote (ravigot)**

omáčka vinegret doplněná o drobně sekaná vejíčka, okořeněná bílým pepřem.

- **Ruská**

-omáčka vinegret doplněná hořčicí, humřím masem a kaviárem.

Úprava studenokrevních živočichů

Úprava korýšů

- **Úprava raka potočního**

Je jediným naším korýšem, u nás jsou však celoročně chráněni, má jemné a chutné maso na přípravu používá me raky zásadně živé. Před vlastním vařením raka pečlivě okartáčujeme a omyjeme a dále ho vkládáme do dostatečné množství várky po hlavě:

- a. -voda, sůl, kmín, světlé pivo, petrželová nať
- b. -voda, sůl, mrkev, celer, petržel, cibule, nové koření, celý pepř, bobkový list, plátky oloupaného citronu, bílé víno.

Raky vaříme pošírováním přibližně 10-15 minut. Rak má maso v klepítkách a ocásku. Červený krunýř a ocásek stočený pod sebe je známkou, že rak byl opravdu živý, jinak maso nepoužíváme je zdraví škodlivé. Nejlepší raci jsou v období červen až srpen. Průměrná hmotnost je 150g, samečci bývají zmasilejší.

Využití ve studené kuchyni:

-na zdobení výrobků, chlebičky, chuťovky, jako vložka do studných omáček, saláty, předkrmové koktejly, račí ocásek ve vinném aspiku apod.

Využití v teplé kuchyni:

-do polévek, jako vložka do rybích ragú, ke zdobení pokrmů z ryb nebo je podáváme vařené se studenými nebo teplými omáčkami.

• Úprava humra

I zde platí zásada že používáme humry jen živé, při přepravě o skladování se musí zabezpečit jejich velká klepeta gumou či drátem aby se navzájem nepoškodili. Humr americký je oproti evropskému o trochu větší, barvu má tmavě-šedou, tmavě-modrou s načervenalými klepety dorůstá délky až 90 cm a váhy 6-8 kg. Při přípravě pro 1 osobu se používají humři o délce 45 cm a hmotnosti 0,5 kg. Na slavnostní mísu a zároveň nejchutnější jsou o hmotnosti 3 kg. Největšími vývozci jsou Kanada, USA, Norsko, Švédsko, Dánsko. Hranice života pro humra je do teploty vody 5°C. Exportují se buď živí a nebo vaření a zmrazení. Maso mají v klepetech a v ocasu. Při čištění dáváme pozor na malá zelená vajíčka na spodní části ocasu u samiček, která po uvaření také zčervenají nazývají se KORAIL a používají se obdobně jako kaviár. Postup při vaření je obdobný jako u raka doba varu je u 0,5 kg humra asi 25 minut, 3 kg humra asi 45 minut, vaří se pošírováním při 85°C.

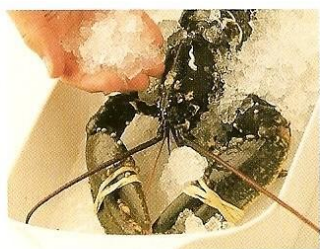
• Využití ve studené kuchyni

Po uvaření necháme humra ve várce zchladnout, potom ho otočíme na záda, vyřízneme maso z klepet a ocasu-odstraňujeme střívko. Krunýř vytřeme aspikem a plníme buď salátem z humřího masa, nebo maso z ocasu nakrájíme na malé medailonky, které šupinovitě skládáme na horní část krunýře a zdobíme loupanými rajčaty, citrónem, žampiony apod. Dále z masa upravujeme různé rosolované pokrmy, předkrmové koktejly, vložky do polévek, do marinád a salátů, na chlebičky, chuťovky, na ozdoby apod.

• Využití v teplé kuchyni

-v teplé kuchyni po pečlivém očištění pečeme humra na oleji a to tak, že je podélně za živa rozsekáme, vyjmeme střívko a ihned vložíme do rozpáleného oleje později můžeme přidávat kečup, bílé víno, žampiony, lanýže, jemné druhy zeleniny apod.

Příprava a vaření živého humra



1 Živého humra zabijete nehumánněji, když ho položíte do mrazuvzdorné mísy a pokryjete ho drceným ledem, aby upadl do bezvědomí. Také ho můžete dát na 2 hodiny do mrazničky.



2 Když je humr zchlazený a už se nehýbe, protože upadl do bezvědomí, položte ho na prkýnko a špičkou velkého, ostrého nože vedte řez prostředkem kříže na jeho hlavě. Podle expertů nastane smrt okamžitě.



3 Pokud se vám nechce do humra řezat, vhodte ho do velké nádoby se studenou, osolenou vodou a pomalu ji přiveďte k varu. Humr zemře, než se voda začne vařit.



4 Také můžete bezvědomého humra hodit do velké nádoby s vařící vodou. Musíte ho ponořit hlavou napřed a potom okamžitě přikrýt nádobu pokličkou. Voda se musí opět přivést k varu. Pokud vaříte dva humry v jedné nádobě, počkejte s přidáním druhého, až se voda začne zase vařit. Nevařte více než dva humry najednou.



5 Stáhněte plamen a na mírném ohni vařte prvního 450g humra asi 15 minut, dalšího 450g humra vařte dalších 10 minut, ale maximálně 40 minut. Jeho vynikající jemné masíčko by pak bylo rozvařené.



6 Uvařený humr dostane tmavě cihlovou barvu. Vytřepete z něj vodu a nechte ho vychladnout, pokud ho nechcete jíst teplého.

7 Vyndejte maso a krunýř použijte na polévku nebo vývar.

Jak vyjmout maso z uvařeného humra



1 Pevně uchopte humra do jedné ruky a kroutivým pohybem mu oddělte klepeta.



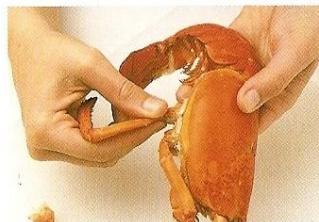
3 Otočte humra na druhou stranu a prořízněte mu hlavu. Rozdělte humra po délce na dvě poloviny a odstraňte žaludeční měchýřek.



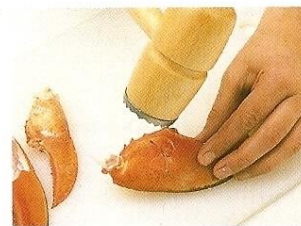
5 Klepeta rozeberte na části. Jednou rukou uchopte větší část klepeta, zakřivenou částí dolů, a odtrhněte menší klepítko. Kroutivým pohybem oddělte klepeta od kloubu.



2 Položte humra na dostatečně prostorné prkýnko, pravou stranou k sobě, a vsuňte velký, ostrý nůž kolmo do švu mezi humřím tělem a hlavou. Pevně stisknete a oddělíte od sebe tělo a ocas.



4 Kroucením oddělte nohy a stříenkou nože je rozdrťte. Speciální jehlicí nebo háčkem z nich vyberte vynikající humří maso a dejte do mísy.



6 Paličkou na maso nebo koncem válečku na těsto jemně rozlouskněte skořápku a vyndejte maso.

Přehled koryšů

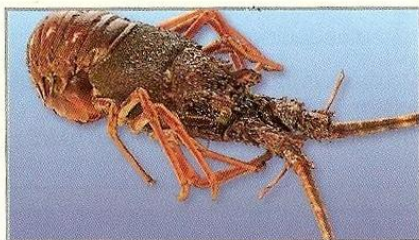


Krevety (garnely) *shrimps* *les crevettes (w)* *Garnelen*

Na základě různých velikostí se rozlišují 3 skupiny:

- ♦ malé krevety – 5 až 6 cm
- ♦ krevety – 5 až 15 cm
- ♦ obří krevety – 17 až 23 cm

Malé krevety ulovené v Severním moři bývají často označovány jako „Nordseekrabben“. Z důvodu tradice je toto označení přípustné.

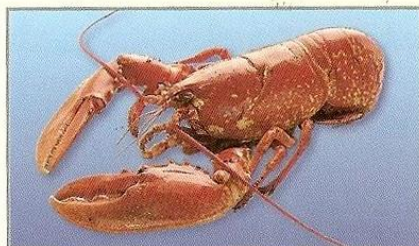


Langusty *rock lobster* *la langouste* *Languste*

Langusty žijí na skalnatém pobřeží, ve středně teplých a teplých vodách (Středozemní moře, Golfský proud).

Typické znaky:

- ♦ velikost 25 až 40 cm
- ♦ dlouhá tykadla
- ♦ velmi malá klepeta

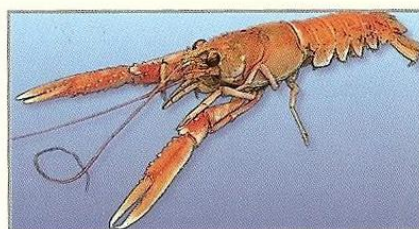


Humři *lobster* *l'homard (m)* *Hummer*

Tito majestátní živočichové žijí také na skalnatých pobřežích, avšak ve vodách s chladnějšími teplotami (Severní moře, Atlantik).

