



EURÓPA

Európa je síce druhým najmenším svetadielom sveta, ale dala mi poriadne zabrať. Uf... Toľko delikates! Toľko chutí! Človek nevie, ktorú ochutnať skôr. Pizzu alebo guláš? Musaku alebo viedenský rezeň? Poďte sa so mnou pozrieť bližšie – alebo radšej ochutnať vlastným jazýčkom.



→ Niečo riadne vyprážené

Prejsť Anglicko a nekúpiť si do ruky čerstvo vyprážené **fish and chips**, to by som si neodpustil! Vypráženú rybu, hranolčeky a sladkastý hrášok zoženieš nielen v pouličných podnikoch, ktoré sa volajú *chippie*, ale aj v luxusných reštauráciách. Je to skrátka národné jedlo, na ktoré sú Briti patrične hrdí.



AKO SA STOLUJE V EURÓPE?

Európania:

Pri obede nemliaskajú, nesrkajú, nerihajú, nehovoria s plnými ústami, neovoniavajú jedlo, nefúkajú do polievky.

Belgicko a Francúzsko:

Stoluje sa dlho, pri jedle sa odpočívajú. V Belgicku sa večeria veľmi neskoro – pokojne od deviatej do polnoci.

Anglicko:

Je typické raňajkovaním s vidličkou. Hlavné jedlo dňa: niekoľkochodová večera.

Bulharsko:

Obed sa začína šalátom.

Dánsko:

Namiesto obeda sa je obložený chlieb.

Francúzsko:

Jesť rýchlo je neslušné!

Grécko a Španielsko:

Najdôležitejším jedlom dňa je večera.

← Čokoládové nebo

Belgicko a **čokoládové pralinky!** Práve v tejto krajine vyrobili na začiatku 20. storočia úplne prvú pralinku na svete! Tie najlepšie sa dodnes vyrábajú ručne, majú svoje mená a luxusné balenia. A tajomstvo dokonalých pralínok? Správna teplota čokolády a tenúčké steny, aby sa do nich vošlo veľa náplne.



↑ Všade samé olivy

Au, au, au, au... V Grécku som nejako nezvládol riadenie a narazil hlavou priamo do starodávneho olivovníka – a je ich tu veru viac než dosť! Pestujú sa po celej krajine a Gréci z nich vyrábajú kvalitný **olivový olej**, ktorý vo svojej kuchyni používajú veľmi často!

Paprika všade, kam sa pozrieš

Bez papriky sa Maďari jednoducho nezaobídu. Je to doslova ich národné korenie, ktoré dodá lahodnú chuť každému pokrmu. Sladká, štiplavá, údená, gulášová – každá sa hodí k niečomu inému.



→ Šup s ňou do pece!

Taliansko som veru nemohol vynechať. Vo svojej reštaurácii musím zvládnuť skvelú **pizzu** ľavou zadnou a aj so zavretými očami. Jej tajomstvo? To je jednoduché: nechať cesto správne uležať a v pokoji vykysnúť... Žiadny zhon. Pekne trpezlivo, aspoň jeden celý deň.



Dobrota v tónoch hudby

„U nás v Rakúsku sa budete cítiť ako v raji. Tóny Mozartovej hudby doplní marcipán z pistácií a nugátu, zaliaty kvalitnou čokoládou. Nezabudnuteľné Mozartove gule. Sám som ich vymyslel.“



EURÓPA

1.

Staré dobré fondue

Švajčiarsko je krajinou mlieka, syrov a jogurtov. Kde inde ako vo Švajčiarsku by teda mohlo vzniknúť **fondue** – národná špecialita plná smotanových syrov? O čo ide? V špeciálnom kotlíku sa roztavia najrôznejšie syry zmiešané s vínom a do tejto dobroty si namáčate kocky chleba. A keďže Švajčiarsko je zároveň domovinou vynikajúcej čokolády, skúste v kotlíku rozpustiť aj tú. V tejto verzii do nej namáčajte ovocie.

2.

Koláče a zemiaky

Briti sú povestní skvelými slanými koláčmi, napríklad **cottage pie** z mletého mäsa a syra, mäsovým **shepherds pie** či rybím **fish pie**. Pýtate sa, čo to držím v ruke? **Jacket potato** – pečený zemiak, ktorý môže byť naplnený najrôznejšími plnkami. Napríklad fazuľou s mletým mäsom, krevetami, kuracím šalátom či tuniakom.

3.

Gulôčky a brusnice

Švédci milujú **mäsové gulôčky**. Pekne z mletého mäsa, bohato poliate hnedou omáčkou z výpeku a dochutené brusnicovou omáčkou. Mňam! Väčšinou sa gulôčky servírujú so zemiakovou kašou či zemiakmi. Ak ich však nemáte, môžete si k nim dať typický švédsky chrumkavý chlieb – **knäckebröt**. Je dobrý a zdravý. Ďalšie jedlo, na ktoré rád spomínam, je **semla** – buchta naplnená mandľovou zmesou a ozdobená šľahačkou.

