

# Grilovací mistrovství

Sezóna posezení u domácích i restauračních grilů je v plném proudu. V grilování se ale dá i soutěžit.

**O**bliba jídel připravovaných prakticky stejně, jako to dělali naši prapředkové z doby kamenné, roste i v našich krajích. Nejsou to sice jídla připravovaná dle doporučení dietologů, ale dobře udělaná chutnají skvěle. Každý ze správných grilovatelů má ten svůj nejosvědčenější recept, jak suroviny před grilováním naložit, čím jídlo provonět při tepelném zpracování a jakým dresinkem vše ještě zdokonalit, a oslnit tím přátele.

## Na uhlí, plynu, elektřině i kameni

Nejpoužívanější a také nejlepší jsou grily na dřevěné uhlí. To dává masu i ostatním grilovaným potravinám tu nejlepší „přírodní“ chuť. Dnes už není problém dřevěné uhlí rychle a správně rozpálit. K dispozici je už dost šetrných přípravků. Rozhodně však nepoužíváme hořlaviny jako benzín či líh, protože ty znečišťují grilované potraviny. Nejlepší stadium nažhavení dřevěného uhlí pro grilování je, když rudé jádro jenom probleskuje přes šedivou kůru. U větších kusů masa je dobré ho po grilování ještě zabalit do alobalu a nechat odpočinout.

Ne vždy a všude se však dají grily na dřevěné uhlí kvůli kouři použít. Potom nastupují grily plynové nebo elektrické. Plynový hořák nebo spirála nažhávají lávové kameny nebo keramickou vložku, a ta potom sálavým teplem opéká pokrm. Ty jednodušší a lacinější sálají přímo. Speciální je takzvaný vodní gril, kde se pokrm upravuje částečně v páře, sálavém teple a kouři. U těchto grilů nemusíme mít dřevěné uhlí, ale topí



se v nich přímo dřevem. Vždy však listnatým. Jehličnaté obsahuje pryskyřici, která by chuť pokrmu pokazila a naopak mu dodala víc karcinogenních látek. Speciální je opékání na předem nažhavených kame-

nech. Každý dostane svůj kámen a na něm si opéká kousky masa či zeleniny dle libosti do stádia, které mu nejvíce vyhovuje.

## White and Black

Grilování není jen tak obyčejné vaření, ale jde i o záležitost společenskou. Dokonce se v něm pořádá i mistrovství světa. Letos se uskuteční v červenci v polské Wroclavi. Bude tam i tým z Čech, který se nominoval

**Ukázky z grilování na mezinárodním mistrovství.**



## Knižní tip

**Lea Filipová: Grilování, rožnění a uzení**

**Více než 200 nejlepších receptů**

Průvodce pro přípravu gastronomických zážitků počínaje vhodným oblečením, prostíráním a konče nápojem na rozloučenou. Kniha plná vynikajících receptů, které vám zpřijemní krásné chvíle s přáteli. Na rozdíl od jiných kuchařek tu naleznete spoustu návodů na přípravu šťavnatých steaků, kotlet, špízů, kuřat, ryb i mletého masa. Jsou zde i tipy na saláty, přílohy, ovoce a moučníky. Nechybějí ani vhodné nápoje.

Vydala Grada, cena 149 Kč, kód knihy: 00497