Typické znaky:

- ♦ velikost 25 až 30 cm, výjimečně až 70 cm
- ♦ silně vyvinutá klepeta, každé má specifický úkol



Garnáti *norway lobster* *la langoustine* *Kaisergarnal*

Mezi nejznámější patří koryš nazývaný v Německu Kaisergranat, který bývá někdy označován jako Norwegischer Hummer, Langostino nebo Scampo.

Typické znaky:

- ♦ velikost 20 až 25 cm
- ♦ dlouhá, silná klepeta



Krabi *crab* *le crabe* *Krabben*

Velcí živočichové, kteří bývají ve světě označováni podle rodu a velikosti různým způsobem.

Typické znaky:

- ♦ velikost 5 až 40 cm
- ♦ kulatý tvar a silná klepeta



Raci *freshwater crayfish* *l'écrevisse* *Krebs*

Rak je rodové označení pro několik druhů sladkovodních koryšů. Nejčastěji bývá kulinářsky využíván rak říční.

Typické znaky:

- ♦ velikost 8 až 15 cm
- ♦ menší klepeta

Koryši chutnají nejlépe v době růstu, tj. od května do srpna.

Úprava langusty

Je mořský rak s malými klepítky, který má jako ozdobu dlouhá tykadla. Maso má v předních silných nohách a v mohutném ocase. Do Evropy se dovážejí z oblasti Karibského moře většinou letecky. Během cesty a v zjetí nepřijímají potravu. Úpravy ve studené i teplé kuchyni jsou totožné jako u humra. Mají robustnější tělo jak humr a maso je lahodnější. Protože langusty nemají maso v klepetech, musíme počítat s jednou 450g langustou na osobu.

Úprava langustiny

Jsou to blízcí a trochu menší příbuzní humrů. Mají růžová úzká těla pokrytá hladkým krunýřem a dlouhá tenká klepítka. Původně se nacházely u norského pobřeží, proto se jim ještě dnes říká norští humři, v současnosti však žijí podél celého pobřeží Atlantiku, v Jaderském moři a v západní části Středozemního moře. Platí pravidlo, čím je chladnější voda, ve které žijí, tím lepší má jejich maso chuť.

Langustiny se rychle kazí, proto se často uvaří nebo zamrazí už na moři. Nejlepší jsou od konce jara do podzimu. Ve srovnání s ostatními koryši nemění langustiny po uvaření barvu, a tak si musíte být 100% jisti tím, co kupujete. Máte-li k dispozici již vyloupané langustiny, počítejte se 115g na osobu a dvojnásobným množstvím, kupujete-li langustiny v krunýři. Můžeme je 3-5 minut péct v troubě v olivovém oleji s česnekem nebo grilovat – stačí asi 2 minuty na každé straně, také je můžete vařit v bujonu a podávat horké s rozpuštěným máslem. Celé langustiny jsou výborné, když je podáváte studené s majonézou. Maso z ocásků můžeme upravovat ve smetanové omáčce s houbami a se sýrem nebo je podávat s omáčkou ochucenou whisky.



Langustiny jsou
vzácná a drahá
lahůdka.

Úprava kraba

Nazývá se také mořský pavouk a používá se přes 30 druhů krabů. Krab královský se dožívá stáří až 15 let a váží i 12 kg. Běžně se používají středně velcí krabi o průměru krunýře asi 14 cm a stáří asi 7 let. Nejčastěji se dovážejí ze Severního Pacifiku a Beringova moře, kde jsou chytáni a rovnou zpracováni na velkých konzervářských lodích, tam se uvaří a buď zmrazí nebo se konzervují. Konzervované maso z krunýřů, nohou a klepet se často prodává pod názvem Chatka. Nebo se maso mrazí a dodává v 1-2 kg blocích, vaření, mražení (živí se dodávají minimálně). Maso je jemné a používají se například k dušení pokrmů se zeleninou, na ragú, rizoto z kraba, na saláty, předkrmové koktejly, chuťovky, chlebíčky, jako vložka do polévek a omáček, jako součást jídel na ozdobu. Předběžná příprava a vaření je podobné jako humra. U kraba používáme pouze bílé maso. Jak krabi rostou, vyrůstají ze svých krunýřů a shazují je. Nový krunýř, který jim naroste, je z počátku měkký. Tito krabi jsou lahůdkou. Samičky mají sladší maso než samci, ale jsou menší.

Dole: Mořskému pavoukovi chybí pár velkých klepet, ale v nohou má spoustu masa.



Dole: Modří krabi bývají velcí až 20 cm, ale většinou se prodávají krabi menší.



Maso pravého kamčatského kraba „CHATKA“

Krevety, garnelky, garnáti, scampi

Jsou mořští ráčci z různých moří a různých velikostí, úprava je obdobná jako u jiných koryšů. Na trh je dostáváme vařené, loupané a konzervované nebo vařené a zmrazené, případně i vařené neloupané zmrazené. Maso je bohaté na minerální látky zejména fosfor, vápník, jod a plnohodnotné bílkoviny, tuku obsahují malé množství.

Používá se například: smažené v trojobalu nebo těstíčku, s pikantní omáčkou, k přípravě špízu, na čínský způsob v kyselém karamelu, k přípravě předkrmových koktejlů, jako vložku do polévek, jako součást plodu moře apod.



*Nahoře:
Tygří krevety
jsou šťavnaté
a mají zajímavý vzhled.*

Sloupnutí skořápky a odstranění žíly

Někdy to vypadá hezky, když servírujete krevetou i s ocáskem.



1 Uchopte krevetou rukama a odtrhněte hlavu a nohy. Sloupněte skořápku.



2 Ze zadní části krevety opatrně vyřízněte nožem černou žílu a vyhodte ji.

Úprava měkkýšů

(lasturovci)

Ústřice

-největšími milovníci ústřic jsou Francouzi, nejkvalitnější jsou francouzské a portugalské a dále španělské, z Pacifického oceánu a Atlantiku, anglické, americké i australské. Skladujeme je vždy v chladu zatížené aby z nich nevytekla cenná ústřicová voda, používáme pouze ústřice živé. Nejčastěji je podáváme zaledované s citronem, máslem, bílým pepřem, šalotkovým octem nebo tabascem a křupavou bagetou. Dále můžeme upravovat dušením, smažením, gratinováním, jako vložka do polévek, jako součást plodu moře a mohou se i konzervovat. Při podávání za syrova si otevřenou ústřici prohlédneme, zda neobsahuje písek nebo střípky lastury, pak ji pokapeme citronem, pečlivě ostrou vidličkou oddělíme od lastury, aby byla volná, pootočíme oblejší stranou lastury k sobě a vysrkáme i s ústřicovou vodou.



Obr. 1: Plochá ústřice

Hluboké ústřice jsou delší a vyklenuté. Známe je také pod názvem portugalské ústřice.



Obr. 2: Hluboké ústřice

Slávky jedlé

-jsou sytě modré až černé mušle s poměrně křehkou skořápkou velké od 5-10 cm. Obsahují vitamíny A, řadu B, C, D a velké množství minerálů a bílkovin. Největšímu vývozcí jsou Španělé a Holanďané. Nejsou také ceněny jako ústřice, upravují se dušením na víně nebo se zeleninou, gratinováním, zapékáme s ochuceným máslem, slaninou, do omelet, těstovin, do polévek nebo jako součást plodů moře a salátů. Modré(evropské) slávky pocházejí z chladných britských vod a považují se za nejlepší a nejšťavnatější. Jsou velké a mají sladké maso, které je u samic nádherně oranžové a samců světle krémové. Uvařené maso je buď růžové nebo žluté.

-mezi lasturovce dále řadíme např. novozélandské zelené mušle, bílooranžové jakubky, ušň mořskou, srdcovku jedlou, apod.

-o všech těchto lasturových platí, že musí být vždy náležitě uchováni (přepřarováni) v chladu 4-7 stupňů Celsia, neboť velmi rychle podléhají zkáze a jsou pak jedovaté!



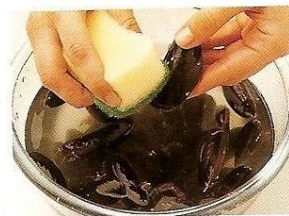
Modré slávky jsou považovány za nejchutnější.



Zelenouště slávky

Příprava a vaření slávek

Slávky, které se vám po poklepání nezavřou a ty, které se vařením neotevřou, vyhoďte.



