

# Ústřice

## Pochoutka, kterou leckdo nepozře



FOTO: PETR STARY

**Ú**střice jsou nejenom vzácnou pochoutkou neobyčejné chuti, ale obsahují i řadu pro zdraví prospěšných látek. Najdeme v nich vitamíny, jód, sodík, vápník, draslík, mangan, železo, měď, zinek, fosfor a vitamíny A, B1 a B2. Pravda, ve 100 gramech „masa“ je plných 80 procent vody, ale také 6 gramů bílkovin a dokonce 2 gramy tuků.

### Překonaná „r“

Tradice praví, že ústřice se nemají jíst v měsících, které ve francouzštině neobsahují písmeno r. Tedy v květnu, červnu, červenci a srpnu (mai, juin, juillet a août). Údajně jsou v této době ústřice špatné. Jde však o pouhou umně vyvolanou legendu, která s chutí ústřic

nemá mnoho společného. Důvody, proč se právě v těchto měsících nedoporučuje ceněná lahůdka konzumovat, jsou v podstatě dva. V měsících neobsahujících písmeno r se totiž ústřice ve vodách u francouzského atlantického pobřeží rozmnožují a proto se tam nesmí sbírat. Druhý důvod už dnes neplatí vůbec. Měsíce bez r jsou pochopitelně i ve Francii nejteplejší, a tak vyloveným ústřicím hrozila rychlá zkáza. Dostatek moderních a spolehlivých chladících zařízení však tento důvod zcela odboural.

Díky globalizaci jsou čerstvé ústřice k dispozici celoročně i v zakázaných měsících. Když se nesmí lovit ve Francii,

dovezou se k labužníkům z jiných končin světa, kde se k rozmnožování teprve chystají, nebo ho už mají dávno za sebou. Odpadá tedy i nepravdivé tvrzení, že v měsících bez r mají špatnou chuť.

Stejně jako je tomu u jiných pochoutek, i u ústřic se jejich milovníci dokáží vášnivě přit, které jsou nejlepší. Pochopitelně nejzná-



mější, nejuznávanější a také nejdražší jsou francouzské z pobřeží Bretaně a Normandie. Irové nedají dopustit na své a dokonce pořádají v jejich otvírání mistrovství světa. Právě Angličané francouzskými ústřicemi pohrdají, protože ty jejich jsou údajně nejčistší, provoněné oceánem. Na obou pobřežích Spojených států jsou obrovské chovné stanice, dodávající dostatek čerstvých ústřic pro americké gurmány i gurmety. A třeba v chladných vodách Tichého oceánu u pobřeží Chile najdete ústřice, které se rozhodně evropským i severoamerickým přinejmenším vyrovnají.

### Konec divočiny

Jedny z nejslavnějších ústřic, které zdobily pařížský krá-