



EVROPA

Evropa je sice druhým nejmenším světadílem světa, ale teda dala mi docela řádně zabrat. Uf... tolik delikates! Tolik chutí! Člověk neví, kterou dřív. Pizzu, nebo guláš? Musaku, nebo vídeňský řízek? Pojdte se se mnou podívat blíž, nebo raději ochutnat na vlastní jazýček.



→ Něco řádně smaženého

Projet Anglií a nekoupit si do ruky čerstvě smažené **fish and chips**, to bych si neodpustil! Smaženou rybu, hranolky a nasládlý hrášek seženete jak v pouličních podnikcích – chippiech, tak i v luxusních restauracích. Je to zkrátka národní jídlo, na které jsou Britové patřičně hrdí.



JAK SE STOLUJE V EVROPĚ?

Evropané:

U oběda nemlaskají, nesrkají, neříhají, nemluví s plnými ústy, nečichají k jídlu, nefoukají do polévky.

Belgie a Francie:

Stolují dlouho, u jídla odpočívají. V Belgii se večerí hodně pozdě – klidně od devíti do půlnoci.

Anglie:

Je typická snídaní na vidličku. Hlavní jídlo dne: několikachodová večeře.

Bulharsko:

Oběd začínají salátem.

Dánsko:

Místo oběda mají obložený chléb.

Francie:

Jíst rychle je neslušné!

Řecko, Španělsko:

Nejdůležitějším jídlem dne je večeře.

Dobrota na tónech hudby

„U nás v Rakousku budete jako v ráji. Tóny Mozartovy hudby doplní marcipán z pistácií a nugátu zalitý kvalitní čokoládou. Nezapomenutelné Mozartovy koule. Jmenují se Paul Fürst a sám jsem je vymyslel.“



← Čokoládové nebe

Belgie a **čokoládové pralinky!** Aby ne, vždyť právě tady vytvořili na začátku 20. století vůbec první pralinku na světě! Ty nejlepší se dodnes vyrábějí ručně, mají svá jména a luxusní balení. Kouzlo dokonalých pralinek? Správná teplota čokolády a tenounké stěny, aby se do nich vešlo hodně náplně.



Paprika všude, kam se podíváš

Bez papriky neudělají Maďaři ani ránu. Je to doslova jejich národní koření, které dodá lahodnou chuť každému pokrmu. Sladká, pálivá, uzená, gulášová – každá se hodí pro něco jiného.



→ Šup s ní do pece!

Itálii nebylo možné vynechat. Zvládnout skvělou **pizzu** musím ve své restauraci levou zadní i se zavřenýma očima. Její tajemství? Jednoduché – nechat těsto správně uležet a v klidu vykynout... Žádný spěch. Pěkně trpělivě, aspoň jeden celý den.



↑ Olivy všude, kam se podíváš

Au, au, au, auvajs... V Řecku jsem nějak nezvládl řízení a narazil hlavou přímo do starodávného olivovníku – a že jich je tady víc než dost! Pěstují se po celé zemi a Řekové z nich vyrábějí kvalitní **olivový olej**, který ve své kuchyni používají víc než hojně!

EVROPA

1.

Staré dobré fondue

Švýcarsko je zemí mléka, sýrů a jogurtů. Kde jinde by tedy mohlo vzniknout **fondue** než právě ve Švýcarsku? Národní specialita plná smetanových sýrů. O co jde? Ve speciálním kotlíku se roztaví nejrůznější sýry smíchané s vínem a do téhle dobroty si namáčíte kostky chleba. A poněvadž je Švýcarsko domovinou i vynikající čokolády, zkuste ji v kotlíku také rozpustit. V této verzi do ní namáčíte třeba ovoce.

2.

Koláče a brambory

Britové jsou národem skvělých slaných koláčů jako například **cottage pie** z mletého masa a sýra, masového **shepherds pie** či rybiho **fish pie**. Ptáte se, co to držím v ruce? **Jacket potato** – pečenou bramboru, která může být naplněná nejrůznějšími nádivkami. Třeba fazolemi s mletým masem, krevetami, kuřecím salátem či tuňákem.

12.

Vybraná kuchyně

Francie je kolébkou té nejvybranější gastronomie. Francouzi milují **mořské plody**. Ústřice, slávky, hřebenatky, krabi i langusty jsou nedílnou součástí místní kuchyně. A vždy skvěle připravené! O francouzských **sýrech**, které se podávají na konci každého stolování, ani nemluvíme. Chcete jednu francouzskou klasiku? Je jí kohout na víně, původem z Burgundska.