1 Umyjte slávky ve velkém množství studené vody, dobře je vydrhněte, abyste odstranili písek a bahno.



2 Na každou otevřenou slávku poklepte stříenkou nože a ty, které se nezavřou, vyhoďte.



3 Odstraňte vláknité „vousy“, které trčí mezi oběma polovinami skořápek.

4 Vhodte slávky do velké nádoby s pokličkou a vařte je, dokud se neotevřou. Ty, co zůstaly zavřené, vyhoďte.

Škeble palourde

Jsou to malí měkkýši, kteří měří 4-7,5cm. Mají atraktivní rýhované hnědé skořápky se žlutým mřížkováním vzorem. Maso je mimořádně jemné, takže ho můžeme jíst syrové, ale i grilovat.



Nahoře: Škeble palourde mají velmi jemnou chuť a mohou se jíst syrové.

Hřebenatky

Mají dvě nesouměrné paprscitě rýhované misky ve tvaru vějíře, jedna je plochá a druhá klenutá. Vyskytují se v mnoha částech světa od Islandu až po Japonsko. Ve světě existuje 300 druhů hřebenatek různých barev, nejběžnějším druhem je hřebenatka obecná neboli velká hřebenatka, jejíž červenohnědé misky mohou být velké 5-6cm. Na jednu porci hlavního chodu musíte počítat se 4-5 velkými hřebenatkami, 3x tolik jich musíte mít, pokud jsou menší.

Před úpravou musíte odstranit vousy a tmavé části hřebenatky. Jsou-li dostatečně velké, můžete bílé maso rozkrojit na polovinu. Hřebenatky se vaří co nejkratší dobu, aby si zachovaly svou pevnou, ale křehkou konzistenci. Také je můžete nakrájet na tenké plátky a jíst je syrové pokapané citronem a olivovým olejem. Celé hřebenatky v lastuře můžete péct v troubě. V tomto případě potřete lastury kašičkou umíchanou z mouky a vody, aby vám nevytekla šťáva. Také jsou výborné, když je zabalíte do slaniny a grilujete; smažíte obalené ve vajíčku a strouhance; opečete 30s po obou stranách; dusíte s různou zeleninou nebo uvaříte v páře se zázvorem a sojovou omáčkou. Je z nich také výborná paštika neb puding.

Hřebenatky královské mají pevné, bílé maso a ve správném ročním období také oranžové nebo světle červené jikry – korály



Otevírání hřebenatek v troubě

Nejsnadněji otevřete lastury hřebenatky, když je umístíte, vyklenutou stranou dolů, na pečicí papír a vložíte je na několik okamžiků do trouby předehřáté na 160 °C, plynová trouba stupeň 3, a necháte je tam, dokud se neotevřou natolik, abyste je mohli sami snadno rozevřít.

1 Rozprostřete vrstvu hřebenatek na pečicí papír a zahřívejte, dokud se nepootevřou.



2 Vyndejte lasturu z trouby, případně ji nechte trochu vychladnout, pak ji uchopte do ubrousku, plochou stranou vzhůru. Čepelí dlouhého pružného nože přejeďte po vnitřní straně ploché lastury a přeřízněte sval, který drží obě misky pohromadě. Potom lasturu opatrně rozevřete.



3 Odstraňte vrchní misku a vyndejte a vyhoďte černý střevní vak a žlutou nařasenou blánu.



4 Odřízněte bílé maso a oranžový korál ze dna misky, opláchněte pod studenou tekoucí vodou a odstraňte bílý vaz přirostlý k masu. Takto připravené maso už můžete nejrůznějšími způsoby upravovat.

Příprava: mušle namočíme do vody a kartáčem je očistíme. Mušle které pocházejí z chovu, jsou většinou čisté. Vous(žábry) odstraníme prsty. Někdy si musíme přidržet mušli utěrkou a vous vytrhnout. Pak je vložíme do hrnce a naplníme asi do poloviny, protože mušle se při vaření musí otevřít a zaberou tak více místa. Slávky se otevírají po 5-10 minutách, srdcovky po 7 minutách a zaděnky po 10 minutách. Mušle, které se po vaření neotevřou, vyřadíme. Slávky vaříme v osolené vodě s máslem, cibulí, bobkovým listem a zeleninou.

Mušle na bílém víně(pro 4 osoby)

2kg mušlí očistíme na kostičky rozkrájíme 100g celeru a stejné množství mrkve a póru. Oloupeme 2 stroužky česneku a 1 cibuli, nakrájíme nadrobno a podusíme na lžici olivového oleje spolu se zeleninou. Zalijeme 250ml bílého vína a povaříme. Přisypeme mušle a vaříme, dokud nejsou mušle hotové. Vývar osolíme, opepříme a vešleháme máslo, čímž se vývar zahustí. Podáváme s bagetou.

Úprava hlavonožců

Mezi hlavonožce řadíme: chobotnice, sépie, kalamáry, krakalice.

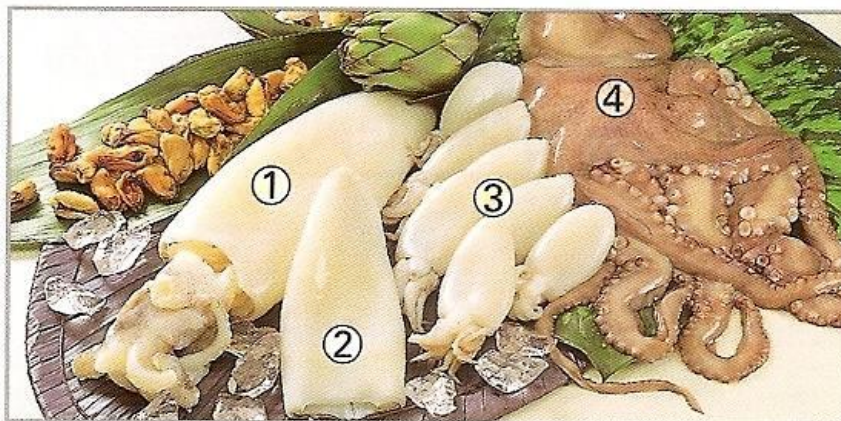
Maso obsahuje hodně mědi, která je důležitá na vývoj kostí, podporuje činnost mozku a nervové soustavy, nejvíce oblíbení jsou v celé Asii.

Hlavonožci

Tak se označují mořští živočichové, jejichž chapadla jsou umístěna na hlavě.

Důležité druhy:

- ① Kalmar  *squid*  *le calmar*  *Kalmar*
- ② Tuba – tělo kalmara
- ③ Sépie  *cuttlefish*  *la sèche*
 *Tintenfisch oder Sepia*
- ④ Chobotnice  *octopus*  *le poulpe*  *Krake*



1)Chobotnice

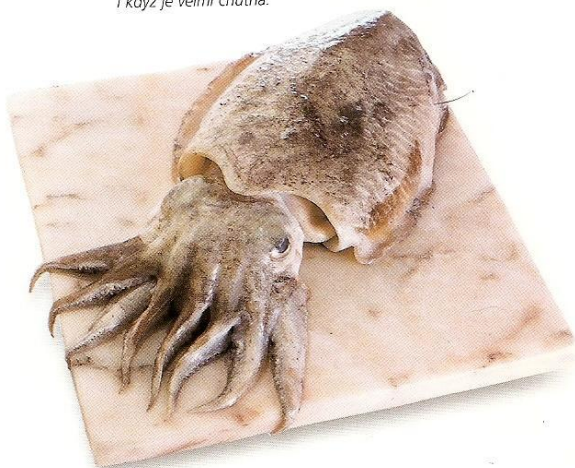
Největší chobotnice byla ulovena u břehu Kanady vážila 272 kg a délka ramen činila 9,6 m. Průměrná hmotnost samce je 23 kg a samice asi 15 kg, pro kuchyňské zpracování je nejvhodnější chobotnice o hmotnosti 300 g a o velikosti 15-20 cm. Velmi často se také upravují malé robotničky. Chobotnici nejprve spaříme a stáhneme blanku z celého těla ze středu vyloupneme tuhý nejedlý zobec, odřízneme tělo vyčistíme a vyjmeme váčky, s hnědou tekutinou vyhodíme, černou tekutinou (inkoustem) uchováme k přípravě těstovin a speciálních omáček. Aby bylo maso křehčí tak ho nejprve zmrazujeme a před použitím ještě naklepeme. Velmi dobře se kombinují s cibulí, česnekem, rajčaty, paprikami, sojovými klíčky, sojovou a ostatními pikantními omáčkami. Nejchutnější chobotnice jsou s párovými přísavkami na chapadlech.



2)Sépie

Sépie i kalamáry jsou pochoutkou ve Španělsku ale oblibu získávají i u Středoevropanů. Z tělíčka sépie musíme vyjmout kostici, též blanšírujeme a stáhneme modro-šedou blanku, maso upravujeme do salátů, dušené, pečené, zapékané, smažené. Tělíčka můžeme i plnit nebo je krájíme na kroužky obalujeme v těstíčku a smažíme, nebo dusíme. Sépie obecná má zploštělou oválnou hlavu, na zádech má hnědé příčné pruhy, má 8 krátkých a 2 dlouhá chapadla, tělo měří 25-30cm.

