
ABECEDNÍ
DATABÁZE
LÁKAVÝCH
RECEPTŮ

RECEPTY Z CELÉHO SVĚTA

sestavil Zdeněk Brýdl



K KNIHY.CZ

více než
1 700
receptů

Abecední databáze lákavých receptů

Zdeněk Brýdl

1. vydání

vydáno v říjnu 2020 jako 105. publikace

vydal Pavel Kohout (www.kknihy.cz)

ISBN 978-80-7570-199-2 (epub)

ISBN 978-80-7570-200-5 (mobi)

ISBN 978-80-7570-201-2 (pdf)

ABECEDNÍ
DATABÁZE
LÁKAVÝCH
RECEPTŮ

RECEPTY Z CELÉHO SVĚTA

DŮLEŽITÁ INSPIRACE PRO PROFESIONÁLNÍ KUCHAŘE, DOMÁCÍ KUCHYNI A PODLE POTŘEBY I JAKO UČEBNICE

OBSAH

ÚVOD	5
DRUHY MASA, DOPORUČENÍ KUCHAŘŮ, ZRÁNÍ, TEPEL. ÚPRAVA	5
HLAVNÍ JÍDLA, PŘEDKRMY, POMAZÁNKY A PŘÍLOHY	14
RYBY	170
OMÁČKY	198
POLÉVKY	226
SALÁTY	247
MOUČNÍKY, DEZERTY A DŽEMY	271
NÁPOJE A ZMRZLINY	289
KOŘENÍ A ZELENINOVÁ DOCHUCOVADLA	296
KUCHAŘSKÉ CIZOJAZYČNÉ POJMY	320
TECHNICKÉ INFORMACE V KUCHAŘKÉ PRAXI. ZÁVĚR	322

ÚVOD

Vážení kuchaři a kuchařky! Získáváte poslední databázi vybraných lákavých receptů, tentokrát psaných větším, a tím i čitelnějším patkovým písmem. Předem se všem omlouvám za tykání. Především přitom ženám za oslovování v mužském rodě. Výsledkem toho je stručnější a přehlednější text. Ingredience jsou pro názornost opět zapsány přímo v receptech.

Modře jsou psány **běžné ingredience** (sůl, pepř, voda a další), stejně tak jako **náčiní** (například trouba, mixér, pánev), **jednoduché výrobní činnosti** a **přílohy** na konci receptů.

Tučným písmem jsou psány **méně běžné ingredience** a **důležité výrobní postupy** (například peč, restuj, osuš). Tento způsob zápisu je názorný a jednoznačný.

Předkrmy jsou zvýrazněny červeně (**předkrm, PŘEDKRM**). Vykřičníky u názvů upozorňují na jídla význačná (!), na jídla zdravá (!) a na jídla zdravotně doporučená (!!).

Vynikající je **hledání receptů podle suroviny**, ze které chcete vařit. Nejde přece o kuchařku, ale o databázi! Ve formátu PDF (po stisku kláves Ctrl+F) do horního řádku označeného „Hledat“ (nebo „Zadejte hledaný text“) napište například „zelí“. Pak stiskněte klávesu Enter (nebo klepněte na znak > či <). Následující či předchozí texty se zelím se pak postupně zobrazí. Tímto způsobem lze najít každý text. Při práci s počítačem se také nabízí možnost tisku stránek na domácí tiskárně, čitelnějších při vaření z větší vzdálenosti.

Ve zkratkách značím polévkovou lžící PL, čajovou lžičku ČL, stroužek str., olivový oliv., sójový/á sój., bobkový bob., drcený drc. a mletý ml. Další zkratky jsem omezil. V závorkách jsou uvedeny doplňující údaje a další možnosti náhradních ingrediencí.

Pro čtenáře je určitě cenné, znají-li autory některých receptů. Jsou-li mně známi, uvádím je. Zpravidla jde o významné kuchaře a vzácněji pak například o některé populární umělce, politiky nebo sportovce. Pokud jde podle autorského zákona o originalitu receptů (ve smyslu nevšednosti, tzn. že recept včetně názvu „není jinde k vidění“), prosím vážené autory o jejich souhlas. Uvedeným autorům receptů, i těm kteří nebyli zjištěni, upřímně děkuji.

GLYKEMICKÝ INDEX (GI) stanovil pro potraviny v roce 1981 Kanadčan David Jenkins. Dvě hodiny po sněžení určité potraviny, obsahující 50 g různých sacharidů, glykemický index vyjadřuje vzestup hladiny glukózy v krvi, v porovnání se vzestupem glukózy po sněžení 50 g čisté glukózy. **Glukóza** (hroznový cukr, monosacharid) zvyšuje hladinu glukózy nejrychleji a má proto **GI = 100**. Malý GI je menší než **55**. Čím je GI nižší, tím déle se glukóza z potravin uvolňuje, a díky tomu hladina inzulínu v krvi příliš neroste. Po požití potravin s nízkým GI máme proto delší pocit sytosti. To je významné především pro diabetiky.

„**SUPERPOTRAVINY**“ (v závorkách jsou zde uvedeny hodnoty **GI**): 1. rajčata (**12**), 2. brokolice (**12**), 3. borůvky (**22**), 4. čínský čaj neslazený (**10**), 5. fazole (**15**), 6. oves (**60**), 7. dýně (**40**), 8. jogurt neslazený (**30**), 9. vlašské ořechy a semínka chia (**20**), 10. špenát (**12**), 11. losos (**12**), 12. sója (**20**), 13. pomeranče (**30-44**), 14. krůtí maso (**15**).

DRUHY MASA, DOPORUČENÍ KUCHAŘŮ, ZRÁNÍ, TEPELNÁ ÚPRAVA

VEPŘOVÉ MASO se v praxi tradičně dělí takto: **1. HLAVA**, **2. PLEC** (z přední nohy), **3. KRKOVIČKA**, **4. PEČENĚ** (s kostí je to **kotleta**, bez kosti je to **karé**), **5. BŮČEK** (bok), **6. KÝTA**, **7. PAŽDÍK** (tučný výřez), **8. LALOK**, **9. ZADNÍ KOLÍNKO**, **10. PŘEDNÍ KOLÍNKO**, **11. ZADNÍ NOŽKA**, **12. PŘEDNÍ NOŽKA**, **13. OCÁSEK**

V **kuchyni** se podle zkušeností proslulých kuchařů doporučuje využít části vepřového takto: **1. HLAVA** je výborná na ovar. **2. HRBETNÍ SÁDLO** přeškvářené je výborné na smažení, zdravější než máslo. **3. KRKOVIČKA** je šťavnatější než kýta. Výborná je na řízky, pečení i na grilovaný steak, silný na 2-3 prsty.

4. **PEČENĚ** Prorostlá pečeně je vhodná k pečení.

5. **KOTLETA** je naopak dosti suchá (je-li s kostí, nazývá se často **žebírko**, které nezaměňuj se žebrem, viz níže).

6. **PLEC Z** povrchu plece odkroj přebytečnou vrstvu tuku, který je vynikající v chuti, a proto jej vyškvař a použij na vaření. Pak veď nůž po kostech tak, aby na nich a mezi nimi zbylo dost masa (použití viz 8. **ŽEBRA** níže). Vykostěnou plec použij na papriku nebo na guláš. Z pěkného svalu může být dobrý řízek, který není tak suchý, jako z kýty.

7. **PANENSKÁ SVÍČKOVÁ** je velmi jemná a měkká. Když se přepeče, je velmi suchá. Nejlépe je připravovat ji vcelku a teprve potom krájet.

8. **ŽEBRA** a **BŮČEK** jsou výborné na pečení a roládu. Žebra (žeberní kosti, nikoliv však žebírka) se nacházejí na boku vepře v oblasti břicha. S asi 5 cm vrstvou masa se výborně hodí k pečení i ke grilování. Žebra, v USA zvaná **pork ribs, back ribs, spareribs** nebo také **baby back ribs**, se nejčastěji rozkrájí a jednotlivá žebra se grilují. V Louisianě, kde barbecueování (grilování) vlastně vzniklo, dokonce každoročně probíhá **Pork ribs barbecue festival**.

9. **KÝTA** je sušší, vhodná na řízek (na steak). Je dražší než krkovička. Součástí kýty je i tzv. **pavouček**. Je to nejvhodnější část pro přípravu obalovaných řízků. Je velmi křehký, hodí se na smažení a krátké tepelné úpravy. Chuťově je jemný a podobá se bílému kuřecímu masu.

10. **KOLÍNKO** a 11. **NOŽIČKA** jsou nejlepší na ovárek nebo na tlačenu.

Vepřové maso je světle růžové, prorostlé tukem. Má proto větší energetickou hodnotu než například hovězí. Stáří vepřů v době porážky s hmotností asi 110 kg je dnes 5-6 měsíců. Konzistence masa je jemná a křehká. Doporučuje se nakupovat maso původem z Česka, dovoz z větší vzdálenosti, může vyžadovat ošetření chemickými stabilizátory.

Dnes se využívá několika vyšlechtěných plemen vepřů, např. **Landrace, Bílé ušlechtilé, Duroc, Pietrain**. Vlastnosti jejich masa směřují k nejlepší výtěžnosti při dalším zpracování.

SELEČÍ MASO Stáří selat je asi 2 měsíce. Maso je šťavnaté, křehké a bez tuku. Hodí se k pečení i grilování.

HOVĚZÍ MASO se tradičně dělí takto:

1. **KÝTA** (ze zadních nohou) se dělí na vrchní a spodní šál s **předkýtím** (což je **malý a velký ořech**) a s **květovou špičkou**.

2. **PLEC** (z předních nohou) se dělí na **velkou plochou plec, plátek** a na **kulatou plec** (což je **falešná svíčková**).

3. **SVÍČKOVÁ**, uložená pod bederními obratly, má nejjemnější a nejkřehčí maso, avšak bez výrazné chuti.

4. **ROŠTĚNEC** leží nad obratly. Dělí se na **vysoký** a na **nízký (šus)**. Prodává se s kostí i bez.

5. **ŽEBRO** se dělí na **vysoké**, na **nízké** a na **pupeční**. Hrudní kosti pouze se zbytky masa na vývar se nazývají **harfa**.

6. **HRUDÍ** obsahuje protučnělé maso. Nejvyhledávanější je tzv. **špička hrudí**.