11.

Muše pravé i ty čokoládové

Máte rádi muše? Pak doporučuji Belgii. Věřte, že nebudete vědět, co dřív – jestli **slávky** na víně, ve smetanové omáčce či na bylinkách. Na rychlé zažehnání hladu postačí dokonale propečené **hranolky**, které mají původ právě zde. Seženete je na ulici stejně jako tradiční **belgické vafle**. Pokud budete chtít udělat něco pro své zdraví – dejte si čekanku, belgickou národní zeleninu.

10.

Tanec s paellou

Přijet do Španělska a neochutnat tradiční **paellu**? To by byl hřích! Španělské rizoto plné čerstvé zeleniny, ryb a mořských plodů či mladých kuřat. Na přípravu dokonale jednoduché, stačí vám pouze jedna měděná pánve. K tomu džus z místních pomerančů. A když dostanete chuť na něco malého, ukrojte si plátek **jamónu** – slavné místní sušené šunky.

3.

Kuličky a brusinky

Švédové milují **masové kuličky**. Pěkně z mletého masa, bohatě polité hnědou omáčkou z výpeku a dochucené brusinkovou omáčkou. Většinou se kuličky servírují s bramborovou kaší či bramborami, když je nemáte, můžete si k nim křoupnout typický švédský chléb – **knackebrot**. Je dobrý a zdravý. Na co také vzpomínám je **semľa**. Bulka naplněná mandlovou směsí a ozdobená šlehačkou.

4.

Ryby a kalakukko

Poněvadž ve Finsku mají spoustu jezer a přístup k Baltskému moři, je nad slunce jasné, že si tady pochutnáte na rybách. Ty najdete i v místním tradičním pokrmu zvaném **kalakukko**. Co to je? Bochník tmavého finského chleba, ve kterém je zapečená nádivka ze slaniny a solených ryb.

5.

Rusko

Není nad silný ruský čaj ze samovaru. Řádně ochucený citronem a džemem. Rusové ho milují ještě horký a milují ho natolik, že pořádají dokonce i speciální slavnosti čaje. K národnímu nápoji chutná tradiční jídlo – **pirožky**. Pokrm z těsta plněného náplní z masa, hub, zelí či tvarohu. Také jsem tady ochutnal pravý **kaviár**, což jsou jikry z ryby, která se jmenuje jeseter. Rusko je země kaviáru.