Sépie je nedocenená,
i když je velmi chutná.



3)Olihně(kalamáry)

Jsou hlavonožci s protáhlou hlavou a štíhlým torpédovitým tělem, které je zakončeno trojúhelníkovou ploutví. Vnitřní skořápku tvoří průhledné „péro.“ Kalamáry mají hladkou, pískově červenou kůži a váží až 2kg. Prodává se čerstvá a mražená. Na osobu počítáme olihně o hmotnosti 200g. Tepelně zpracováváme velmi krátce, jinak bude maso tuhé, gumové. Tělo můžeme plnit a upravovat v rajské omáčce, nebo dusit s cibulí, česnekem a rajčaty. Kroužky nakrájené z tělíčka obalujeme v pařížském těstíčku a smažíme. Z vařeného masa připravujeme saláty. Malé olihně grilujeme, opékáme v oleji s česnekem apod.

Dole: Olihně jsou k dostání po celý rok a zmrazením neztrácejí na kvalitě.



Kuchání a příprava olihni

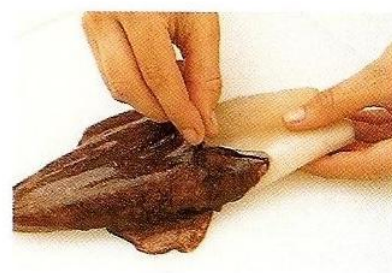


1 Důkladně opláchněte oliheň pod studenou tekoucí vodou. Tělo držte v jedné ruce, druhou rukou uchopte chapadla na konci a jemně, ale pevně odtahujte hlavu od těla. S chapadly vytáhnete také měkké, nažloutlé vnitřnosti.

2 Ostrým nožem odřízněte hlavu od těla. Chapadla si schovejte, ale vyhoďte střední část tvrdého zobáku, hlavu a vnitřnosti. Ty se totiž na rozdíl od sépiového váčku ke kuchyňské úpravě nehodí.



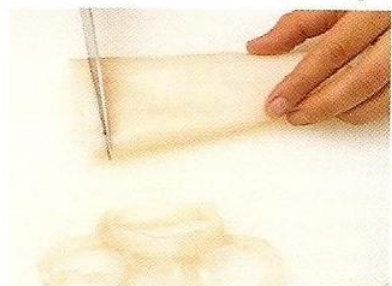
3 Opatrně vyjměte sépiový váček a dejte ho do lednice v malé misce se studenou vodou, aby se vám nepoškodil.



4 Sloupněte z těla nachově šedou blánu a vyhoďte ji.



5 Vytáhnete „péro“ a umyjte tělo pod studenou tekoucí vodou.



6 Tělo, ploutve a chapadla nakrájejte na velikost, kterou potřebujete pro svůj recept.

Úprava ježovky

Milovníci darů moře tvrdí, že požívání masa těchto mořských tvorů patří k velkým gastronomickým požitkům. Ve světě existuje přes 800 druhů ježovek, ale jen málokteré jsou jedlé. Nejběžnějším evropským druhem je ježovka dlouhoostná, zelenavý nebo nafialovělý až černý okrouhlý živočich, který měří zhruba 7,5cm a jehož skořápka je pokrytá dlouhými ostny jako u ježka. Samice jsou o trochu větší než samci a také mají lepší chuť. Jedí se z nich pouze oranžové nebo žluté pohlavní žlázy(nazývané korál). Ty mají pronikavou jódovou příchutí. Nejlepší jsou nafialovělé nebo zelené ježovky s dlouhými ostny a s pevně sevřenými ústy(ta jsou na spodní straně). Dostanete-li ke koupi čerstvé ježovky, můžete je v lednici skladovat až 3 dny.

Ježovky se jedí syrové. Vršek musíte odříznout jako u vejce natvrdo a vnitřek vybrat kávovou lžičkou. Nejlépe se ježovky otevírají speciálním nožem coupe orsin, ale když ho nemáte, postačí vám velmi ostré nůžky. Ježovky se také přidávají pro chuť do omáček, na těstoviny, do omelet a míchaných vajíček. Je z nich vynikající polévka, které se podává v jejich skořápce a požívá se kávovou lžičkou. Skořápka ježovek se dá také velmi dobře použít jako nádoba na různé jiné dary moře jako jsou například langustiny dušené v omáčce z ježovek.

Jak otevřít ježovku

Nejlépeším nástrojem k jejímu otevření je nůž zvaný *coupe oursin*. Pokud ho nemáte, postačí vám velmi ostré nůžky. Musíte si však navléknout gumové (PVC) rukavice, abyste se nepopíchali.



1 Držte ježovku na prkénku a pomocí nože *coupe oursin* nebo ostrých nůžek vyřízněte měkkou tkáň na spodní straně.



2 Nadzdvihněte uříznutý vršek a odstraňte ústa a vnitřnosti, které jsou nepoživatelné. Šťávu si uschovejte na ochucení omáček z koryšů, do vaječných jídel nebo polévek.



3 Malou lžičkou vyloupněte jasné oranžový korál.



Ježovky jsou v Japonsku a v mnoha středomořských zemích považovány za lahůdku. Ovšem jen několik z osmi set druhů se může jíst.

Úprava žab

Nejvhodnější pro úpravu jsou skokani a rosničky, používají se stehýnka 6-8 kusů na porci a někdy i stehýnka z části hřbetu. Jejich maso je křehké podobné kuřecímu, před tepelnou úpravou se stáhnou z kůže a dále se smaží v trojbalu nebo v těstíčku, dusí na víně nebo se zeleninou, podávání s pikantními omáčkami apod. V Latinské Americe existuje druh žab, které mají stehýnka o hmotnosti 200-250g. Dovážejí se zmrazené nebo konzervované, velkým vývozcem je Maďarsko, oblíbené jsou ve Francii.

Žabí stehýnka Provencale (pro 2 osoby)

Suroviny: 16 stehýnek, sůl, mletý pepř, 80g sádla, 3 stroužky česneku, 1 lžíce sekané petrželky, 1 lžíce strouhanky, 80g másla

Postup: stehýnka vypereme, osušíme, osolíme, opepříme, na pánvi na sádle prudce dozlatova opečeme, zamícháme rozdrcený česnek, stehýnka urovnáme na nahřáté talíře, posypeme sekanou petrželkou a přelijeme rozpáleným máslem se strouhankou.



Úprava želv

V našich obchodech se setkáváme pouze s konzervovanou želví polévkou. Tuto polévku ohřejeme na patřičnou teplotu. Polévku můžeme přichutit vínem cherry a doplnit malými žloutkovými knedlíčky, nebo podávat s krutony případně sýrovými tyčinkami.

Z želv používáme želvu obecnou, která žije na jihu Slovenska a v Maďarsku a želvu řeckou, která žije na Balkánském poloostrově. Želví maso používáme na přípravu ragů, s kořeněnými omáčkami, dále také s předem ovařených částí masa můžeme připravovat nohy smažené v těstíčku nebo v trojobalu. Jako doplněk podáváme speciální studené omáčky (ravigote, tatarská, ruská...)



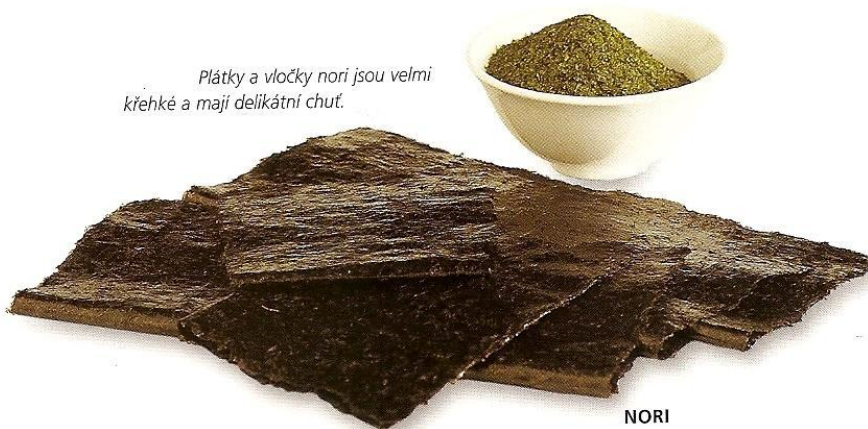
Mořské řasy

Jsou nejvíce oblíbené v Japonsku a dalších zemích Tichomoří, dodávají se podobně sušené, černo-zelené hmoty buď jednotlivě lisované, nebo lisované v tabulkách. Před použitím řasy namáčíme do studené vody aby nabobtnaly(po určité době nabobtnají jako želatina), používají se jako vložka do polévek, do některých druhů slaneého pečiva. Často se používají v Japonsku k přípravě tradičních pokrmů suschi což je vař. rýže kombinovaná se zeleninou, korýši, vejci, rybami apod. zabalené ve tvaru válečku do mořských řas.