7. **PODPLECÍ A KRK** obsahuje dlouhá vlákna málo tučná. Prodává se s kostí i bez kosti.

8. **KLIŽKY** jsou prorostlé kolagenní tkání. Přední kliška obsahuje i tzv. **husičku**, zadní obsahuje tzv. **karabáček**.

Třídy kvality hovězího masa: I. SVÍČKOVÁ, II. NÍZKÝ ROŠTĚNEC, III. ZADNÍ MASO (kýta, vrchní šál, spodní šál, květová špička, předkýtí, díly z plece, tj. velká plec, loupaná plec a kulatá plec, většinou nazývaná falešná svíčková). **IV. PŘEDNÍ MASO** (vysoký roštěnec, podplecí, krk, žebro, hrudí, bok a maso z líček). Dnes již tyto třídy nemají zásadní vliv na cenu uvedených kategorií, jak tomu bylo dříve, neboť i jejich praktické využití je dnes jiné.

V **kuchyni** se podle proslulých kuchařů doporučuje využít části hovězího masa takto:

1. **LÍČKA** Pokud se vaří (dusí) dlouho – až několik hodin, změknu a mají vynikající chuť.
2. **HOVĚZÍ PŘEDNÍ, KRK** (od pera). Výborné jsou na rajskou, na guláš, do omáček.
3. **ROŠTĚNEC** (především nízký) má výborné maso. Pro rychlé grilování by toto maso mělo být řádně odleželé (případně stařené). U masných plemen to ale zcela nutně neplatí.
4. **SVÍČKOVÁ** je nejdražší, je vhodná na biftek či na tatarák. Z líček a z falešné svíčkové však budou bifteky také chutné.
5. **PUPEK** je dobrý na vaření a na polévku. Obsahuje i **bryndáček** a **veverku** (flap steak a hanger steak).
6. **HOVĚZÍ ZADNÍ** Sušší maso je výborné na ptáčka a na tatarák (naškrábané, případně 2x jemně pomleté).
7. **KÝTA** bývá často suchá, málo křehká i málo jemná. **Spodní šál** kýty je její nejnamáhanější část. Nemůže být proto nejkřehčí ani nejměkčí. Je-li spodní šál dobře zralý, je výborný například pečený na česneku, se špenátem a s bramborovým knedlíkem. **Vrchní šál** je libový kus z vnitřní části zadní kýty. Maso má jemnější svalové vlákno než maso ze spodního šálu, proto je i měkčí a křehčí. Vhodné je také ke grilování. Nejlepší částí je velice jemná **květová špička** z horní části kýty. Lze ji upravit téměř jakkoli. **Karabáček** je vnitřní strana kýty, váží asi 1 kg. Tento sval leží nad kliškou a má v sobě stejné množství kolagenu jako kliška. Je ale masitější a má skvělou chuť. Dá se péct, dusit, vařit. Vynikající je vařený v husím sádle.
8. **KLIŽKA** Velmi chutné, pevné, vypracované a dobře prorostlé maso s kolagenem. Žádá delší dušení. Je ideální na guláš. Její součástí je i **husička**. Tvarem připomíná 0,4-0,5 kg vepřovou panenku. Má jemné maso, které jako by snad ani nemělo vlákna. Husička je skvělá grilovaná, v tatarském bifteku a v carpacciu. Je však také dosti drahá. **Karabáček** je součástí zadní klišky, někdy se však naopak řadí jako součást kýty (viz výše).

VE VELKÉ BRITÁNII se **hovězí maso** dělí a využívá takto:

1. **FORE RIB, WING RIB** (doslova předek žebra, křídlo žebra), česky **vysoký roštěnec** je měkký, pěkně mramorovaný. **Fore Rib** je dobrý na **pečení**, poté se krájí natenko. Z tohoto masa je oblíben **Rib Eye Steak** (vysoký roštěnec bez kosti s „tukovým okem“). **Wing Rib** má pevnější strukturu než **Fore Rib** a také má výraznější chuť. Je rovněž vynikající na **pečení**. Tyto části masa není třeba před pečením marinovat.
2. **STRIPLOIN** či **SIRLOIN** (**nízký roštěnec, šus**) leží mezi žebry a kýtou. Velmi chutné **Prime Rib Steaky** („nejlepší“, „prvotřídní“) se krájí přes vlákno na plátky tloušťky 2-2,5 cm. Steaky **Entrecote** silné 4-6 cm jsou **skvělé ke grilování**. **Minute Steak** je tenký plátek ½-1 cm silný. Proto se musí **rychle opéct**. **Porterhouse Steak** (viz také dělení masa v USA) je plátek masa s kostí ve tvaru T, na níž je z dolní strany šťavnatá svíčková a na horní straně masitý roštěnec. Bývá silný 3,5-7 cm, obvykle 5 cm. Je vhodný pro velké jedlíky nebo dvě osoby. Porce pro jednu osobu mívá asi 400 g. Steak bez koření **polož** na řádně rozpálený **gril** a **griluj** jej z každé strany 3-5 minut (podle tloušťky). Pak jej **postav nastrojato** na kost a **peč** dalších pět minut. Maso **nech odpočinout** mimo žhavý gril (ne v chladnu). Maso **posol** a **opepři**. Tajemství je v rychlosti přípravy a výsledkem je, že maso je křupavé na vnější straně, měkké a šťavnaté uvnitř. Kromě **grilu** lze Porterhouse Steak připravit i na **pánvi**, **dusit**, nebo **smažit** ve fritéze.
3. **RIB STEAK** česky **hovězí žebro, kotleta s kostí**. Kotlety se připravují ve váze až 1 kg z masa mezi kostmi. Bývají rozkrojeny na dvě porce. Mají výrazné mramorování a plnou chuť. Bez kosti se připravují stejně jako Rib Eye Steak, porcují se asi po 280 g. Žebra s asi 5 cm vrstvou masa se **grilují vcelku**. Znalci doporučují před grilováním odstranit blánu na spodku žebra. Uvolni ji nožem, uchop ji pomocí utěrky a ručně stáhni. Není to ale nejsnadnější.

Při jednostranném grilování kosti dobře vedou teplo. Žebro se propeče i na druhé straně a není je proto třeba obracet. Oblíbeny jsou i v USA, kde servírují na jednu porci tři, případně až čtyři žebra s masem.

4. TENDERLOIN či **SIRLOIN OF BEEF** **Svíčková** je nejjemnější část masa bez výraznější chuti. Lze ji **upéct vcelku** nebo jako **bifteky** ze střední části. **Fillet Mignon Steak** (malý steak) je tence ukrojený steak ze zadní špičky svíčkové. **Tournedos Steak** je ukrojen z přední části svíčkové na různou velikost podle přání zákazníka.

5. JOINT STOCK **Kýta** je ze zadních nohou. Musí být před krájením **dobře propečená** a chvíli **odleželá**. Často bývá suchá (je málo mramorovaná). Na plátky je vhodná k **pozvolnému dušení**, při kterém pěkně zkřehne.

6. BOTTOM ROUND STEAK česky spodní šál kýty. Není nejkřehčí ani nejměkčí. Má hrubší svalové vlákno, maso je libové a mírně drobné, skvělé na **ragú**.

7. TOP ROUND STEAK česky vrchní šál kýty. Je to libový kus z vnitřní části zadní kýty. Má často jemné tukové mramorování. Maso má jemnější svalové vlákno než maso ze spodního šálu, proto je i měkčí a křehčí. Vhodné je ke grilování. Snadno přístupnou částí vrchního šálu kýty je Eye Round Steak, česky váleček. Podobá se svíčkové, u nás se proto někdy nesprávně vydává za falešnou svíčkovou, (což je správně kulatá plec). Kýta obsahuje i květovou špičku. Toto velice jemné maso z horní části lze upravit téměř jakkoli. Hodí se k **pomalejší úpravě vcelku** (pečením), vynikající je také na **minutky**.

8. RUMPSTEAK (rump je doslova zadek), česky ořech, špalík. Je to vnitřní část vykostěné horní části kýty, popř. zadní části roštěné. Je libový, nepříliš jemný, málo křehký. Má vrstvu tuku, kterou se doporučuje před smažením (grilováním) nařezat po 1 cm, aby se nekroutil. Obvykle má hmotnost 200-300 g. Pokud rumpsteaky nejsou dobře odleželé (či dobře tenderizované), jsou relativně tuhé. Proto se nejlépe hodí na **roštěnky**, případně k **pečení** nebo i k **pozvolnému dušení** ve tvaru špalíčku vcelku. V USA toto maso (rump) také pečou vcelku. Tuto pečení tam obkládají zeleninou a nazývají Beef Rump English Style.

9. CHUCK **krk** a **podplečí** z krku a ramene jsou z několika svalů. Obvykle se používají k **pomalému dušení**.

10. FLAT IRON **loupaná plec** z předních nohou. Výborná chuť vynikne při **delším dušení**.

11. TOP BLADE či **MOCK TENDER ROAST** je **falešná svíčková**, jinak **kulatá plec**. Za své jméno vděčí podobnosti se svíčkovou. Tento lahodný kousek má ale delší vlákna než svíčková. S dalším podobným kouskem (**válečkem z kýty**) se ale porovnat nedá. Falešná svíčková je totiž o dost křehčí a měkčí než váleček z kýty. Na to je třeba dbát při nákupu. Z falešné svíčkové jsou skvělé **špízy**, **tatarské bifteky** a mj. i „**náhradní svíčková**“.

12. FLANK **pupek**, **bok** má hodně tuku a díky tomu plnou hovězí chuť. Hodí se i na **steaky** viz níže (V USA) Flap Steak. **13. FLANK STEAK** Je to asi 1 kg váleček který se vyřezává ze spodní části boku. Má hrubší texturu a výraznou chuť. Dobře se **marinuje** pro **rychlé grilování**, ale **nesmí se péct moc dlouho**, jinak začne tuhnout. To nehrozí při **pomalém dušení**, které se u něho doporučuje. Krájí se na tenké plátky šikmo pod úhlem 45°.

14. BEEF SHIN či **BEEF GRISTLE** je **kliška** Zadní kliška (karabáček) je anglicky **Shank**. Kliška s kostí je anglicky **Ossobucco** (původem z italštiny). Díky bohaté kolagenní tkáni je kliška výborná k delšímu dušení.