ISLAND

ATLANTICKÝ OCEÁN

SEVERNÍ MOŘE

IRSKO

BOJNICKÝ ZÁLIV

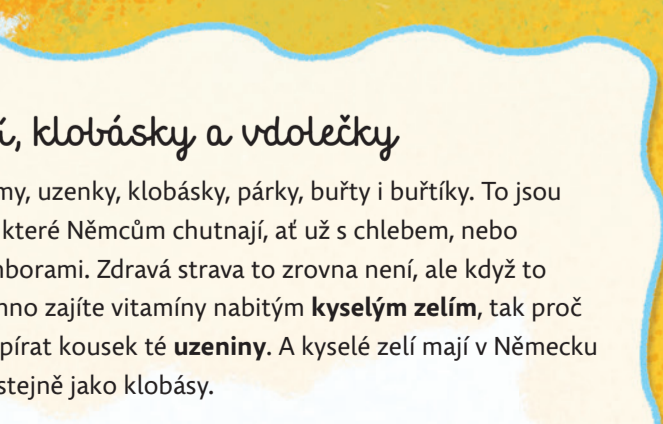
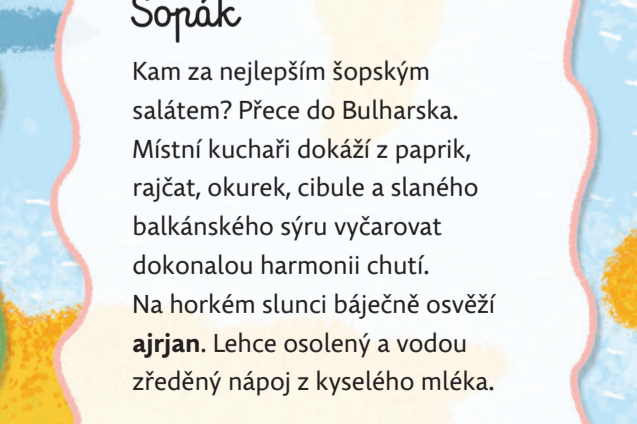
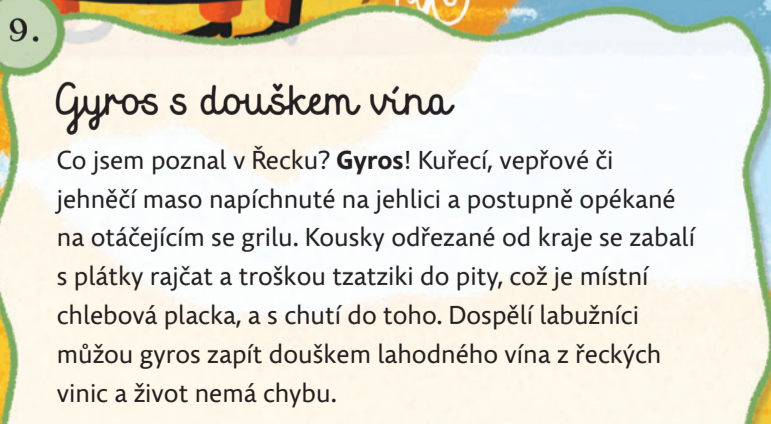
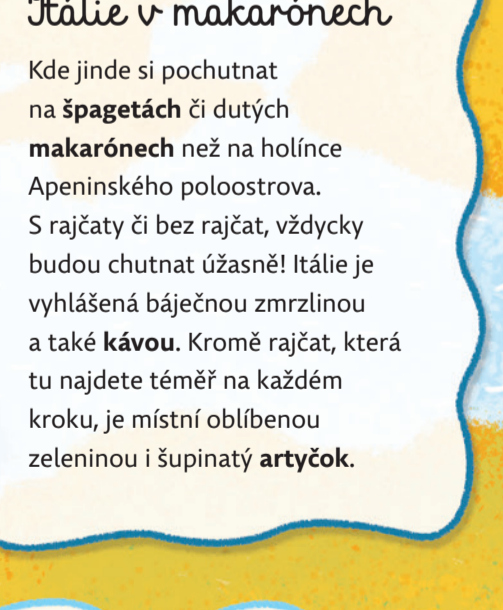
BALTIKÉ MOŘE

ČERNÉ MOŘE

SICÍLIE

STŘEZOZEMNÍ MOŘE

EGEJSKÉ MOŘE



Itálie v makarónech

Kde jinde si pochutnat na **špagetách** či dutých **makarónech** než na holince Apeninského poloostrova. S rajčaty či bez rajčat, vždycky budou chutnat úžasně! Itálie je vyhlášená báječnou zmrzlinou a také **kávou**. Kromě rajčat, která tu najdete téměř na každém kroku, je místní oblíbenou zeleninou i šupinatý **artyčok**.

Zelí, klobásy a vdolečky

Salámy, uzenky, klobásy, párky, buřty i buřtíky. To jsou věci, které Němcům chutnají, ať už s chlebem, nebo bramborami. Zdravá strava to zrovna není, ale když to všechno zajíte vitamíny nabitým **kyselým zelím**, tak proč si odprat kousek té **uzeniny**. A kyselé zelí mají v Německu rádi stejně jako klobásy.

Šopák

Kam za nejlepší šopský salátem? Přece do Bulharska. Místní kuchaři dokáží z paprik, rajčat, okurek, cibule a slaného balkánského sýru vyčarovat dokonale harmonii chutí. Na horkém slunci báječně osvěží **ajrjan**. Lehce osolený a vodou zředěný nápoj z kyselého mléka.

Gyros s douškem vína

Co jsem poznal v Řecku? **Gyros!** Kuřecí, vepřové či jehněčí maso napíchnuté na jehlici a postupně opékané na otáčejícím se grilu. Kousky odřezané od kraje se zabalí s plátky rajčat a troškou tzatziki do pity, což je místní chlebová placka, a s chutí do toho. Dospělí labučníci můžou gyros zapít douškem lahodného vína z řeckých vinic a život nemá chybu.



EVROPA

Croque-monsieur – úžasný název, jednoduché a přitom delikátní občerstvení. Tenhle sendvič byl prý poprvé servírován v roce 1910 v jedné z pařížských kaváren. Okamžitě si získal oblibu a stal se francouzskou klasikou. Recept? Zvládne každé malé dítě.