Kelp neboli kombu má řadu roztomilých místních jmen.



Plátky a vločky nori jsou velmi křehké a mají delikátní chuť.



NORI

Řasy představují zásobárnu vitamínů, minerálů a dalších biologicky aktivních látek. Najdeme v nich cenná béčka(včetně B12). Obsah minerálů je v zelených vlákních mnohonásobně(až 20krát!) větší než v zelenině. Nejdůležitější je vápník, hořčík, zinek, fosfor, sodík a v mořských řasách i jód. Například na vápník jsou řasy 14krát bohatší než mléko! Vápník je v řasách v ideálním poměru s fosforem(2:1, v mléku 1:1) a mnohem lépe se vstřebává. Pro naše tělo jsou řasy zdravým a lehce stravitelným zdrojem bílkovin. Díky vysokému obsahu vlákniny(33-50% v suché hmotnosti) lze vřele doporučit dietářům. Vláknina, zelené barvivo chlorofyl a další komponenty pomáhají z trávicího traktu vylučovat škodliviny, dokonce i obávané olovo a rtuť. Najdeme v nich přirozené protizánětlivé složky, které jsou spásou pro osoby trpící alergiemi, astmatem i artrózou. Jejich protizánětlivé, protivirové a protiplísňové účinky zabírají na neduhy jakým je zrádný herpes virus, zodpovědný za množení oparu. Zpomalují růst cév, které zásobují nádorové buňky krví, působí preventivně zejména proti rakovině prsu, kůže a tlustého střeva.

Mezi nejznámější mořské řasy patří arame. V Japonsku se tradičně užívá ke snížení tlaku a léčbě gynekologických chorob. Řasa kelp se často přimíchává do přípravků na hubnutí. Podporuje spalování kalorií, mírně zvyšuje teplotu. Suší se obvykle balí do chutné řasy nori, ta se prodává i ve vločkách, jimiž lze ochucovat pokrmy. Zelená wakame se přidává do polévky miso, což je mj. životabudič pro ženy po porodu. Také zpomaluje šedivění vlasů. Pro řasy platí zásada zařazovat je do jídelníčku často, ale v menším množství. U těch mořských si musíme dát pozor, abychom to nepřehnali s jódem – v nadměrném množství je toxický. Sladkovodní řasy(chlorella, spirulina aj.) lze konzumovat bez omezení.

Mořské řasy nejprve na 20 minut namočíme, pak asi 15 minut zvolna vaříme. Povařením se zmírní případná pachůt rybiny, potom je scedíme a necháme okapat. Takto upravené je můžeme použít s těstovinami, zeleninou, v polévkách, sekané, v pomazánkách či ve slanečném pečivu.

Tyčinky arame:

Rozválejte balíček listového těsta, pokladte vařenými řasami arame, složte a znovu vyválejte. Vykrájejte tyčinky, potřete rozšlehaným vejcem, posypte vločkami z řasy nori a upečte v troubě.



Úprava hlemýžďů

U nás se hlemýžďi tradičně upravovali v období kolem vánoc. Hlemýžďe sbíráme koncem října, když jsou zavíčkovaní. Nejtradičnější způsob jsou plnění šneci.

Postup:

Očištěné šneky vložíme do vroucí vody a jakmile se sami otevřou vybereme je z vody a pomocí jehly nebo špičatého nože vyjme me celé tělíčko i s vnitřnostmi. Ulity pečlivě vyčistíme a vyvaříme. Masíčko odřízneme od vnitřností potom promneme solí, propláchneme studenou vodou, uvaříme do měkka a na drobno rozsekáme nebo umeleme. Přidáme na malé kostičky nakrájenou a bílým vínem zvlhčenou zemi, třeň žloutky s máslem, třeň sardelky, muškátový květ, bílý pepř, nasekanou petrželku a vše zvolna promícháme s tuhým sněhem z bílku. Dobře promícháme hmotou plníme čisté ulity a na povrchu posypeme směsí jemné strouhanky, strouhaného parmezánu, zakápneme máslem a gratinujeme. Podáváme s tousty a bílým vínem. Jsou li ulity malé, tvoříme z hmoty šištičky a ulity dáváme na ozdobu.

Další úpravy: šneci smažené v pařížském těstíčku, s ohřátým kečupem, nebo upravené na smetaně s kapary a sardelkou, nebo z nich upravujeme polévky.



Úprava pokrmů v papilotě

-papilota je pergamenový pečicí papír vystřižený ve tvaru srdce, který po jedné straně potřeme tukem. Na půlku klademe hotový pokrm (i s přílohou) s doplňky, ozdobou. Mírně podlijeme šťávou či máslem a pevně uzavřeme. Pečeme ve vyhřáté troubě, dokud papilota nezezlátne a nenafoukne se. Nesmí shořet!!!

Papilotu číšník otevírá až před hostem a pokrm překládá na talíř. Podobně můžeme připravovat pokrmy i v papilotě z alobalu (výhodou je, že papilota neshoří ani při úpravě na přímém ohni).

Trenčianský kapr v papilotě

Porce vykostěného kapra osolíme, lehce obalíme v hladké mouce a opečeme na oleji s přidáním slaniny, cibule, rajčat a bílého vína. Přichucujeme mletou papriku a zjemňujeme

smetanou. Na připravenou papilotu dáme opečené brambory na které položíme pečeného kapra. Mírně podlijeme a část šťávy dáme do omáčníku. Papilotu dobře uzavřeme a zapečeme v troubě.

Třeboňský candát v papilotě

Candáta vykostíme, stáhneme z kůže, 200g porce osolíme, lehce obalíme v hladké mouce a zvolna opečeme na másle. Přidáme nadrobno nasekané kapary, petrželovou nať, zastříkneme bílým vínem a necháme vydušit. Potom zjemníme smetanou a dochutíme citronovou šťávou. Do papiloty připravíme šunkovou rýži s houbami, na ni dáme porci candáta, mírně podlijeme, rybu ozdobíme pečeným rajčatem, plátkem citrónu a drobně rozsekaným račím masem. Papilotu uzavřeme a zapečeme.

Krocaní prsa v papilotě z alobalu

Vykostěná a stažená krocaní prsa nakrájíme na porce, osolíme a upečeme na roštu. Na pánvi připravíme nasládlou šťávu z karamelu, bílého vína a citrónové šťávy, do které přidáme rozinky a pražené mandle. Pečená prsa dáme do papiloty, ozdobíme je loupanou broskví a mírně podlijeme šťávou. Zabalíme a dáme do trouby zapéci. Ovocnou rýži a část šťávy podáváme zvlášť.

Staročeská kuchyně

Odlišné ekonomické možnosti a odlišné sociální rozvrstvení společnosti vedly k tomu, že se jinak jedlo na venkově, ve městech, na zámcích, v klášterech, v mlýnech, na baštách nebo v hájovkách. Magdalena Dobromila Rettigová ve své klasické knize **Domácí česká kuchařka aneb Pojednání o masitých pokrmech pro dcerky české a moravské** vydané v roce 1826 píše, že je určena pro zámožné městské i jiné domácnosti, neboli pro „domy vrchnostenské.“ Později v roce 1838 ještě vydala méně známou kuchařku pro chudší venkovské vrstvy s názvem Dobrá rada slovanským venkovánkám aneb **Pojednání kterak lze ony pokrmy sprosté lacině a chutně připravit, a tak se buď pro budoucí svou domácnost, neb pro službu cvičiti.** V této knize výslovně uvedla, že o 12 let dříve vydaná **Domácí kuchařka** je pro „města a městečka, fary, mlýny a myslivny,“ zatímco tato nová příručka je pro „středního venkovana při denním požívání.“

V roce 1924 zobrazila v **Knize rozpočtů a kuchařských předpisů** Marie Janků – Sandtnerová nejen jídla jednoduchá a levná, ale též pokrmy pro bohatší stůl, aby vyhověla potřebě všech

vrstev občanstva. Velmi oblíbená byla i **Kuchařská kniha pro venkovské hospodyně** Marie Trachové.

Vývoj české gastronomie byl značně ovlivňován kuchyní rakouskou a maďarskou, krajově i německou, a kuchyně aristokratická francouzskou a italskou. Lze říci, že základem české kuchyně jsou suroviny, které bylo možné vypěstovat doma, především obilí, luštěniny, brambory a některé druhy zeleniny, jako je zelí či kořenová zelenina. Nejoblíbenější maso vždy bývalo vepřové a s ním spojené zabijačky. Ale jedlo se i maso hovězí a drůbež (u venkovské obyvateľstva bývala oblíbená husa), domácí králík a sladkovodní ryby, především od 14. století v českých rybnících chovaný kapr. Až na několik oblastí bylo skopové maso v menší oblibě. Mezi aristokracií a v hájovných bývala běžná zvěřina. Často se používalo na zahradách vypěstované ovoce (jablka, hrušky, třešně, švestky apod.), ořechy (vlašské a lískové) a lesní plody (houby, borůvky, maliny, ostružiny).