V USA se **hovězí steakové maso** využívá takto: Níže uvedený *porterhouse steak* a *t-bone steak* (čti portrhaus stejk a tíboun stejk) vzniknou podélným rozseknutím páteře, jdoucím bederními obratly, a příčným oddělením obou těchto steaků. Na jedné straně kosti ve tvaru T je roštěnec, na druhé straně je značně menší kus svíčkové.

1. PORTERHOUSE STEAK je ukrojen z bederního konce, takže na něm je větší kus svíčkové i roštěnce. Silný steak, který je jednou z největších lahůdek, postačí pro více osob. Jeho **příprava grilováním** je uvedena výše v odstavci, týkajícím se rozdělení hovězího masa v Británii. Při porcování nejprve **odřízni** větší část roštěnce a potom menší kus svíčkové. Oba kusy **šikmo nakrájej** na plátky, které spravedlivě **rozděl**. Silné steaky z křehkého masa bez kosti, především ze svíčkové či z nízkého roštěnce, lze krájet na silnější plátky.

2. T-BONE STEAK bývá 2x tenčí, má 600-1000 g. Porcuje se stejně jako porterhouse steak.

3. STRIPLOIN Česky **nízký roštěnec**, **šus** je křehký, velmi chutný, prorostlý žilkami tuku (mramorováním). Výborný je tradičně na **roštěnky**, odleželý na **skvělé steaky** (viz výše dělení hovězího masa v Británii).

4. LONDON BROIL se původně krájel z boku, dnes z kulaté plece. Podává se **dušený** či **pečený**, nakrájený natenko přes vlákno. Tento pojem znamená i způsob přípravy tužšího hovězího masa, které se napřed marinuje (s octem), a pak se peče či smaží tak, aby zůstalo šťavnaté.

5. FLANK STEAK (ze spodní části boku) Bývá prorostlý a nejlepší je jeho **rychlá úprava grilováním, smažením a pečením**, viz výše dělení hovězího masa v Británii.

6. FLAP STEAK (z pupku, z boku, ze spodního zadního roštěnce) U nás mu říkáme **bryndáček**. Je lehce mramorovaný a má jedinečnou chuť. Výborně se hodí na **rolády** (fajitas). Často se mylně zaměňuje s hanger steakem, proto se mu někdy také říká **falešný hanger**. Často se podává porcovaný přes viditelné vlákno.

7. HANGER STEAK či **SKIRT STEAK**, francouzsky onglet, česky **veverka**. Je to dlouhý, plochý sval bránice, obtížněji přístupný na vnitřní straně boku. Řezníci tento kus obvykle nedávali do prodeje a vyřezávali si jej pro svoji potřebu. Jen oni totiž věděli, kam pro něj sáhnout. Někdy se mu proto říkalo řeznická panenka. Z francouzských kuchyní se však tento výborný kus masa rozšířil do USA a na řeznické pulty v modernější části Evropy. Pokud se nechá řádně uzrát, je velmi křehký a chutný. Protože leží před špičkou svíčkové, tedy nad játry, má od nich specifickou **kořeněnou chuť**. Vypadá nevzhledně (je jakoby zauzlovaný). Tuhý **pruh šlach**, který se táhne jeho středem, se **doporučuje odstranit**. S dobrým výsledkem se **peče rychle** na **grilu** nebo na **pánvi**. Další tradiční metodou je úprava na **roládu** a **dušení**. Mnohými je hanger steak považován za jediné správné maso pro přípravu „**pravých fajitas**“ (španělská fajita česky znamená „malá plotna“). Tuhost masa lze zmírnit nakrájením na **tenké plátky** přes vlákno pod úhlem 45°, jako u flank steaku, a podávat je na teplém talíři.

Flank Steak, Flap Steak a Hanger Steak se sice nerozplývají na jazyku tak jako svíčková, ale chutnají skvěle. Předpokladem je ale samozřejmě kvalitní maso, v nejlepším případě stařené.

Mramorování (tukové žilky) je příznačné pro masná hovězí plemena a je zárukou šťavnatosti steaků a pečení. K známějším patří *Aberdeen Angus*, *Belgické modré*, *Blonde d'Aquitaine* (plavé akvitánské), *Galloway*, *Gasconne*, *Hereford highland*, *Charolais*, *Limousine*, *Piemontese*, *Salers shorthorn*, *Simmental* (masný simentál) a japonské plemeno *Wagyu*. Aberdeenský angus pochází ze Skotska. Je nejrozšířenějším masným plemenem. Charakteristická je jeho bezrohost a černé či červené zabarvení. Maso je křehké, šťavnaté, krásně mramorované s jedinečnou chutí. Za vyšší cenu je možno maso masných plemen koupit u specializovaných řezníků, nebo přímo od chovatele.

Nejlepší kulinární vlastnosti mají jalovice a volci do dvou let věku. Barva masa by měla být růžová (světlejší je telecí, červená prozrazuje původ ze starších kusů a stařené maso). Mladé maso je pružné. Po mírném stisku v něm nezůstává důlek. Maso je šťavnaté i kvůli vyššímu obsahu vnitrosvalového tuku (mramorování). Maso mladých býků je z tohoto přísnějšího pohledu poněkud sušší. U starších zvířat se maso stává tužším.

Z hlediska kvality je třeba zdůraznit i význam **staření masa** (viz níže). Bez něho maso (kromě ryb) nezraje a ani mladší plemenné zvíře kvalitu nezachrání. **Vyzrálé hovězí** lze při dodržení všech podmínek jíst měsíc po porážce. Zmrazovat je by byla chyba, která by snížila kvalitu.

TELEČÍ MASO se dělí takto:

I. jakost:

1. **KÝTA** a) *ořech*, b) *oříšek*, c) *vrchní šál (malé frikando)*, d) *spodní šál (dlouhé frikando)* e) *karabáček*, ležící nad kliškou, má tolik kolagenu jako kliška, je ale masitější.

2. **PEČENĚ (LEDVINA)** a) *přední*, b) *zadní s ledvinkou a svičkovou*.

II. jakost:

3. **PLEC**, 4. **HRUDÍ** a) *špička*, b) *střední hrudí*, c) *bok (pupek)*.

III. jakost:

5. **KRK** (*krkovička-karbanátek*), 6. **KOLENA – KLIŽKY přední a zadní**, (známé i jako *ossobuco*).

SKOPOVÉ MASO se dělí na: **I. Jakost: 1. KÝTA S KOLENEM, 2. HŘBET (cemr).**

II. Jakost: 3. PLEC S KOLÍNKEM, 4. ZÁKRČÍ (šrůtka).

III. Jakost: 5. HRUDÍ, 6. BOK (pupek) a 7. KRK.

Zpracovává se čerstvé či naložené v kysaném mléku, které je třeba denně vyměňovat. I maso ze starších ovcí tak zkřehne. Upravuje-li se za delší dobu, musí se alespoň na 10 minut ponořit do vlažné vody. Pak odstranit blány a maso osušit. Nejvyšší je maso z žírných skopců a ovcí, a to na podzim a v zimě. Platí, že skopové je dobré pečené dlouho a na několikrát.

JEHNĚČÍ MASO se dnes dělí takto: **1. KRK, 2. ŠRŮTKA** (přední), **3. HŘBET** (přední a zadní), **4. LEDVINKA, 5. PŘEDKÝTÍ, 6. KÝTA, 7. BOK** (pupek). Podrobněji se dělí na *hlavu, krk, hřbet, plec, hrudí, bok, přední koleno, přední nožku, zadní koleno a zadní nožku*. Jehněčí maso chutná dokonale propečené. Chuť nejlépe doladí máta. Nejžádanější je maso z „mléčného“ jehněte. **Šrůtka** se peče vcelku nebo se dělí na kotletky. **Hřbet** může být spolu s ledvinkou, se žebry, nebo vykostěný. Představuje prvotřídní pečení. Může být vcelku nebo podélně rozpůlený. Dále se dělí na přední a zadní hřbet, svičkovou a oříšky (čisté kousky masa). Řezník může odseknout páteřní kost, popř. očistit konce kostí žeber. Za přibližně 25 minut je v předehřáté troubě upečený. **Kýta** váží asi 2,5 kg, ne více než 4 kg. Celé jehně váží 14-28 kg (dospělá ovce 32-37 kg). Čím je jehněčí mladší, tím je maso světlejší a tuk bělejší. **Kotlety** se krájí ze hřbetu. Řez se vede mezi kostmi, které se musí na konci nožem důkladně očistit. Tento řez je možno provést i po upečení. Z vykostěných kotlet jsou výborné minutky (medailonky). **Krk, zbytek hřbetu s žebry, ramínko a hrudí** je méně kvalitní. Nejméně kvalitní je **bok**.

KŮZLEČÍ MASO se dělí prakticky stejně jako jehněčí a má i podobné využití.

ZVĚŘINA Dělíme ji na **srstnatou** (králík, zajíc), **černou** (divočák), **červenou** (jelen, srnec, daněk) a **pernatou** (bažanti, koroptve, divoké kachny, husy, holubi, kvíčaly a sluky).

Zvěřina musí být dostatečně odleželá. Podobně jako u hovězího masa se doporučuje počkat až do druhé poloviny záruční doby. Opravdoví znalci tvrdí, že například zajíc nebo bažant jsou nejlepší těsně před tím, než s nimi „začnou hýbat červi“. Zvěřina je nejchutnější v měsících: **srnčí-srnec červen-říjen, srna září-leden, jelení listopad-prosinec, divočák leden-listopad**.

Steaky jsou skvělé z kančí panenky, z kotlety nebo z pečeně jelena, srnce, muflona či daňka. Z tohoto minutkového masa i z předního kančího či mufloního (z plece, klišky), je výborný **guláš** i **ragů**. Kýta má univerzální použití.

Kančí pečeně je málo tučná, proto ji při pečení přelévej sádlem, nejlépe kachním. Maso zezlátne, chuť kachního sádla však nenatáhne. Se **zelím** je výborná kančí krkovice, se **šípko**-**vou omáčkou** je skvělý šál z kýty, pečený podobně jako svíčková.

Paštiky se dělají z umletých odřezků libovolné zvěřiny, zpravidla s polovinou vepřového bůčku a s vhodným (níže uvedeným) kořením.