↓ Stargazy pie

Místo původu – Anglie. Koláč s mrkajícími rybími hlavami. Tuhle pochoutku jsem si nemohl nevyfotit.



↑ Kapara!

Skvělá chuťovka k rybám a nejrůznějším druhům mas. Kdo by to řekl do poupátek. Jasně. Kapara trnitá je keř, z kterého se sklízí poupata a nakládají do nálevu z octa, oleje a soli. Čím menší poupata, tím chutnější. A pozor, sklízí se ručně. Kapara roste v jižní Evropě – v Itálii, Španělsku i Francii. Prý povzbuzuje chuť k jídlu. Vyzkoušel jsem... A povzbuzuje!



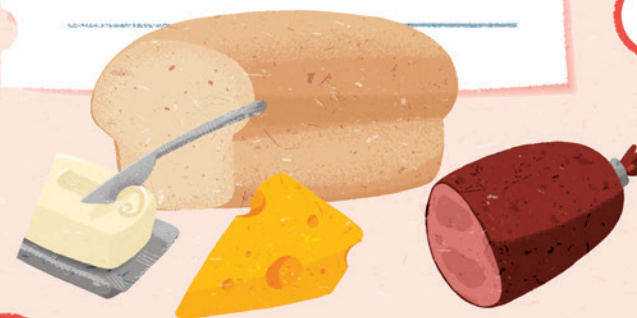
→ Bešamel

Světlá omáčka z mouky – má svůj původ ve Francii, ale rozšířila se do celého světa. Používá se jako základ do omáček či do krémových polévek. Například italské lasagne by bez bešamelu nebyly lasagnemi.



CROQUE- -MONSIEUR

- 8 plátek toustového chleba
- sůl, pepř, muškátový oříšek
- 3 lžice másla
- 100 g ementálu
- 100 g šunky od kosti
- 1 lžice dijonské hořčice
- 1 lžice hladké mouky
- 60ml mléka



1.

JAK NA TO?

Nejdřív se musí udělat bešamel. Na pánvi rozpustím lžici másla, do ní vmíchám lžici hladké mouky. Chvilí ji opékám a potom zaliju cca 60 ml mléka, dochutím solí, muškátovým oříškem a pepřem. Lahodný bešamel je na světě.



2.

Toustový chléb opeču v toustovači. Čtyři z nich potru máslem, druhé čtyři dijonskou hořčicí. Pozor! Je pikantní.



3.

Plátky s hořčicí pokryju šunkou a sýrem a přiklopím půlkami s máslem. Takhle nachystané sendviče přendám na plech, potru cca dvěma lžicemi bešamelu, posypu nastrouhaným ementálem a dám zapéci do zlatova.



← Croque- -madame

Dámská varianta s volským okem navrchu.



AFRIKA

Před cestou do Afriky jsem maniok neznal. Vzhledem k tomu, že pro Afriku představuje maniok dost důležitou plodinu, která dokáže zabránit nejkrutějším hladomorům, měl jsem potřebu podívat se manioku trochu na zoubek.



↑ Maniok

Maniok je vysoký tropický keř, který je neskutečně přizpůsobivý. Jeho podzemní hlízy jsou bohaté na škrob, tudíž zasytí a dodají strávnickům potřebnou výživu. Mladé stonky rostliny zase mohou nahradit zeleninu.



MANIOKOVÉ CHIPSY

hlízy manioku

olej

sůl, pepř

1.



JAK NA TO?

Hlízy manioku zbavím hnědé slupky a takhle nachystané nakrájím na jemné plátky. Propláchnu a nechám usušit.

→ Kaše a chipsy

Jedl jsem maniokovou kaši, ochutnal i placky z maniokové mouky. Doma uspořádám maniokovou party... s maniokovými chipsy.

← Džus

K tomu džus z čerstvě vymačkaných pomerančů, kokosová voda... a člověk je zase zpátky v Africe.



2.

Na hluboké pánvi rozpálím olej, do něj pokládám jednotlivé lupínky a smažím.

Pozor! Lupínky musí být ponořeny v oleji celé!



3.

Když jsou krásně dozlatova usmažené, vyndám, posolím a okořením.

Hurá, party může začít!



Africký tip!

Místní mátový čaj – velice oblíbené pití. Tvoří ho silný nálev černého čaje s mátou a řádně oslazený. Pije se pěkně vlažný. Je to k nevíře, ale tenhle čaj zaručeně zažene i tu největší žízeň.