Podle Juliany A. Fialové je typická poměrná jednotvárnost, značná spotřeba jídel připravovaných z mouky nebo brambor, časté používání málo odlišných omáček a malá spotřeba zeleniny. Jídelní lístek je poměrně chudý a nepřizpůsobuje se dostatečně ročním obdobím. Moučníky jsou součástí hlavního jídla a přes svou zdánlivou pestrost jsou v podstatě stejného typu.

Díky zachovaným kuchařkám počínaje 15. stoletím, které shromáždil ve svém díle **Staročeské umění kuchařské** Dr. Čeněk Zýbrt, vydaném nákladem „Staré gardy mistrů kuchařů“ v Praze v roce 1927, víme dost o tom, jak jedla v průběhu staletí šlechta a bohatí měšťané, kteří ji napodobovali. Patří k nim **Nejstarší česká rukopisná sbírka kuchařských návodů** z druhé poloviny 15. století, ve které ze 165 dochovaných receptů náleží 46 kaším. Nejstarší tištěná česká kniha kuchařská od Jana Severina mladšího z počátku 16. století a druhá tištěná česká kuchařka od Pavla Severina z Kapí Hory vydaná v roce 1535. V roce 1591 vydává **Knihu kuchmisterskou** alchymista Bavor mladší Rodovský z Hustiřan. Ve všech těchto uvedených knihách se převážná většina receptů opakuje a zhruba ¼ obsahu tvoří recepty na kaše.

K důležitým zachovalým zdrojům patří kuchařská kniha Polyxeny z Lobkovic rozené z Pernštejna, rovněž z konce 16. století. Ze 17. století se zachovalo několik šlechtických kuchařských knih, na př. **Kuchařská kniha** Alžběty Lidmily z Lisova z roku 1661 a z druhé poloviny 17. století **Strahovská kniha kuchařská** od Jiřího Evermoda Košeráckého. **Knih kuchařská** Kateřiny Koniášové z roku 1712 je však převážně kompilací starších kuchařských knih. Josef Jungmann uvádí ve své **Historii literatury české** v letech 1782-1826 7 českých kuchařek, některé vydávané opakovaně. Patří k nim **Vídeňská kuchařská kniha** (vydání z let 1782 a 1792) od anonymního autora nebo autorky, **Bavorská kuchařka v Čechách** od M. A. Neudekerové (1816), **Pražská kuchařka**, kterou pod pseudonymem Kadeřavský přeložil F. B. Tomsa z němčiny (1823), **Nejnovější pražská kuchařka** (adaptace kuchařky Neudekerové z roku 1816), **Knížka kuchařská** od Václava Pacovského (druhé vydání 1811) a osmisvazková **Hospodářská pražská kuchařka** (1811). Zmíněný Václav Pacovský, kuchař Její Excelence Alžběty, hraběnky z Quasco rozené Netolické, lichoť českým kuchařkám.

Co se týče kuchyně chudých vrstev je popisována v knize **Česká strava lidová** od Marie Úlehlové – Tilschové (družstevní práce, Praha 1945). Mezníkem v lidové kuchyni je 7-mi letá válka (1756-1763) a následující krutý hladomor. V jeho průběhu poslalo Prusko neboli Braniborsko (v letech 1771-1772) do Čech velké množství bramborové sadby, se kterou mělo nejlepší zkušenosti. Braniborskému daru se začalo říkat brambory nebo také erterple, což je zase počeštěná podoba německého brambor – erdApfel, čili zemská jablka. Kuchyně chudých zejména venkovských vrstev se vyznačovala častou konzumací brambor,

vepřového(případně husího) sádla(ve Slezsku spíše slaniny) a zelí. Hlavním jídlem bývala často polévka ke které se přikusoval chléb. Byly gruntovní, uměly nasytit a byly oblíbené nejen na venkově ale i mezi měšťany. Oběd musel začínat polévkou. Oblíbené knedlíky se objevily až za časů Magdaleny Dobromily Rettigové. S jídlem souvisí také celý komplex stolování, jakými jsou zasedací pořádek, etiketa, čas jídla a dalších pravidel. S rozpadem patriarchální společnosti a se změnami, které přináší průmyslové 19. století, mění se i kultura stolování. Jídlo se původně konzumovalo u stolu, který stál v rohu místnosti, v diagonále od pece. Stůl a roh místnosti se v lidové kultuře považoval za kultovní místo. Místo na sezení v tomto rohu náleželo hlavě rodiny, byl to bod, který určoval zasedací pořádek. Ten respektovali i v prostředí šlechtického, byť v mnohem větším měřítku. Přednost měli mužští členové rodiny, protipólem hospodáři byla hospodyně, která hrála důležitou roli při přípravě jídla a jeho rozdělování. Normy zasedacího pořádku platily jak ve dny všední, tak sváteční. Pevným pravidlem bylo usadit vzácného, milého hosta na čestné místo u stolu. Dodržovala se určitá pravidla chování. Ke stolu se chodilo s čistýma rukama a muži s nepokrytou hlavou. Než se začalo jíst, odříkala se modlitba nebo se požehnálo. Podobně se jídlo i ukončilo. Dobrým zvykem bylo host několikrát pobízet k jídlu, než si vzali. Starší forma stolování vyplývala z práce na poli. Jedlo se 2x denně, a to teplé jídlo ráno a večer. Vlivem městské kultury v 17. století se začíná jíst 3x denně, jak jsme zvyklí i dnes. Dlouho přetrvávalo podávání nejvydatnějšího jídla ráno, před začátkem práce, obzvláště celodenní zemědělské. Modernizace potlačila zvyk jíst ze společné velké mísy. Členové rodiny začali jíst z jednotlivých misek, které časem nahradily talíře, které se sice používaly již dříve, ale jen při svátečních příležitostech. V 18. století se rovněž změnil způsob vaření a pečení, mezi otevřená ohniště „černých kuchyní“ a jídla se připravují na sporácích a v troubách. V souvislosti s tím se mění i vybavení kuchyně.

centěj – 120 liber – 61,65 kg
funt – 40,9 dkg
kopa – 60 kusů
korec – 4 věrtele, 93 l
kvintlík – 4 g, od r. 1764 též 4,4 g
látro – 4 lokte
libra – 560 g neboli 32 lotů či 128 kventlíků
loket – 0,593 m
lot – 16,05 g neboli 4 kventlíky
mandel – 15 kusů
máz – 1,9 l neboli 1 pinta či 2 holby
nebo 4 žejdlíky – 1,415 l
měřice – 62,487 l
pinta – 1,9 l
sáh – 4 lokte
vědro – 48 mázů – 56,58 l
věrdunek – 0,25 libry
věrtel – 23,25 l neboli 12 pint
žejdlík – 0,48 l – 0,354 l

Příklady pokrmů:

Trnčenica(pro 4 osoby)

Suroviny: 600g uzeného masa bez kosti(vepřová krkovice), cibule, 2 hrstky sušených švestek, hřebíček, nové koření, cukr, 2-3 lžice švestkových povidel, citrónová kůra, 1 lžice hladké mouky, 1,5dl sladké smetany, kousek másla, sůl

Výrobní postup: uzené maso uvaříme obvyklým způsobem s cibulí. Omyjeme švestky a vaříme je ve vodě s cukrem a kořením. Zvlášť rozvaříme švestková povidla s trochou vody a zalijeme smetanou s rozmíchanou moukou. Slijeme dohromady s vařenými propasírovanými švestkami, ochutíme solí a cukrem. Touto omáčkou přeléváme porce nakrájeného teplého uzeného. Podáváme s houskovými nebo bramborovými knedlíky.

Valašská ščedračka(pro 4 osoby)

Suroviny: 100g hrachu, 50g sušených švestek, 50g sušených hrušek, sušené houby, sůl

Výrobní postup: Přes noc namočený hrách uvaříme doměkka. Sušené švestky a hrušky uvaříme doměkka v 1l slabě osolené vody. Houby namočíme do menšího množství vody.

Polévku přecedíme a hrách, švestky a křížaly do ní přes síto prolisujeme. Přidáme hrst nadrobno nakrájených a nabobtnalých sušených hub a ještě chvíli povaříme.

Demikát(pro 4 osoby)

Suroviny: 1 cibule, 1l vody, mletá sladká paprika, kmín, sůl, 4 krajíce chleba, 120g brynz
Výrobní postup: Do polévkové mísy nakrájíme tenké plátky chleba a přidáme brynz. Vodu svaříme s celou cibulí, kmínem, paprikou a solí. Přecezený odvar nalijeme na chléb a zamícháme, necháme chvíli stát a potom hned podáváme.