Zajíc i **králík** je celý ideální na pečení. **Hřbet** je nejlepší zabalit do slaniny, je totiž suchý. Aby některé části nebyly moc rychle upečeny, je vhodné je **oddělit**. **Běhy** potřebují k propečení **dvakrát více času**. **Hřbet** proto do trouby přidej až po **30 minutách** pečení. Po upečení dej pekáč na plotnu a základní šťávu zřed' ¼ l **zakysané smetany**. Omáčku přiveď opatrně k varu a ochuť trochou ml. pepře a soli.

Bažanty, **křepelky** a **koroptve** lovci vyháčkují (konečnick naříznou a vnitřnosti vytáhnou pomocí drátu se spirálovým zakončením). Pár dní se nechávají v chladu zavěšeny v peří. Mají bílé maso a vyžadují stejnou teplotu pečení, jako kuře. Maso je suché, proto se musí **prošpikovat**. Více viz v receptu **BAŽANTI, KŘEPELKY A KOROPTVE** níže.

K veškeré zvěřině patří **lesní a pikantní koření** (jalovec, tymián, rozmarýn, hřebíček, houby, tlučené jedlové jehličí), popř. zakoupená Myslivecká kořenící směs. Zajíce i mladou zvěřinu posyp pokrájenou kořenovou zeleninou, cibulí, celým pepřem a přelij je máslem. Takto je nalož na 1-2 dny. Před pečením se doporučuje maso přiměřeně osolit a potřít jemně rozetřeným kořením (zajíce a srnčí tymiánem, divočáka rozmarýnem). Slaninou je raději neprotahuj. Stačí slaninou maso ochucené rozetřeným kořením obalit. Slanina proniká kořením a aroma vsákne do masa. Pak je s máslem i zeleninou **upeč**. Zvěřina se však ve většině případů před pečením **marinuje**, nejčastěji následujícími marinádami (mořidly):

KLASICKÉ MOŘIDLO Pro 1-1,5 kg **zvěřiny** (zaječího nebo králičího zadku, skopového) do ½-¾ l **vody přidej** 1-2 PL **octa** (případně 2 dl červeného vína), 4-6 **pepřů**, 4-6 **nových koření**, špetku **suš. tymiánu**, 1-2 **bob. listy** a trochu **cukru**. Směs **povař**. **Kameninovou nádobu** vylož plátky z 1 většího **celeru**, 1 větší **petržele**, 2 **mrkví** a 2 středních **cibulí**. Navrch **polož** maso. Chuť zvýrazní rozdrčené a do masa vetřené **jalovčinky**. Velmi suché lze **protáhnout** 60-80 g **špeku** na nudličky. Maso **zaliž** studeným mořidlem, **zatiž** a **nech** stát v zimě 3-5 dní, v létě 2-3 dny. Maso denně **obracej**. Zvěřinu **osuš**, **osol**, a nejdříve **na plotně** ze všech stran na **sádle** rychle **opeč**, aby se uzavřely póry. Potom ji při pečení pilně **polévej tukem**. Do šťávy můžeš postupně **přidávat** 2-4 dl **bílého vína**, maso se tak stane křehčím. Před podáváním **přidej** zbytek vína, ale již je **nevař**.

MOŘIDLO NA KANČÍ Umel a **rozpust'** 50 g **špeku**. **Vmíchej** 3 **prolisované str. česneku**, 1 PL **hořčice**, ½ **kostky Masoxu**, 1 ČL **Harissy** (2 cm z tuby), ½ ČL **ml. kmínu**, 3 **nová koření**, 2 **hřebíčky**, 10 **jalovčinek**, 2 **bob. listy**, špetku **ml. pepře** a 1 PL **Harmonie chuti**. V **pekáči** maso **potři** marinádou a **poklad'** 1 **cibulí** na plátky. **Nech** je 1-3 dny v chladu odležet. Denně maso **obracej**. Před pečením maso i marinádu přiměřeně **osol**. Marinádu **nařed'** asi ½ l **vody**, 1 PL **octa** a maso jí **podlij**. Při pečení maso pilně **polévej výpekem**.

NÁLEV NA MASO ZÁKLADNÍ **Očisti** 50 g **cibule**, 50 g **celeru**, 30 g **mrkve** a 20 g **petržele**. **Nakrájej** je na tenké plátky, okořeň 10 **pepři** a 5 **novými kořeními** (a trochou saturejky). 20 g **cukru** smíchej se 3 PL (oliv.) **oleje** a vmíchej do zeleniny. Tu důkladně rukama propracuj, aby pustila šťávu. Maso pečlivě **potři** směsí a **oblož** po celé ploše. **Ulož** je do **chladničky** nejméně na 1 den. Poté je **zpracuj**. Dané množství je určeno pro 1 kg hovězího masa.

ZRÁNÍ MASA je zcela nezbytné. Nestažené maso musí být řádně „zamřelé“. Doporučuje se nechat je v lednici zrát až do druhé poloviny záruční doby masa. Vyzrálé maso je 2-3x křehčí, má typickou vůni, chuť, vzhled a předpoklady pro nejlepší kulinární využití. **Hovězí maso** po správném jatečním zpracování a zchlazení, zavěšené ve čtvrtích při teplotě 0-3°C, optimálně vyzraje za **10-14 dnů**. Čerstvé hovězí maso (ale např. i zvěřinu) proto kupuj přibližně 1 týden před tepelným zpracováním. Svou roli při stupni vyzrání hraje i věk a pohlaví. **Vepřové maso** v půlkách vyzraje za **5-7 dní**, **kuřecí maso** za **1-2 dny** a **rybí maso** již za **několik hodin**.

STAŘENÍ MASA **Hovězí maso** zavěšené při teplotě 1-4 °C odpočívá až 72 dní. Na povrchu se vytváří tvrdá kůrka a svalové vlákno. Tkáň uvnitř přitom povolí. Tím maso změkne a jeho kvalita se zlepší. U nás se téměř neprovádí. Stažené maso se k nám dováží například z Brazílie, Uruguaye, Argentiny, USA nebo Irska. Je proto citelně dražší.

PEČENÍ MASA **Maso** předem bez velkého utážení **stáhni** smyčkami **potravinářského provázku**. Bude křehčí, když použiješ **NÁLEV NA MASO ZÁKLADNÍ** (viz výše), nebo když je tradičně obložíš mladými kopřivami, zavineš do lněného plátna a ve **sklepě** na několik dní **uložíš**. Poté maso **osuš**, **osol** (lépe však, až když je při pečení zlatavé), **okořeň** a **peč** je při 225°C. Asi po 20 minutách, až se maso zatáhne, **sniž** teplotu na 180°C, viz níže. Asi 20 minut před dopečením lze maso potřít kaší z rozmočeného chleba, smíchaného s 1 našlehaným bílkem, 1 ČL hořčice a bylinkami nadrobno. Maso pak **peč** při 175°C až bude jeho kůrka křupavá. Jinak je **peč** při teplotě 180°C, viz níže. **Upečené maso nech** asi 10 minut ve **vypnuté troubě** (popř. zabalené do alobalu). Šťáva přitom prosákne ze středu masa do kůrky. **Krájej** je až za 10-15 minut, jinak o šťávu přijdeš.

Dle hmotnosti odborníci doporučují různá masa **péct** při **180°C** následujícím způsobem:

Vepřové maso peč 25 minut a na každých 500 g masa a k tomu **přidej** 25 minut.

Hovězí a skopové maso peč 20 minut. K této době na každých 500 g masa **přidej** 20 minut. Především u hovězího velmi záleží na druhu masa. Například svíčková se peče velice krátce.

Zaječí hřbet peč 30-35 minut, **zaječí zadek** 50-60 minut.

Jelení hřbet (1 kg) **peč** 100-120 minut, **jelení kýtu** (2-3 kg) **peč** 120 minut.

Srnčí hřbet (2 kg) **peč** 45-50 minut, **srnčí kýtu** 70-90 minut.

Hřbet divočáka (2-3 kg) **peč** 120 minut, **kýtu divočáka** **peč** na každý 1 kg 25 minut.

Koroptve a bažanty peč podle stáří $\frac{3}{4}$ -2 hodiny. Starší **dus** v přiléhajícím pekáči i déle. Chutnají pak jako mladé.

Zvěřinu nepeč zbytečně dlouho. Maso není tučné a brzy se proto vysuší. **Peč** je **přiklopené**, až na konci je můžeš odklopit. Hotové maso **vyjmi** z pekáče a na **horkém podnosu dej** do **trouby**. Zůstane-li ve vypnuté troubě 10 minut, neztratí při krájení tolik šťávy.

PEČENÍ (POŠÍROVÁNÍ) MASA METODOU SOUS-VIDE Potraviny se připravují ve vzduchotěsném umělohmotném obalu ve vodní lázni s danou teplotou. Maso, ryby ale i zelenina a ovoce se pošírují několik hodin (až 72 hodin) při přesně stanovené teplotě, nižší než bod varu, nejčastěji v rozmezí 55-60°C. Záměrem je zachovat přirozenou chuť, šťávu a texturu kvalitní potraviny při stejnoměrném ohřívání ve vodní lázni s přesně regulovanou teplotou. Po kratším předpečení touto metodou lze pak maso a případně i další potraviny z chuťových důvodů grilovat.

SMAŽENÍ MASA Pro hluboké smažení **použij** nejraději **fritézu s olejem** do jedné třetiny. Vysoká teplota je velmi důležitá. Při nízké maso rozbředne a nasákne hodně tuku. Je-li naopak teplota vysoká příliš (z oleje se kouří), maso dostane nepříjemnou chuť. Kousky masa mají být před smažením co **nejsušší**. Na **pánvi smaž** jídlo po **menších dávkách**, aby se olej neochladil, a na dně se neshromažďovala šťáva, ve které se maso místo smažení dusí. Olej má snést vysokou teplotu, např. kukuřičný, arašídový a nejlépe pak řepkový, určený pro smažení.

VAŘENÍ MASA Hovězí i jiné maso **vlož** do **vařící osolené vody** s **kořením a zeleninou**. Hrozí-li, že nebude měkké, přidej pár kapek octa. Výborné je použít **tlakový hrnec**: malé množství masa v kastrolku s výpekem (omáčkou, vývarem) dej do tlakového hrnce s podložkou (mřížkou) a s asi 5 cm vody. Vepřové se uvaří asi za 25 minut, hovězí a skopové asi za 30-45 minut. Pro chuť lze maso v omáčce dodusit. Pro vaření na **vývar** **dej** maso naopak do **studené vody** a **nech** je několik hodin velmi mírně **probublávat** (pod 100°C). Pěnu **sbírej**.

