

Nejen o zelenině a biovaření

Zkušený, pětihvězdičkový profesionál Martin Jiskra a pohledná Hana Zemanová jsou zamilovaní. Ne do sebe, protože se neznají. Milují kvalitní jídlo a umí ho také připravit.



Listový salát s grilovaným ovčím sýrem a ořechy

Shodou okolností se na knižním trhu objevily v krátkém rozmezí dvě zajímavé kuchařky. Tu s titulem *Nejen zelenina* napsal zkušený profesionál, šéfkuchař pěti-hvězdičkového pražského hotelu Corinthia Towers Martin Jiskra a fotografiemi ji vyzdobil kmenový autor této rubriky Jaroslav Jiříčka. Při výběru doporučených vín s nimi spolupracoval sommeliér Dušan Piederman. Druhou, s titulem *Biokuchařka* napsala mladá propagátorka zdravé výživy Hana Zemanová, která donedávna provozovala oblíbenou biorestauraci v pražské Truhlářské ulici (viz IN č. 7/2005). Oba jsou svým způsobem vizionáři. Snaží se přesvědčit čtenáře i jedlíky, že česká kuchyně nemusí být jenom klasické umaštěné vepřo-knedlo-zelo.

Zelenina a vše okolo

Martina Jiskru při mezinárodních setkáních mrzela právě falešná představa o naší kalorické a nepřilíš nápadité kuchyni. Dal si proto práci a z domácích surovin připravil 53 receptů, které obsahují jarní, letní, podzimní a zimní zeleninu. S pomocí sommeliéra Dušana Piedermana ke každému jídlu také doporučují víno z u nás běžných odrůd révy vinné.

„Pokusil jsem se dokázat, že v české kuchyni umíme připravit lákavá a zdravá jídla z naší tradiční zeleniny a ovoce, ochucené domácími bylinkami,“ vysvětluje vznik kuchařky Martin Jiskra. Důležité je, že všechny použité suroviny jsou u nás běžně k dostání. Při jejich nákupu je však třeba dbát na výběr té nejlepší kvality.

I bio může být dobré

Představy o to, že biopotraviny jsou jenom nechutné drcené zrní, dokáže Hana Zemanová vyvracet se znalostí věci i obdivuhodným nasazením. Také ve své knižní prvotině věnuje objasnění termínu dost prostoru, a tak se dozvíte, co to je junk food, co znamená značka Fair Trade i co byste měli vědět, než začnete s biovařením. Součástí kuchařky jsou i krátké charakteristiky s adresami jedenácti osvědčených českých a moravských biofarmářů, kteří produkují nejenom biozeleninu, ale také biomaso a nápoje včetně vína.

Recepty jsou rozděleny do sedmi kapitol. Obsahují návody na polévky, saláty, sezónní

REPRO: BIOKUCHAŘKA