Kaldoun(pro 4 osoby)

Suroviny: 300g drůbežích drůbků(hlava, křídla, krk, srdce, žaludek), 100g kořenové zeleniny, 30g hladké mouky, 30g sádla nebo másla, 40g domácích nudlí, pažitka, muškátový květ, 40g cibule, sůl

Výrobní postup: Očištěné drůbky vaříme v osolené vodě doměkka. Potom je vyjmeme, vykostíme a nakrájíme nadrobno. Sekanou cibuli zpěníme na tuku, přisypeme mouku a za stálého míchání připravíme světlou jíšku. Zalijeme ji procezeným vývarem z drůbků a dobře rozmícháme. Přidáme očištěnou pokrájenou kořenovou zeleninu a uvaříme za občasného míchání doměkka. Nakonec vložíme do polévky pokrájené maso, osolíme, okořeníme muškátovým květem a zavaříme nudle. Do hotové polévky přidáme sekanou pažitku. Na Chrudimsku se tato polévka dělala s nudlemi pod názvem Kaldoun. Podobně se tato polévka dělá z husích drůbků. Někdy se místo nudlí přidává květák nebo na másle podušené houby.

Vopiška neboli kopřivačka(pro 4 osoby)

Suroviny: 200g mladých kopřiv(vršky), 40g hladké nebo polohrubé mouky, 40g másla nebo sádla, 2dl mléka nebo smetany, 1 vejce nebo jenom žloutek, sůl, muškátový oříšek, 40g cibule, 1 stroužek česneku, sůl, 1 rohlík nebo žemle

Výrobní postup: Oprané kopřivy krátce povaříme v osolené vodě. Cibuli nakrájíme najemno. Na části másla či sádla zpěníme cibuli a rozdrcený česnek, přisypeme mouku a osmahneme. Zalijeme vývarem z kopřiv, obře rozmícháme, osolíme, okořeníme strouhaným muškátovým oříškem a necháme přejít varem. Do hotové polévky vmícháme zbylé mléko či smetanu s rozšlehaným vejcem, ale již nevaříme. Žemli rozkrájíme na kostičky a osmažíme na zbylém sádle. Vložíme do talířů a přelijeme polévkou.

Žabí stehýnka(pro 4 osoby)

Suroviny: žabí stehýnka ze 16-20 žab, sůl, sádlo, 2 cibule, 1 lžice sladké papriky, hladká mouka, zeleninový vývar, 2dl smetany

Výrobní postup: Očistíme stažená žabí stehýnka a dole jim uřežeme pracičky. Stehýnka v utěrce osušíme a osolíme. V rozpáleném omastku zpěníme jemně nasekanou cibuli. Přidáme stehýnka a lžici sladké papriky. Zamícháme a trochu podlijeme vývarem. Dusíme doměkka. Měkká stehýnka vyjmeme a šťávu necháme vydusit, poprášíme moukou, zarestujeme, zalijeme čistým zeleninovým vývarem a prošleháme. Nakonec zašleháme sladkou smetanu a povaříme. Přisolíme. Žabí stehýnka zbavíme kostiček, dáme do mísy s dušenou rýží a zalijeme omáčkou.

Holub nadívaný(pro 4 osoby)

Suroviny: 4 holubi, 3 žemle, 2 vejce, sůl, muškátový květ, 60g másla, trochu mléka, 100g másla, 50g oloupaných nasekaných mandlí

Výrobní postup: Holuby očistíme, vypereme, osušíme, na prsíčkách oddělíme kůži. Naplníme nádivkou, zašijeme, osolíme a upečeme na másle. Podáváme s nezahuštěnou šťávou.

Nádivka: Žemle oloupeme, nakrájíme na kostičky, navlhčíme mlékem, přidáme květ, sůl, žloutky a rozpuštěné máslo, přidáme nasekané mandle a zvolna vmícháme tuhý sníh z bílků.

Medvědí tlapy(pro 4 osoby)

Suroviny: 2 medvědí tlapy, 0,5l červeného vína, 0,5l vody, sůl, celý pepř, cibule, bobkový list
Výrobní postup: U tlap stáhneme kůži, odsekáme drápy a horní kost odstraníme. Víno, vodu, sůl, celý pepř, cibuli a bobkový list svaříme a necháme vychladnout. Tlapy vypereme, překrájíme, vložíme do marinády, přiklopíme a 48 hodin nechme proležet. Po této době je vložíme do hrnce s vařící vodou, po 5-ti minutách scedíme, vypereme ve studené vodě, v hrnci zalijeme marinádou, uvaříme doměkka a scedíme. Nyní si uvaříme trochu omáčky bešamel, do které vmícháme žloutky. Jednotlivé kousky masa tence potřeme omáčkou, obalíme ve strouhance a grilujeme na roštu.

Pozn.: Obalené maso se velice dobře griluje, když je den předem vychlazené v chladničce.



Další příklady receptů:

Lepenice

-oloupané a na dílky nakrájené brambory uvaříme v osolené vodě s kmínem. Mezitím trochu pokrájíme zelí a asi třetinu odložíme stranou. Na sádle osmažíme drobně pokrájenou cibuli, přidáme větší díl zelí a povaříme tak, aby se šťáva vydusila, ochutíme lžičkou cukru.

Brambory scedíme šťouchadlem rozmačkáme a dušené i syrové zelí zamícháme do horkých brambor. Lepenice chutná samotná můžete však k ní podávat párek, sekanou nebo uzené maso. Je-li zelí dost slané, nesolíme vodu u brambor.

Jahelník

-Připravíme si kaše. Z očištěných a nastrouhaných jablek, mléka, soli a lžice cukru uvaříme kaši. Jáhly spaříme a opereme. Poté je nasypeme do studeného mléka a uvaříme kaši. Do vychladlé kaše vmícháme 4 lžice cukru, žoutky a šťávu z citronu. Poté vmícháme tuhý sníh z bílků. Připravíme si ovoce podle chuti. Hmotu postupně po vrstvách vkládáme do vymaštěného pekáče. Jednotlivé vrstvy kaše prokládáme ovocem, které může být i kompotované. Jahelník mírně pokropíme máslem a nakonec asi 30 minut zapékáme. Upečený jahelník ihned podáváme.

Nastavovaná kaše

-Oloupané brambory nakrájíme na čtvrtky a v osolené vodě uvaříme doměkka. Scedíme, přidáme máslo a rozštoucháme na kaši. Přidáme kroupy zvlášť uvařené v osolené vodě, majoránku, rozmačkaný česnek a dobře promícháme. Slaninu a cibuli pokrájíme na drobné kostičky, společně osmažíme na lžici oleje a tímto polijeme na talíři porce kaše. Podáváme jako samostatný pokrm s kyselou okurkou, nebo jako přílohu k opečené klobáse či pečenému masu.

Kucmoch

-Brambory omyjeme a ve slupce uvaříme. Uvařené brambory scedíme, oloupeme a rozmačkáme. Česnek oloupeme a utřeme. Zelí nakrájíme najemno a škvarky posekáme nadrobno. K bramborům přidáme zelí, škvarky a česnek. Směs osolíme, opepříme a přidáme rozemnutou majoránku. Směs důkladně promícháme. Plech vymažeme tukem nebo sádlem a rozložíme na něj všechnu hmotu. Kucmoch pečeme v předehřáté troubě. Mezitím si v mléce rozšleháme 3 vejce, kterými přibližně 5 minut před koncem pečení kucmoch zalijeme. Podáváme s kyselou okurkou nebo salátem.

Zázvorky

-vejce a moučkový cukr rozšleháme do pěny, přidáme polohrubou mouku a lžici mletého zázvoru, vypracujeme těsto ze kterého vyválíme tenkou placku a vykrajujeme různé tvary. Vyrovnáme na tukem vymazaný plech a necháme v chladu do druhého dne, kdy zvolna pečeme.

Jidáše

-droždí smícháme s trochou cukru a vlažného mléka, necháme vzejít. Do mísy dáme polohrubou mouku, cukr, sůl, citronovou kůru, kvásek a vlažné mléko s rozšlehanými žloutky, propracujeme a necháme vykynout. Potom rozválíme a vykrajujeme kolečka o průměru 5cm, klademe na vymaštěný plech a necháme pokynout, potřeme rozšlehaným vejcem, vidličkou vytvoříme dírky a pečeme v horké troubě.

Hnětánky ze zelí

-propracujeme hladkou mouku s kysaným zelím, přidáme vejce, sladkou smetanu a sůl. Z vláčného těsta vyválíme placku 1-1,5 cm silnou. Povrch propícháme vidličkou. Pečeme na vymaštěném plechu v prudší troubě. Upečené na povrchu omastíme sádlem.