BLANŠÍROVÁNÍ je krátké spaření zeleniny a dalších ingrediencí ve **vařící osolené vodě** a vzápětí zchlazení ve vodě s ledem.

UZENÍ NA PLOTNĚ Dno velkého hrnce (woku) **vylož alobalem**. Na alobal **nasyp** 3 PL **suchých pilin z tvrdého dřeva** (s trochou čaje). Vlož **kulatou mřížku**, na kterou **maso polož**. Piliny **zahřej**, až se z nich začne kouřit. Hrnec **přikryj poklicí**. Maso, ryby, nebo mořské plody přitom **zahřej** na žádanou teplotu. Dnes jsou v módě i tzv. smokery (aromatizéry), říká se jim také pistole či dýmky na uzení. Nerezovým (skleněným) zvonem, francouzsky clochem (čti klošem) pokrm přiklop na talíři, pod kterým pokrm vydrží déle teplý. Pro uzení jej lze zaplnit kouřem, a poté jím talíř přikrýt. Pomocí sklenice lze zakouřit i menší misky např. s pečeným česnekem nebo s červenou řepou. Takový salátek chutná např. s naloženými brusinkami. Dnes je na trhu i koření, které dodá pokrmu kouřovou příchut' a vůni.

FLAMBOVÁNÍ je „opalování“ pokrmů aromatizovaným alkoholem (rumem, brandy, ovocným destilátem atd.). Důvodem je zlepšit chuť nebo vzhled jídla. Malé množství **alkoholu zahřej**. Aby potom alkohol snadno vzplanul, **polij** jím **horké jídlo v pánvi**, **zapal** a **nech hořet** tak dlouho, dokud neshoří. Při flambování je třeba **dodržet** co **největší opatrnost!**

GLAZOVÁNÍ je potírání povrchu některých potravin tekutinou, která jim dodá lesklý vzhled. Obvykle se tyto potraviny potírají vajíčkem, mlékem nebo medem.

GRATINOVÁNÍ je zapékání jídel, obvykle v keramických miskách. Upečený pokrm je často politý **omáčkou**, posypaný **strouhankou** či **sýrem** a zapečený dozlatova. K zapékání se používají i syrové suroviny.

GRILOVÁNÍ Maso z **lednice vyndej** do **pokojevé teploty** nejméně 6 hodin předem. Vhodné je mladé maso. Tučné části odstraň. Maso červené, bílé a paprikové klobásy předem **marinuj** v nálevu z oleje a piva s grilovacím kořením (též pod názvem ADOBO, viz níže KOŘENÍ). Další marinády jsou uvedeny v příslušných receptech. Maso **marinuj** dost **dlouho**, nejlépe přes noc. Před grilováním marinádu **okapej**. V některých případech při grilování potřij maso řídkou marinádou (z oleje, trochy bílého vína, piva, grilovacího koření). Nejčastěji se jedná o drůbež. Nakládat maso do samotného oleje správné není. Olej maso nezkréhčí, a navíc odkapává do grilu. Rošt musí být dobře zahřátý a potřený olejem (smotkem papíru v pinzetě) nebo špekem. Nejdříve maso **zprudka osmahni**. Zatahne se a udrží si šťavnatost. Uvnitř by mělo mít alespoň 71°C (lze použít vpichovací teploměr). Pak je **pozvolna griluj** do měkka. **Sol** je až 2 minuty **po grilování**. Pod velké kusy tučného masa polož hliníkovou misku na chytání tuku. Griluj je s **přiklopeným víkem**. Do masa píchni nožem. Pokud lehce projede, je maso hotové. Adobado je postup, kdy se maso griluje v silné vrstvě marinády.

TENDERIZOVÁNÍ Tenderizér byl v 70. letech 20. století vytvořen firmou Jaccard (USA). Skládá se z řad ostrých, tenkých čepelí. Ty se jakoby ručním „razítkováním“ vnořují do masa. Z masa přitom zbytečně neuniká šťáva a průřezy napomáhají rovnoměrnému propékání masa. Pokud chceš masu propůjčit jedinečnou chuť, nejprve jej okořeň. Až poté tenderizérem vprav použité koření do masa. Tenderizuje se tužší hovězí maso a zvěřina.

TYNDALIZACE je opakovaná sterilizace za 24-48 hodin po první sterilizaci po dobu 20 minut při 90 C.

BRUNOISE (čti brunoa) je způsob krájení nejčastěji zeleniny. Nejprve se potravina nakrájí na julienne (na tenké nudličky), pak se otočí o 90° a nakrájí se na malé 2-3 mm kostičky. Takto nakrájená zelenina se používá do polévek, omáček, nebo jako ingredience do nádivek.

ZLATÉ PRAVIDLO: Při vaření a pečení použij k okoření ½ kg masa nebo ½ l vývaru ½ bobkového listu, 2 nová koření a 4 pepře. Jiná výrazně aromatická koření přidej vcelku a před servírováním je odstraň. Lze je dát do nerezového vajíčka na vaření čaje nebo do plátěného uzlíku. Vlož je až ½ hodiny před koncem vaření a na konci vaření je vyjmi.

HLAVNÍ JÍDLA, PŘEDKRMY, POMAZÁNKY A PŘÍLOHY

!ADOBO (FILIPÍNY) Na kostičky nakrájej 600 g vepřového masa (plecka, krkovice) a 250 g vepřových (hovězích) jater. 1 hodinu je nech v marinádě z 50 ml octa, 12 str. česneku na plátky, 2 bob. listů, trošky soli, 10 pepřů, 5 nov. koření a 1 PL krystalového cukru. Pak přilij 1 dl vody, promíchej a velmi zvolna vař 40 minut pod pokličkou (nezvedej ji), dokud maso nezačne pouštět tuk. Pak zvyš teplotu a vař dalších asi 15 minut doměkka. Přidej 1-2 ČL Harmonie chuti a dle potřeby je přisol a dokysel. Dalším ohříváním se chuť zlepšuje (lze je ohřívát až 1 týden). Podávej s rýží. Pozn.: Maso lze marinovat i jinak, viz níže KOŘENÍ ADOBO.

!ADOBO KUŘECÍ Smíchej ½ hrnku jablečného octa, ¼ hrnku sój. omáčky, 3 str. česneku nadrobno, 2 bob. listy, ½ ČL soli a v mulovém sáčku ½ ČL celého pepře. Přidej 4 očištěné, lehce osolené kuřecí čtvrtky. Pod poklicí je dus 35-45 minut doměkka. Dochut' je 1 ČL Harmonie chuti, solí a octem. Poté vyjmi pepř. Podávej s rýží (s bramborem, s těstovinami).

!ALSASKÉ ZELÍ S MLETÝM MASEM (slavný jednoduchý pokrm FRANCIE) V hrnci (se silným dnem) na sádle osmahni 1 cibuli nadrobno do zlatova. Přidej 700 g pokrájeného kysaného zelí a 2 oloupaná a nastrouhaná jablka, Zalij je ¼ l bílého vína, ochut' 5 kuličkami jalovce a dle chuti ml. pepřem. Pod pokličkou je zvolna dus doměkka. Na pánvi rozškvař 100 g slaniny na kostičky, přidej 300 g ml. masa (mixu), dle chuti je osol, opepři a vše zprudka osmahni. Vařečkou přitom maso rozmělnuj. Opečené maso se slaninou přidej k zelí. Když je zelí měkké, přidej 5 cl třešňovice (borovičky apod.), 200 g klobásy na plátky a pokrm důkladně prohřej. Podávej s vařenými brambory. Nejchutnější je rozležené do druhého dne.

!ASPIK Připrav si 1 kg vepřových nožiček, dle možnosti i kůži, 150 g kořenové zeleniny, 2 ČL soli, 5 pepřů, 1 nové koření, ½ bob. listu, špetku tymiánu, 1 neoloupanou cibuli a plátěný sáček. Kůži nožiček předem vyper v horké a pak ve studené vodě. Dobře je očisti a rozsekni je. Vlož je do ½ l studené osolené vody a pomalu je přiveď k varu. Do plátěného sáčku vlož cibuli, pokrájenou zeleninu, koření a dej je do hrnce. Lze přidat i tenkou citrónovou kůru vcelku. Pomalu vše asi 4 hodiny mírně vař, až maso samovolně odpadá od kosti. Obsah se musí jen „převalovat“. Průběžně odstraňuj tuk, aby byl aspik čirý. Čirost aspiku lze také zvýšit za horka zašleháním lehce ušlehaného bílku (popř. z 2 bílků ušlehej tuhý sníh a aspik do něho postupně ve šlehači zašlehavej). Cedník dej do mísy a vylož jej namočeným plátnem. Aspik nech ¼ hodiny po zašlehání sněhu bez míchání do mísy prokapat. Lze jej obarvit šťávou

z červené řepy, z ovoce, karamelu apod. Hotový aspik **ochuť** 50 ml **octa**, popř. i **bílým vínem**, **okurkovým lákem** a podobně. Vlažným **zalévej** různé pochoutky (šunku, zeleninu, vejce atd.). V chladnu tuhne dle množství asi za 1-3 hodiny. Chceš-li ztuhlý aspik rozpustit, a znovu jej použít, rozpust' jej v teplé vodní lázni. **Vařit se nesmí**. Při **leštění** aspikem docílíš krásný vzhled lahůdek a studené pokrmy se aspikem částečně konzervují. Při „přeleštění“ však pokrm musí být vychlazen a ani aspik již nesmí být teplý, ale jen mírně vlažný, hustý jako ovocný sirup. Takto vyrobený aspik, je díky obsaženému kolagenu z vepřových nožiček, velice hodnotný pro udržení **zdravých kloubů**. Ananas obsahuje enzym, který brání tuhnutí aspiku. Ananas je proto třeba krátce **podusit**, čímž se enzym zneutralizuje.

Dnes se často klasický aspik nahrazuje aspikem z **agaru**, nebo ze **želatiny**. Na 1 l **vody** (ovocné šťávy, hovězího vývaru) **použij** 10-20 g **agaru**, u mléčných pokrmů 20-25 g na 1 litr. Aspik s **agarem** se **vaří**. **Nebo** na 1 l aspiku **použij** asi 30 g **lístkové** nebo **práškové želatiny** dle návodu na sáčku. Kuchaři **doporučují** použít **poloviční množství želatiny**, než udává návod od výrobce. Lístkovou želatinu **rozstříhej** a ve studené vodě **nech nabobtnat**. **Okapanou rozpust'** v horké kapalině a **postav** do tepla. **Želatina** se **vařit nesmí**. Tekutý rosol **přeced'** přes **mokřý ubrousek** a **nech vychladnout**. Potraviny **zalij** a **dej** do **ledničky vychladit**, aby rosol ztuhl.