4.

Ryby a kalakukko

Keďže vo Finsku majú veľa jazier aj prístup k Baltskému moru, je nad slnko jasnejšie, že si tu pochutnáte na rybách. Tie nájdete aj v miestnom tradičnom pokrmu, nazývanom **kalakukko**. Čo to je? Bochník tmavého fínskeho chleba, v ktorom je zabezpečená plnka zo slaniny a solených rýb.

5.

Rusko

Niet nad silný ruský čaj zo samovaru, riadne ochutený citrónom a džemom. Rusi ho pijú ešte horúci a milujú ho natoľko, že organizujú dokonca aj špeciálne slávnosti čaju. K národnému nápoju sa skvele hodí tradičné jedlo – **pirožky**. Je to pokrm z cesta plneného mäsom, hubami, kapustou či tvarohom. Ochutnal som tu aj pravý **kaviár**, čiže ikry z ryby, ktorá sa volá jeseter. Rusko je krajinou kaviáru.

12.

Vyberaná kuchyňa

Francúzsko je kolískou tej najvyberanejšej gastronómie. Francúzi milujú **morské plody**. Ustrice, slávky, hrebanatky aj langusty sú neoddeliteľnou súčasťou miestnej kuchyne. A vždy sú skvelo pripravené! O francúzskych **syroch**, ktoré sa podávajú na konci každého stolovania, ani nehovorím. A chcete jednu francúzsku klasiku? Je ňou kohút na víne, pôvodom z Burgundska.

11.

Mušle – pravé aj tie čokoládové

Máte radi mušle? Potom odporúčam Belgicko. Verte, že nebudete vedieť, aké **slávky** si dať skôr – či na víne, v smotanovej omáčke alebo na bylinkách. Na rýchle zahnatie hladu poslúžia dokonale prepečené **hranolčeky**, ktoré majú pôvod práve tu. Zoženiete ich na ulici – rovnako ako tradičné **belgické vafle**. Ak chcete urobiť niečo pre svoje zdravie, dajte si čakanku – belgickú národnú zeleninu.

10.

Tanec s paellou

Príst do Španielska a nechutnať tradičnú **paellu**? To by bol hriech! Paella je španielske rizoto plné čerstvej zeleniny, rýb a morských plodov či mladých kurčiat. Toto jedlo je na prípravu dokonale jednoduché, stačí vám len jedna medená panvica. K tomu ochutnajte džús z miestnych pomarančov. A ak dostanete chuť na niečo malé, odkrojíte si plátok **jamónu** – slávnej miestnej sušenej šunky.

9.

Gyros s dúškom vína

Čo som spoznal v Grécku? **Gyros**! Ide o kuracie, bravčové či jahňacie mäso napichnuté na ihlici a postupne opekané na otáčajúcom sa grile. Kúsky odrezané z kraja sa zabalia s plátkami paradajok a troškou tzatziki do pily, čo je miestna chlebová placka – a s chuťou do toho! Dospelí labužníci môžu gyros zapíť dúškom lahodného vína z gréckych viníc a život nemá chybu...

8.

Šopák

Kde hľadať najlepší šopský šalát? Predsa v Bulharsku. Miestni kuchári dokážu z papriky, paradajok, uhoriek, cibule a slaného balkánskeho syra vyčarať dokonalú harmóniu chutí. Na horúcom slnku zas vynikajúco osvieži **ajran** – zľahka osolený a vodou zriedený nápoj z kyslého mlieka.

6.

7.

Kapusta, klobásky a dolky

Salámy, údeniny, klobásky, párky, špekáčky. To sú veci, ktoré Nemcom chutia, a to buď s chlebom, alebo so zemiakmi. Zdravá strava to práve nie je, ale keď to všetko zajete vitamínmi nabitou **kyslou kapustou**, tak prečo nie! A kyslú kapustu majú v Nemecku radi rovnako ako **klobásy**.

6.

Itálsko v makarónoch

Kde inde si pochutnať na **špagetách** či dutých **makarónoch** ako na „čizme“ Apeninského polostrova! S paradajkami či bez paradajok, vždy budú chutiť úžasne! Itálsko je známe úžasnou zmrzlinou aj **kávou**. Okrem paradajok, ktoré tu nájdete takmer na každom kroku, je miestnou obľúbenou zeleninou aj šupinatá **artička**.





EURÓPA

Croque-monsieur – úžasný názov, jednoduché, a pritom delikátne občerstvenie. Tento sendvič bol vraj prvýkrát servírovaný v roku 1910 v jednej z parížskych kaviarní. Okamžite si získal obľubu a stal sa francúzskou klasikou. Recept? Zvládne ho každé malé dieťa.