Preclíky

-propracujeme polohrubou mouku, sladkou smetanu, droždí, přidáme žloutky a trochu soli, necháme vykynout. Po vykynutí vyválíme tenké prameny a tvarujeme. Klademe na vymazaný plech a necháme pokynout. Potřeme rozšlehaným vejcem, posypeme mákem a pečeme.

Kyselo

-do většího hrnce dáme litr vody, sůl, kmín, suché houby, a necháme asi 15 minut povařit. Současně si vaříme oloupané brambory. Již v předstihu dne si ale rozkvedláme v trošce vody asi 1\8 kvasu. Rozkvedlaný kvas zavaříme v hrnci s uvařenými houbami, polévku omastíme podle chuti máslem. A podáváme s vařenými brambory.

Žebračka

-starší chleba rozláme a dáme vařit do osolené vody s kmínem. Rozvařený ho pak prolisujeme přes cedník. Do polévky přidáme smetanu nebo mléko s rozkvedlaným vajíčkem a trochou mouky, pak jí necháme přejít varem.

Couračka

- Dáme vařit kyselé mléko ve kterém jsme rozkvedlali trochu mouky. Zvláště si uvaříme kyselé zelí, které pak i s vodou, v nichž se vařilo, přidáme do mléka. Trochu přisolíme a na konec do polévky dáme vařené, na kostky nakrájené brambory.

Oukrop

- Na talíř dáme trochu česneku utřeného se solí, lžičku sádla a tenké skrojky chleba. Všechno přelijeme vařící vodou. Podle chuti můžeme přidat kmín či jiné koření.

Pučálka

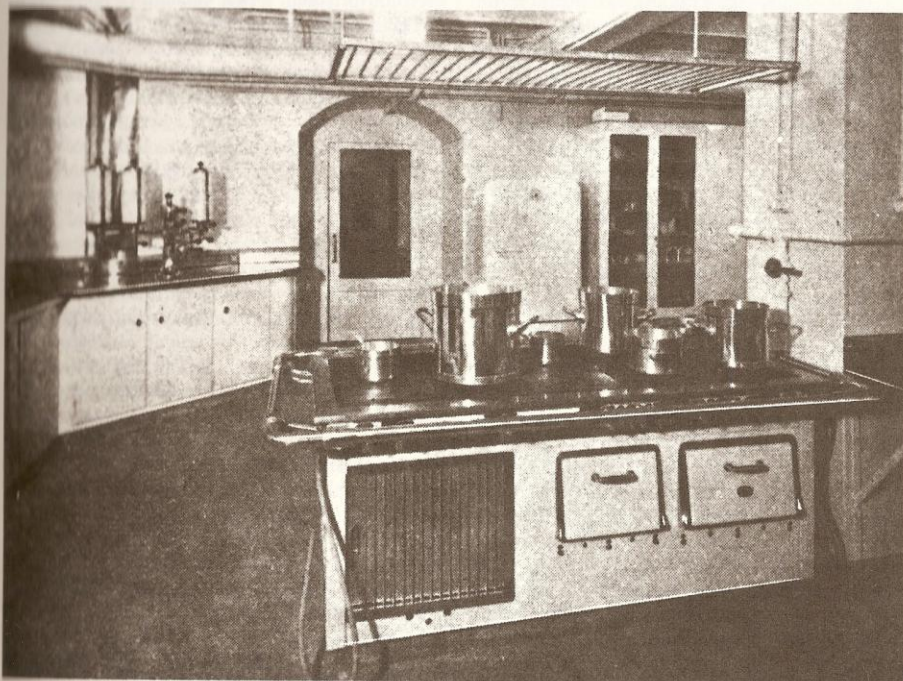
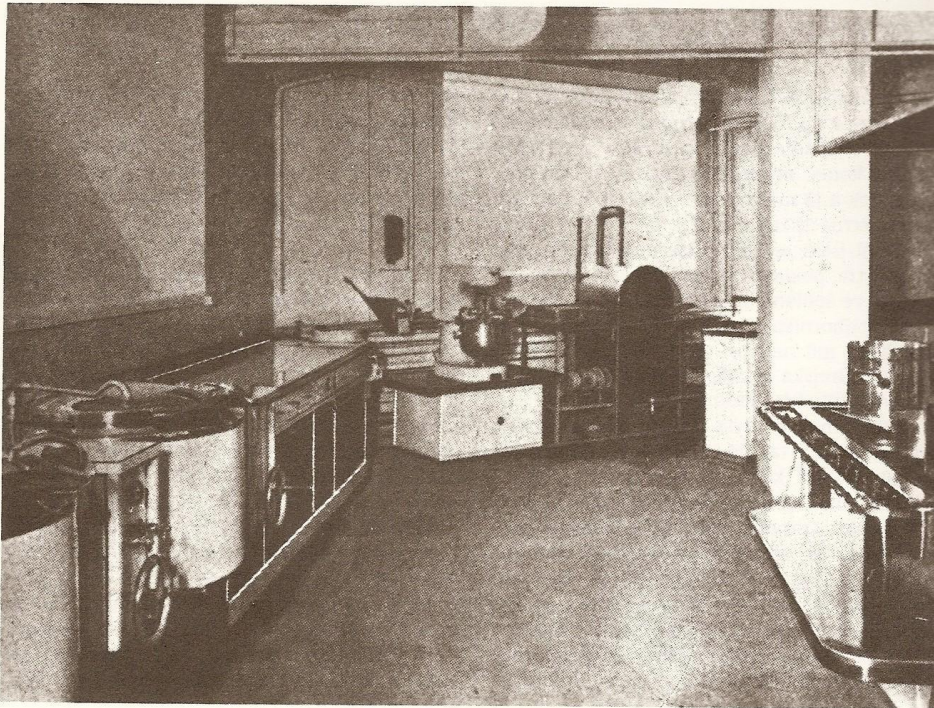
- Celý neloupaný hrách namočíme do vody. Za několik hodin nabobtná a pak se prostře na teplé místo, kde za 2 až 3 dny naklíčí. Naklíčený hrách můžeme opražit nasucho nebo na másle a dochutit ho cukrem a medem nebo naopak osolit a opepřit.

Kočí tanec

- Zvláště uvaříme 2/3 hrachu a 1/3 krup. Po uvaření hrách s kroupami smícháme, osolíme a podle chuti přidáme pepř a česnek. Mastíme máslem nebo na sádle osmaženou cibulkou. Použijeme-li při stejném postupu místo hrachu čočku, pak uvaříme jídlo, kterému se říkalo kočí svatba.

Muzika

- Sušené švestky, jablka a hrušky rozvaříme s kouskem celé skořice, badyánem, hřebíčkem, vanilkou a citrónovou kůrou. Uvařenou směs prolisujeme, přidáme 2 lžíce švestkových povidel, hrozinky, mandle, ořechy, strouhaný perník a osladíme cukrem nebo medem.



Obsah

Speciální polévky(význam polévek, rozdělení, čištění vývaru).....	2
Zesilování, legírování, přibarvování polévek.....	3
Speciální hovězí vývary.....	3
Speciální drůbeží vývary, speciální rybí polévky.....	4
Speciální zvěřinové a skopové polévky.....	5
Speciální bílé polévky.....	6
Ostatní speciální polévky.....	7
Krajové a národní polévky.....	7
Ostatní polévky.....	8
Ochucování polévek alkoholem.....	9
Speciální omáčky(význam, rozdělení).....	9
Speciální omáčky z bešamelové omáčky.....	10
Speciální omáčky z omáčky velouté.....	11
Speciální omáčky ze španělské omáčky.....	12
Speciální omáčky z omáčky demi-glace.....	13
Speciální omáčky z holandské omáčky.....	13
Speciální omáčky z majonézy.....	15
Speciální omáčky z vinegret.....	17
Úprava studenokrevných živočichů, úprava raka potočního.....	17
Úprava humra.....	18
Úprava langusty.....	21
Úprava langustiny.....	21
Úprava kraba.....	22
Krevety, garnelky, garnáti, scampi.....	24
Úprava měkkýšů, ústřice.....	25
Úprava slávky jedlé.....	27
Škeble palourde.....	28
Hřebenatky.....	28
Úprava hlavonožců.....	30
Chobotnice.....	31
Sépie.....	31
Olihně.....	32
Úprava ježovky.....	33
Úprava žab.....	34
Úprava želv.....	35
Mořské řasy.....	36
Úprava hlemýžďů.....	38

Úprava pokrmů v papilotě.....	38
Staročeská kuchyně.....	39
Příklady pokrmů staročeské kuchyně.....	42

Vypracoval: Tomáš Kratochvíl

Použitá literatura: Technologie přípravy pokrmů I., II., III. - E. Brhlík, J. Romaňuk
Kuchařská technologie – J. Řešátko, L. Nodl
Tradiční česká kuchyně – V. Faktor, K. Žantovská
Všechno o jídle – Ch. Ingramová