!ASPIK SALÁMOVÝ S MORAVANKOU Do **kastrolu slij nálev** z 1 sklenice **Moravanky**. **Přidej** 1-2 **kostky Masoxu**, 50 g **želatiny** v prášku a vše pomalu **zahřej**, až se želatina rozpustí (nesmí se vařit). **Pokrájenou Moravanku** i s nálevem, **opatrně smíchej** se 2 **vejci** téměř natvrdo na plátky a 200 g **šunkového salámu** na kostičky. Vše **nalij** do vhodné **formy**, **vypláchnuté studenou vodou** (vyložené mikrotenem) a aspik **nech** v **chladnu ztuhnout**. (**PŘEDKRM**)
Pozn.: Níže viz RYBA V ASPIKU.

BAŽANTY, KŘEPELKY A KOROPTVE lovci vyháčkují (konečník naříznou a vnitřnosti vytáhnou pomocí drátu se spirálovým zakončením k navíjení střívka). Mají bílé maso a vyžadují tedy stejnou teplotu pečení, jako kuře. Pár dní se v chladnu nechávají zavěšeny v peří. **Škubej je velmi opatrně**, protože se kůže snadno trhá. Nikdy je nespauj **vařící vodou**, ale jen horkou. Poté je namokro **opatrně škubej**, především na voleti, po několika málo pírkách proti směru růstu. Nejhorší jsou křídla, kde peří drží nejvíce. Zbylá peříčka, **opatrně je opal**, stejně jako chmýří a drobná peříčka kolem zobáku. Někdy se neškubou, ale **stáhnou** se z kůže. Přijdeš však o křupinku, práce se ale dosti urychlí. Při **kuchání rozřízni** břišní dutinu, a nebyl-li pták vyháčkován, **vyjmi** střeva. Pak **vyjmi** vole. **Ponech** jim však hlavu i krk, **oči vyjmi** a **ponech** i nohy, na kterých **odstříhni** drápky a dobře je **kartáčem omyj**. Maso je suché, proto se musí **dobře prošpikovat**. **Okořeň** a **plň** je **játry**, **olivami**, **houbami**, **šunkou**, **ananasem** nebo **mandarinkami**. **Dus** je na **víně**, **podlévej** **masovým vývarem** a omáčku **zahusti smetanou** (zlatavou jíškou). Jednodušší je osolené a prošpikované maso **péct** se **zeleninou**, **obložené slaninou**. Chceš-li vytvořit hnědou kůrčičku, **musíš** maso na **pánvi** prudce **opéct**. Doporučuje se předem je naporcovat. Zasyrova **odřízni** prsa a stehna, která **polož kůží dospod** na **pánev** s řádně rozehřátým **olivovým olejem**. Při vysoké **teplotě** je asi 3 minuty **opékej** do zhnědnutí kůže. **Obrať** je, a již jen 1 minutu **opékej**, aby maso uvnitř zůstalo růžové. Pak je v **troubě** při 200°C krátce **dopeč**. Když pustí šťávu, slabě je **podlij**.

Bez opékání v pánvi je podle stáří **peč** $\frac{3}{4}$ -**2 hodiny**. Staré koroptyve i bažanty dostatečně v troubě **dus** doměkka v **přiléhajícím** pekáči. Chutnají pak jako mladé. **Podávej** je s **bramborem** (opečeným) a s **červeným zelím**, nebo s **kompotem**.

Pozn.: Výše viz PEČENÍ ZVĚŘINY.

!BAŽANT PO ČESKU Troubu zahřej na 180°C. 1 očištěného bažanta na prsou (a na stehnech) protkni 50 g špeku na klínky a osol. Na 80 g másla zpěň 1 cibuli nadrobno, přidej zbytky špeku, 2 pepře, 1 jalovec, trošku podlij vodou. a dej péct. Občas jej přelévej šťávou. Když je maso měkké (asi za 45 minut), vyndej je na teplou mísu a zbylou šťávu povař. Nakonec ji lehce zapraš hl. moukou, osmahni, mírně zalij vodou a 20 minut mírně povař. Podávej s opečeným bramborem a žampiony, dušenými na másle.

!BAŽANT SE ŽAMPIONY Oškubaného a vykuchaného bažanta hlavně na prsíčkách a stehnech prošpikuj asi 50 g slaniny. Posyp jej 2 ČL koření Divočina, nebo po ½ ČL tlučeného nov. koření, čerstvě mletého pepře, ml. papriky a 5 listy bazalky nadrobno. Dalších 50 g slaniny na kostičky rozpal s 1 PL másla a 1 PL oliv. oleje. Bažanta osol a ze všech stran na ní opeč. Přidej 1 cibuli nadrobno, 1 bob. list a podlij jej. Bažanta peč při 180°C a občas jej přelévej šťávou. Když je maso asi za 45 minut měkké, vyndej je na mísu a šťávu podus. 300 g žampionů (lišek, hříbků) nakrájej na větší kusy a na kousku másla je osmahni. Pak je osol a dus doměkka. Bažanta naporcuj, oblož houbami a podej s opékaným bramborem a brusinkovým kompotem.

!BIFTEK příprav ze střední části svíčkové následujícím způsobem:

1. Kvalitní svíčková má být po krajích nahnědlá, uprostřed červená. Na řezu je maso lesklé. Mramorované maso je velmi chutné a šťavnaté.
2. Biftek má být vysoký 4-5 cm (tzv. řez Tournedos). Naklepat se má jen klouby ruky. Maso se má po obvodu stáhnout provázkem (i s plátkem anglické slaniny).
3. Ochut' jej jen čerstvě mletým pepřem a pokapej jej pár kapkami olivového (bylinkového) oleje. Nech jej v chladu několik hodin (nejdéle 10 hodin) odležet
4. Masivní, nejlépe litinovou pánev pořádně rozpal.
5. Rozvaž, jaký stupeň propečení budeš požadovat. Nejsi-li si jist, připrav raději biftek krvavější, než bys jej zkazil přepečením.

PROPEČENOST MASA zjistíš teploměrem, nebo i takto: Dej ruku dlaní nahoru. Dotkni se ukazovákem špičky palce. Druhou rukou poklepej na sval pod palcem. To je právě „very rare“. Nyní se postupně dotýkej palce dalšími prsty až k malíčku. Sval tvrdne jako maso na pánvi, až k „well done“. Stupně propečení jsou tyto:

VERY RARE (francouzsky Très saignant) Steak má tenkou hnědou kůrku, uvnitř je ještě syrový (krvavý). Prstem jde lehce zmáčknout. Vnitřní teplota je 49-52°C, smaž jej 1-2 minuty z každé strany. Nech jej 9 minut v teple odležet.

RARE (Saignant) Na povrchu je steak hnědý, pod povrchem růžový. Prstem lze zmáčknout jen prostředek, jinde je maso pevnější. Vnitřní teplota je 58-60°C, smaž jej nejvýše 2½ minuty z každé strany. Nech jej 8 minut v teple odležet. Pro gurmety je nejoblíbenější.

MEDIUM (À point) Maso je uvnitř růžové ale nekrvavé. Tlaku prstu odolává málo, zlehka pruží. Vnitřní teplota je 65-68°C, smaž jej 3-4 minuty z každé strany. Nech jej 6 minut v teple odležet. Přednost jim dává většina lidí.

WELL DONE (Bien cuit) Steak má křupavou hnědou kůrku, je celý propečený, tlaku prstu se nepodává. Vnitřní teplota je 74-77°C, smaž jej 4-7 minut z každé strany. Nech jej 4 minuty v teple odležet. Žádá jej jen málokdo.

Uvedené časy i teploty jsou jen orientační, závisejí na vyzrálosti masa, tloušťce bifteku, kvalitě pánve a druhu tepelného zdroje. Nejvhodnější je plynový. Hotové bifteky nech v teple 4-9 minut odležet. Před podáváním je posol. Někdo bifteky nechává v troubě při 200°C doběhnout na stupeň „medium“. Pak je osolí. Podávej je na zahřátém talíři. Z výpeku připrav omáčku! Výpek uvolni několika lžicemi sherry a přidej šťávu z bifteků. Tekutinu trochu odvař. Poté přidej plátek másla a 1 PL hořčice (hrubozrné francouzské, např. Moutarde de Meaux). Okořen' ji čerstvě mletým pepřem a solí. Ostrost z hořčice sraz dobrým medem.

!BIFTEK TATARSKÝ 400 g čerstvé **svíčkové** (odřezků) **naškrábej**. **Smíchej** ji se 2 **žloutky**. Nadrobno **nasekej** 1 **cibuli** a 4 **sladkokyselé okurky**. Vše **okořeň** čerstvě **mletým pepřem**, ostrou **ml. paprikou**, **solí**, pár kapkami **worcesteru**, či **tabasca**, někdo má rád i kečup či ajvar. Každý host si může chuť masa namíchat sám. Nejlépe chutná s křupavou **topinkou**, **osmaženou** dozlatova, a decentně **potřenou česnekem**. (**PŘEDKRM**)

!BIFTEK TATARSKÝ HOSPODSKÝ (Marek Janouch) **Umel** 500 g **nízkého roštěnce**, **odležného** 1-2 týdny. **Dochuť** jej kečupem, **plnotučnou hořčicí**, **cibulí** a **okurkou** nasekanými nadrobno, **worcesterem**, **drceným kmínem**, **solí** a **ml. pepřem**. **Přimíchej** 2 pasterované **žloutky**. Host si tatarák namaže na **topinku**, **usmaženou** na **sádle**, kterou si **potře** stroužkem **česneku**. Doporučuje se podávat jej s **plzeňským pivem**. (**PŘEDKRM**)

BIFTEKY SEKANÉ Ze 700 g **mletého libového hovězího masa** se **solí** vytvaruj biftečky. V **pánvi** je na 1 PL **rozpáleného přepuštěného másla** po každé straně asi 4 minuty **opékej**. Pak je v **míse** ulož v **teple**. 2 malé **jarní cibulky** nadrobno ve vypečené šťávě **duš** 4 minuty do měkka. **Přidej** 2 PL **brandy** a ještě je 1 minutu **podus**. Poté teplotu **sniž**. **Přidej** 400 g **okapané míchané zeleniny** z konzervy a 200 g **zakysané smetany**. **Promíchej** a **prohřej** je, ale již je **nevař**. Omáčkovou směs **dochuť** **solí**, **ml. pepřem** a s bifteky **podávej**.