↓ Stargazy pie

Miesto pôvodu: Anglicko. Koláč so žmurkajúcimi rybími hlavami. Túto pochúťku som si nemohol neodfotiť.



↑ Kapara!

Ide o skvelú chuťovku k rybám a najrôznejším druhom mäsa. Kto by to povedal o púpätkách! Kapara trnitá je ker, z ktorého sa zberajú púčiky – tie sa potom nakladajú do nálevu z octu, oleja a soli. Čím sú púčiky menšie, tým sú chutnejšie. A pozor: oberajú sa ručne. Kapara rastie v južnej Európe – v Taliansku, Španielsku aj vo Francúzsku. Vraj povzbudzuje chuť do jedla. Vyskúšal som... a povzbudzuje!



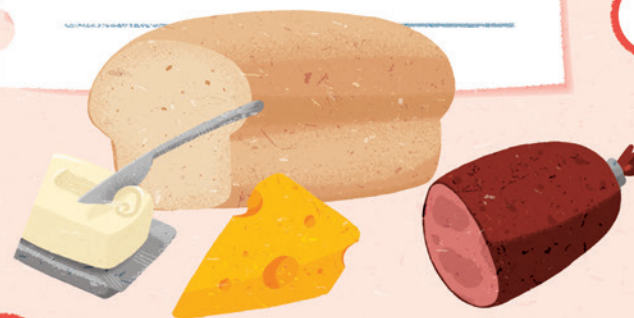
→ Bešamel

Svetlá omáčka z múky má svoj pôvod vo Francúzsku, ale rozšírila sa do celého sveta. Používa sa ako základ do omáčok či do krémových polievok. Napríklad talianske lazane by bez bešamelu neboli lazaňami.



CROQUE-MONSIEUR

- 8 plátkov toastového chleba
- soľ, korenie, muškátový oriešok
- 3 lyžice masla
- 100 g ementálu
- 100 g šunky od kosti
- 1 lyžica francúzskej horčice
- 1 lyžica hladkej múky
- 60 ml mlieka



1.

AKO NA TO?

Najskôr sa musí urobiť bešamel. Na panvici rozpustím lyžicu masla, do nej vmiešam lyžicu hladkej múky. Chvíľu zmes opekám a potom zalejem cca 60 ml mlieka, dochutím soľou, muškátovým orieškom a korením. Lahodný bešamel je na svete.



2.

Toastový chlieb opečiem v toastovači. Štyri plátky potriem maslom, ďalšie štyri francúzskou horčicou. Pozor, je pikantná!



3.

Na plátky s horčicou poukladám šunku a syr a priklopím ich polovičkami s maslom. Takto nachystané sendviče preložím na plech, potriem ich cca dvoma lyžicami bešamelu, posypem nastrúhaným ementálom a dám dozlatista zapieť.



← Croque-madame

Dámsky variant s volským okom navrchu.



AFRIKA

Pred cestou do Afriky som maniok nepoznal. Vzhľadom na to, že pre Afriku predstavuje dosť dôležitú plodinu, ktorá dokáže zabrániť najkrutejším hladomorom, rozhodol som sa ho trochu lepšie preskúmať.



Africký tip!

Miestny mäťový čaj – veľmi obľúbený nápoj. Tvorí ho silný nálev čierneho čaju s mäťou a je riadne osladený. Pije sa vlažný. Je to neuveriteľné, ale tento čaj zaručene zaženie aj ten najväčší smäd.



↑ Maniok

Maniok je vysoký tropický ker, ktorý je neskutočne prispôsobivý. Jeho podzemné hľuzy sú bohaté na škrob, takže zasýtia a stravníkom dodajú potrebnú výživu. Mladé stonky rastliny zasa môžu nahradiť zeleninu.



MANIOKOVÉ ČIPSY

hľuzy manioku

olej

soľ, čierne korenie

1.



AKO NA TO?

Hľuzy manioku zbavím hnedej šupky a takto nachystané ich nakrájam na tenké plátky. Prepláchnem ich a nechám usušiť.

→ Kaša a čipsy

Jedol som maniokovú kašu a ochutnal aj placky z maniokovej múky. Doma usporiadam maniokovú párty... s maniokovými čipsami.

← Džús



K tomu džús z čerstvo vytlačených pomarančov, kokosová voda... a človek je zasa späť v Afrike!

2.

V hlbkej panvici rozpálím olej, poukladám doň jednotlivé lupienky a smažím.

Pozor, lupienky musia byť v oleji ponorené celé!



3.

Keď sú lupienky krásne dozlatista usmažené, vyberiem ich, posolím a okorením.

Hurá, párty sa môže začať!