!BIGOS (jedna z mnoha variant, POLSKO) ½ kg **kysaného zelí** **pokrájej** a za **občasného zamíchání** i s nálevem pod pokličkou **mírně duš**. ½ kg **vepřového plecka** **nakrájej** na kostky 3x3 cm a na 50 g **zlatavé cibulky** nadrobno je v **pánvi** pod **pokličkou** **udus** do poloměkka. Maso **přidej** do zelí a **udus** je doměkka. ½ kg **hlávkového zelí** **nakrájej**, **osol**, **spař**, **přidej** do kysaného zelí a **udus** je také doměkka. **Přidej** 200-500 g **uzeného bučku** na kostky 3x3 cm. Lze **přidat** i 100 g **škvarků**, 200 g **opečeného salámu** na kostičky, nebo **nakrájenou klobásu** a 100 g **sušených švestek**. Vše **ochuť** 1 PL **ml. papriky**, 2 **bob. listy** (majoránkou) a dle chuti je **dosol**. Bigos **duš** ještě asi ½ hodiny. Dle chuti lze **přidat** i 2-3 dl **červeného vína** a asi 2 PL **cukru**. **Podávej** s **chlebem** (u nás chutná i s knedlíkem).

!BRAMBORÁK (**velmi chutný**) Na 50 g **špeku** na nudličky **osmahni** polovinu velké **cibule** nadrobno. ½ kg **kysaného zelí** jen krátce **propláchni** a **nakrájej** nadrobno. Na cibuli zelí **udus** do **poloměkka**. 1 kg **brambor typu B** robotem **nastrouhej**. **Přidej** 2 větší **vejce**, 8-12 **prolisoovaných** str. **česneku**, druhou polovinu nastrouhané **cibule**, 2 ČL **solí**, 1 ČL **pepře**, 2 PL **majoránky** a 120 g **hl. mouky**. **Vmíchej** zelí. Na **řepkovém oleji** pomalu **usmaž** bramboráky. Pozn.: Lidové názvy oblíbeného bramboráku jsou cmunda, kramflek, křápanec, kecinek, vošouch, halapáč, trynčky, striky, škramplata a možná i další.

!BRAMBORÁK HARULA (SLOVENSKO) **Troubu zahřej** na 180°C. 1 kg **brambor typu B** **oloupej** a **nastrouhej**. Vodu **slij**. **Smíchej** je se 100 g **hl. mouky** a 7 **prolisovanými** str. **česneku**. **Osol** je jen málo. **Troubu zahřej** na 180°C. **Plech** (36x26cm) dobře **vymaž sádlem** (olejem). **Lžící klad'** kopečky těsta a **rozetři** je. **Posyp** je **nastrouhanou brynzou** (Nivou) a **peč** dorůžova asi 30 minut. Pozn.: V troubě lze stejně péct i bramboráky z výše uvedeného těsta.

BRAMBORÁKY SEJKORY KRKONOŠSKÉ se **pekly** přímo na **plátu sporáku**, pouze **potřeného špekem**. Dnes stačí velmi jemně **nastrouhat** 1 kg **brambor**, **osolit** je, **přimíchat** 2 **vejce** (bez česneku, bez majoránky) a pomalu je **upéct** na **pánvi** s **nepřilnavým povrchem**. Teprve pak se případně **mastí**, přesto zůstávají křehké. Chutnají suché, nejlépe však dobře **pomaštěné máslem**.

!BRAMBOROVÁ KAŠE (Nasládlé, jemné, po celém světě proslavené pyrė. Joël Robuchon „kuchař století“. FRANCIE)

1. 250 g nesoleného, v ledničce vychlazeného, kvalitního **másla** (ideálně francouzského) **nakrájej** na drobné kousky. Pozn: Robuchon doporučuje podávat máslo k bramborám v poměru 1:2. Protože je tato varianta velmi kalorická, lze máslo ubrat na poměr 1:4, tj. na 125 g.
2. 0,5 kg menších stejně velkých **žlutomasých máslových brambor** rohlíkovitého tvaru (nejlépe odrůdy Ratte) důkladně **očisti**, ale **neloupej**.
3. V **kastrolu** je **zaliž studenou vodou**. Na každý 1 l **vody** použij 10 g (2 ČL) **solí**. Brambory mírně **vař** 20-30 minut, dokud nezměknu (nůž musí do brambory lehce zajet). Jakmile jsou uvařené, **ihned** z nich **slíj vodu**. Základem dobré kaše jsou brambory rovnoměrně uvařené.
4. Brambory **nech vychladnout** jen do té míry, abys je zvládl držet v ruce. **Oloupej** a **nakrájej** je na menší kousky. Poté je přes **mřížku** (lisem) **propasíruj**.
5. **Vlož** je do **kastrolku** nebo na **pánev** se **silným dnem**. Na mírném ohni je **zahřívej** a postupně do nich **vařečkou vmíchávej** kousky másla.
6. Nakonec do pyrė **přidej** dle chuti **sůl** a ½ hrnku **horkého plnotučného mléka** nebo 12% smetany. **Přilévej** je velmi pomalu a kaši **jemně promíchávej**. K míchání **použij metličku**, díky níž kaše získá nadýchaný vzhled. Ideální hustotu poznáš tak, že se kaše **nelepí** a při nabírání lžící z ní sama **sjede na talíř**. Dle Robuchona lze kaši ochutit stejně dobře jako těstoviny. Vyzkoušej např. přidat nastrouhaný Parmezán, citrónovou šťávu nebo ořechy.

BRAMBOROVÁ LEPENICE (Blanka Poláčková) 750 g **brambor typu B** **oloupej** a ve **slané vodě** s **kmínem** 20 minut **uvař**. 400 g **kysaného zelí** krátce **propláchni**, **sced'**, **nakrájej** a v hrnci **prohřej** na 1-2 PL **sádla**. Poté je **smíchej** s **hrubě rozšťouchanými** bramborami. **Urovnej** je na **mísu**. **Přelij** je trochou nudliček **slaniny** s 1 velkou **cibulí** nadrobno, **osmahnutými** na **sádle** nebo se škvarkovým sádlem.

!BRAMBOROVÁ SLÁMA 250 g **očištěných brambor typu A** **oškrábej** a **nastrouhej** je najemno (nakrájej na nudličky). Pak je **namoč** asi na 1 hodinu (klidně i přes noc) do **studené vody**, aby se z nich vyplavilo co nejvíce škrobu. Brambory pečlivě **opláchni**, **nech** je **okapat** a **osuš** v **utěrce**. V ½ l dobře rozpáleného **řepkového oleje** brambory po malých dávkách **smaž**. **Naběračkou** s otvory bramborovou slámu **pravidelně míchej**, dokud smažením nezíská lehce zlatavou barvu. Jakmile jsou brambory osmažené, **vyber** je **dírkovanou naběračkou**, **nech** je **okapat** a **vysyp** je na **papírovou utěrku**, která odsaje zbylý tuk. Bramborovou slámu posol **jemnou solí** a **urovnej** na **mísu**. **Servíruj** ji vlažnou nebo i studenou (ve zvláštní misce).

!BRAMBOROVÁ SRDÍČKA S BYLINKOVÝM MÁSLEM (chuťovka, přílohové placičky Klára Kvasná) Ve slupce **uvař** 300 g **brambor typu B**. **Oloupej** a **nastrouhej** je na **jemném slzičkovém struhadle**. **Přidej** 2 PL změkklého **bylinkového másla** (viz níže), 1 **vejce**, 4 PL **polohrubé mouky**, dle chuti je **osol** a **vypracuj** těsto. Na **pomoučeném vále** je **vyválej** na asi ½ cm plát a z něhož **vykrajuj** srdíčka. **Opeč** je z obou stran na **nepřilnavé pánvi** bez tuku.

!BRAMBOROVÉ HRANOLKY TRADIČNÍ **Nakrájej** 700 g **brambor typu AB** (A) na 1 cm silné pláty, ty pak na 1 cm hranolky. Na 30 minut je **namoč** do **studené vody**. Poté je **sced'** a důkladně **osuš**. **Fritovací hrnec** **naplň** do poloviny **řepkovým olejem** (slunečnicovým) **na smažení** a **rozehřej** jej na 190°C. Nemáš-li teploměr, vhod' jeden hranolek. Měl by okamžitě vyplavat obklopený bublinkami. **Košík** na smažení **naplň** do čtvrtiny hranolky a **ponoř** jej. **Smaž** je 5 minut a **nech** je na **ubrousku okapat**. To proved' se všemi hranolky. Nakonec **ve fritěze dosmaž** všechny hranolky najednou dozlatova a dokřupava. Pozn.: Hranolky můžeš **upéct** i v **troubě**. **Rozehřej** ji na 230°C. Hranolky brambor **dej** do **plastového sáčku**, **přidej** 3-4 PL **oleje** a důkladně je **protřepej**, aby se jím obalily. **Vysyp** je na **velký plech** a **peč** je asi 45 minut v **horní části trouby**. V polovině pečení je **obrat'**. Přepálený olej **nahrad'** čerstvým!

!BRAMBOROVÉ KROKETY 1 kg vařených brambor typu AB prolisuj, osol, přidej 50 g másla, 3 žloutky, dle chuti několik strouhnutí muškátového oříšku a 200 g tuku. Vše dobře promíchej a zformuj krokety (malé válečky, kuličky, obdélníkové hranolky apod.). Obal je ve 2 vejcích, ve 100 g strouhanky a usmaž je dozlatova.

!BRAMBOROVÉ LOKŠE (Výborné k pečené huse či kachně, jedí se i nasladko. SLOVENSKO) 1 kg uvařených brambor typu B oloupej, nastrouhej a smíchej s 300 g hl. mouky a dle chuti s trochou soli. Lokše peč nasucho na plotně (na nepřilnavé pánvi), až se na nich dělají tmavé puchýřky. Omasti je z obou stran máslem (husím sádlem). Nejlepší jsou 1 den odleželé. Pozn.: Na Moravě je potírají povidly a říkají jim přesňáky.

!BRAMBOROVÉ PLACKY BOXTY (Jsou skvělé ke snídani s nakyslou jablečnou omáčkou, s osmaženou slaninou, klobásou, volským okem nebo s míchanými vejci. IRSKO) 200 g syrových brambor typu B jemně nastrouhej a smíchej s 200 g bramborové kaše (může být z předešlého dne), s 1-2 cibulemi najemno a s 1 rozšlehaným vejcem. Zasyp je 200 g hl. mouky, dle chuti osol, opepři a přimíchej trošku mléka. Z těsta vytvoř placičky, které upeč na slunečnicovém oleji (řepkovém) či na sádle (drůbežím).

BRAMBOROVÉ SPÄTZLE BAVORSKÉ Z $\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$ kg vařených brambor, hr. mouky, 1 vejce a trochy mléka vypracuj těsto. Přes cedník s velkými otvory do vařící osolené vody vytlač malé halušky. 100 g anglické slaniny osmaž s 1 cibulí nadrobno. Promíchej je s $\frac{1}{2}$ kg pokrájeného a krátce propláchnutého kyselého zelí a podus je. Ochut' je ml. pepřem a ml. koriandrem. Vmíchej $\frac{1}{4}$ kg uzeného uvařeného masa na kostičky a přidej scezené halušky. V malých zapékacích miskách je zapeč v troubě. Před podáváním je můžeš posypat osmaženou cibulkou. Podávej je například s pivem. Pozn.: Niže viz HALUŠKY BRYNZOVÉ.

!BRAMBOROVÉ ŠIŠKY NASLADKO (retro Jaroslav Života) Těsto zpracuj z 1 kg uvařených nastrouhaných brambor typu B, 300 g hrubé mouky, 1 vejce a 1 ČL soli. Vytválej váleček asi o \varnothing 1 $\frac{1}{2}$ cm a nakrájej šišky. Vař je v osolené vodě asi 3 minuty až vyplavou a vyber je. Omasti je máslem, posyp osmaženou strouhankou (ml. mákem s cukrem) a pocukruj je.

!BRAMBOROVÉ ŠKUBÁNKY 1 kg brambor typu B oloupej a v osolené vodě uvař skoro doměkka. Slitou vodu dej stranou. V hrnci je rozšťouchej a obrácenou vařečkou do nich udělej až ke dnu několik tunýlků. Nasyp do nich 150 g polohrubé nebo hrubé mouky a nalij asi polovinu odstavené vody. Přikryté je nech asi 20 minut stát v teple. Přebytkovou vodu slij a vymíchej hladké těsto. Lžící namočenou v omastku vykrajuj škubánky. Na slanou verzi lžící namáčeš do sádla a škubánky polévej cibulkou osmaženou na sádle. Na sladkou verzi lžící namáčeš do másla a škubánky syp mletým mákem s cukrem. Zbylé škubánky opeč na pánvi. Pozn.: Ve slané verzi můžeš do těsta přimíchat kousek nastrouhané uzeniny.

!BRAMBORY AMERICKÉ Stejně menší brambory kartáčem odhrni (a 5 minut je předvař), osuš, podélně je nakrájej na čtvrtiny. Opeč je na oleji (bylinkovém) doměkka nebo nasucho při 200°C v troubě. Před servírováním je osol. V prodeji je i koření na americké brambory se solí. V USA jsou oblíbeny i celé brambory s důkladně opečenou slupkou.

!BRAMBORY CAJUNSKÉ (čti kejdžnské LOUISIANA) 4 brambory odhrni, nakrájej na velké klínky a v osolené vodě je 3 minuty povař. Sced' je a spolu s 1 citrónem, nakrájeným na 6 dílků, s 12 sloupnutými str. česneku, 3 červenými cibulemi na 8 klínků a se 4 bob. listy je dej do pekáče. Troubu zahřej na 200°C. Rozšlehej 3 PL citrónové šťávy, 1 PL rajs. protlaku, 1 ČL ml. papriky, $\frac{1}{2}$ ČL ml. chilli, 1 ČL suš. oregana, 1 ČL suš. tymiánu, $\frac{1}{2}$ ČL ml. římského kmínu, 6 PL oliv. oleje, dle chuti sůl a ml. pepř. Směsí brambory zalij, promíchej a peč je 30-40 minut, dokud nezměknou a nevstřebají všechnu šťávu. Občas je opatrně obrať.

!BRAMBORY DAUPHINOISE (čti dufinoaze, česky královské 6 porcí FRANCIE) 1 kg **brambor typu A** **nakrájej** na dosti tenké plátky. Ve **větším hrnci** je **zalij** 900 ml **mléka**, aby byly ponořeny. **Přidej** špetku ml. **muškátového oříšku**, 1 **bob. list**, dle chuti **sůl** a ml. **pepř**. Pomalu je **přived'** k **varu** a zvolna 14 minut **vař** (začínají měknout, ale nejsou zcela uvařené a mléko začíná houstnout). **Troubu zahřej** na 180°C. **Mělkou zapékací mísu** o obsahu asi 2 litrů **vymaž** 1-2 PL **másla** a **posyp** ji 3 **oloupanými** str. **česneku** jemně nasekanými. **Drátěnou naběračkou** brambory **přendej** do **mísy** a **zalij** je ochuceným mlékem. Nesmí být ale zcela potopené. Povrch lze **pokapat** 3-4 PL **33% smetany** (crème fraîche). **Zapeč** je asi 1 hodinu (mléko se vsaje a povrch trochu zhnědne). Dají se udržet ve **vlažné troubě** horké asi 1 hodinu. Pak je ale třeba zvlážit je **mlékem** nebo **smetanou**.

!BRAMBORY FRANCOUZSKÉ (ČESKO) 4 velké, **napůl uvařené** (7 minut) studené **brambory typu A** **oloupej** a **nakrájej** na plátky silné asi 0,5 cm. Na **oleji osmahni** 1 **cibuli** nadrobno, **přidej** 250 g **uzeniny** na kostičky a krátce je **opeč**. **Troubu zahřej** na 170°C. Na dno **nepřílnavého pekáče** dej polovinu brambor, **okmínuj** a **osol** je. Na ně **polož** vrstvu uzeniny, 3 **vejce** natvrdo na kolečka a druhou polovinu brambor. **Pokapej** je **olivovým olejem**, **osol**, **opepři** a v **troubě zapeč**. Po 15-20 minutách je **zalij** 2 **rozšlehanými vejci** (s mlékem) a 10 minut je **dopeč**. **Podávej** je s **hlávkovým salátem** nebo se **sterilovanými okurkami**.

!BRAMBORY GRATINOVANÉ (FRANCIE) 400 g **oloupaných brambor typu A** **nakrájej** na tloušťku 1 cm a v **osolené vodě** je do poloměkka **uvař** (8 minut). **Troubu zahřej** na 180°C. **Slij** a **přidej** k nim 1 str. **česneku** na plátky, **posyp** je špetkou **suš. tymiánu**, ml. **pepřem** a **solí**. **Dej** je do **zapékacích misek vytřených česnekem**. **Zalij** je 2 dl **mléka** se 2 dl **33% smetany** (nebo 4 dl 12% smetany). Lze je připravit i s 1 **rozšlehaným vejcem**. **Zapeč** je asi 30 minut.

!BRAMBORY HASSELBACK (ze stejnojmenné restaurace, ŠVÉDSKO) **Troubu zahřej** na 200°C. Stejně velké **brambory** **oloupej** a **nakroj** na tenké plátky (polož si je mezi dvě silné dřevěné špízové jehly, které je nedovolí překrojit až na prkénko). Vznikne tak jakási „harmonika“. Dle chuti je **osol** a **opepři**. **Slaninu** a **klobásu** **nakrájej** na plátky a do vzniklých zářezů je **zastrkej** spolu nebo zvlášť (fantazii se meze nekladou). **Naskládej** je do **pekáčku**, **pokrop oliv. olejem**, znovu **osol** a **ochuť čerstvě mletým pepřem**. Lze je polít **smetanou** nebo jen podlít troškou **vody**. V **troubě** je **peč** asi 1 hodinu. Na první půlhodinu je **přikryj alobalem**, ale není to nutné. Řid' se zkušenostmi s troubou a tomu přizpůsob i čas pečení. Pár minut před dopečením je dle chuti **zasyp strouhaným sýrem** nebo na každý brambor **polož** plátek **sýra**, a **nech** jej **rozpustit**. **Podávej** jako pohoštění, **PŘEDKRM** či přílohu k hlavnímu chodu.

!BRAMBORY PEČENÉ S KŮRKOU (Jsou jako **pečené v ohni**.) **Troubu zahřej** na 220°C. 3 střední **brambory** na osobu **umyj**. Mokrý **obal** ve směsi z ½ hrnku **hl. mouky**, 3-4 PL **solí** a 3 ČL **ml. papriky**. **Peč** je asi 1½ hodiny.

!BRAMBORY PEČENÉ BAKET POTATOES (čti bejkt potejdous USA) **Troubu zahřej** na 220°C. **Velké brambory typu A** **omyj** a ze všech stran (celkem asi 5x) **propíchni vidličkou** a **nech** je trochu **oschnout**. Ze všech stran je **obal** v misce se **solí**. **Peč** je 60 minut. Upečené jsou při zmáčknutí měkké a slupka je křupavá. **Brambory podélně** (do kříže) **nařízni** a dovnitř **dej** trochu **másla**. Dle chuti lze do mezery v bramborech vtlačit co je libo, například bylinky, tuňáka, kukuřici, zakysanou smetanu, pečené pikantní fazole baked beans, uzeného lososa atd.

!BRAMBORY PĚČOKY ČESNEKOVÉ (**velmi chutné UKRAJINA**) **Troubu zahřej** na 180°C. **Brambory typu A** **nakrájej** na asi 1 cm silné plátky. **Osuš** je v **utěrce** a **naskládej** na **nepřílnavý plech**. **Osol** a v **troubě** je **peč**, až se nafouknou a do zlatohněda opečou. V **míse** k nim **přimíchej** asi 2 palice se **solí** utřeného **česneku** a podle chuti **máslo**. Jedí se z jedné mísy a zapíjí se **podmáslím**, **kefirem**, **pivem** nebo **kyškou**.