

in.ihned.cz/jidlo

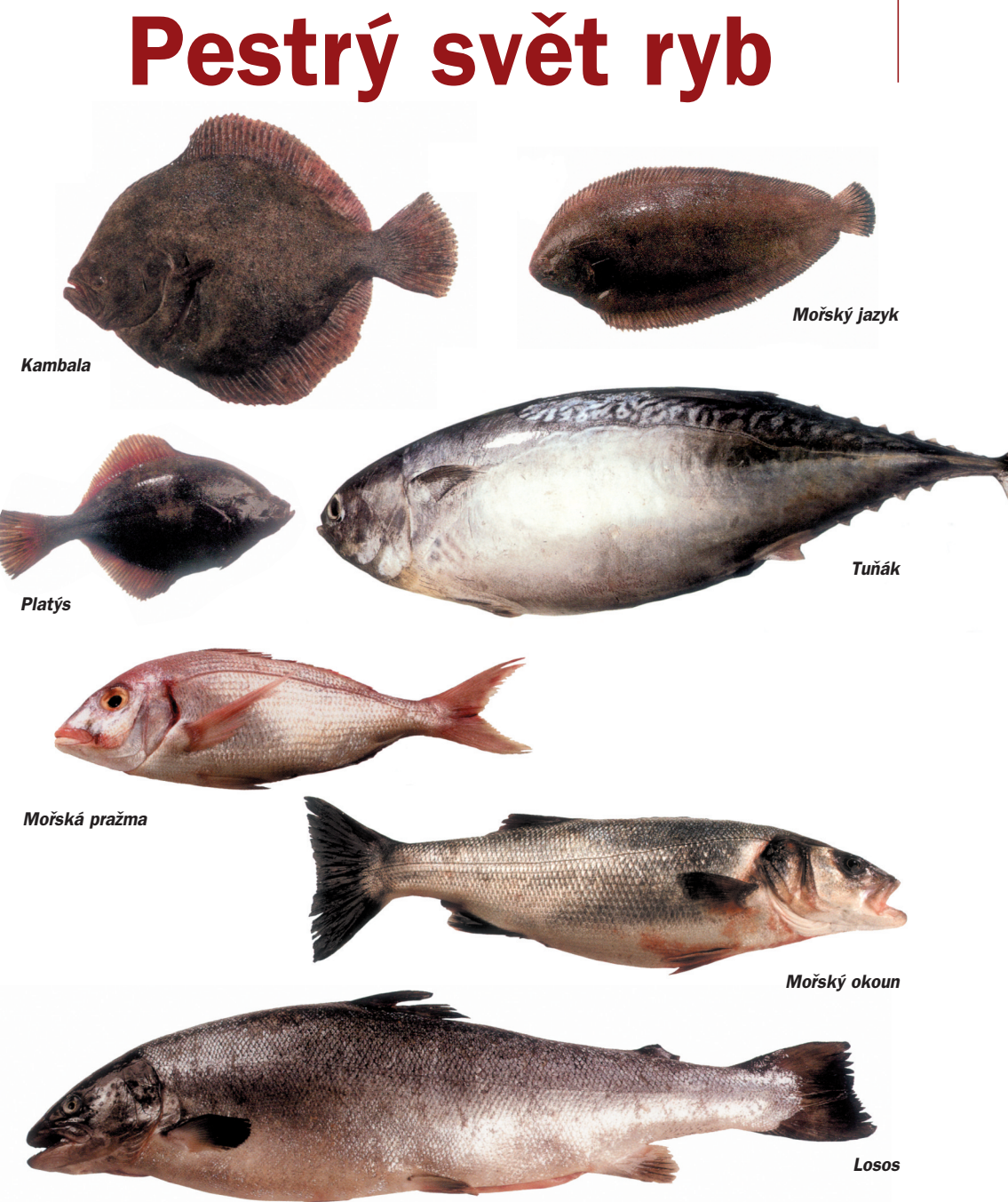
Kapr sice u nás patří k štědrovečerní večeři stejně neodmyslitelně jako stromeček, ovšem ne každý ho má rád. Pokud chcete dodržet rybí tradici a vyhnout se obligátnímu šupináčovi, máte dnes už dost možností, jak si dopřát čerstvou rybu



a neodbýt se mraženým filé. Vedle sladkovodních kousků, jako jsou pstruh, štika, candát či okoun, je dnes na trhu díky velkým obchodním řetězcům a specializovaným prodejnám i poměrně slušná nabídka čerstvých mořských ryb. Ostatně s řadou z nich jsme vás už seznámili při návštěvách různých restaurací. Ovšem ne každý ví, jak vypadá ryba, kterou dostanete upravenou a naporcovanou, v původním stavu ještě před kuchyňským zpracováním. Dobré je také znát pár zásad, jak rozeznat, zda je nabízená ryba skutečně čerstvá. Proto vám přinášíme obrázky těch, které jsou na jídelníčku restaurací nejčastěji.

Jak poznat čerstvou rybu

Čerstvá ryba má kovově lesklou kůži, šupiny musí přiléhat k tělu a pevně držet. Břicho nesmí být nafouklé ani propadlé. Po lehkém zatlačení prstem na rybí tělo se důlek rychle vyrovná. Oči jsou jasné, rohovka



průhledná, žábry jsou růžové až třešňově červené. Vnitřnosti musí být čisté, pevné, bez zápachu. Když k ní přivoníte, musí vonět čistou, nevýraznou mořskou vůní.

Starší ryba má oči matné, rohovka je zavadlá, matná až neprůhledná. Když na rybu zatlačíte prstem, důlek se nevyrovná. Žábry jsou bledé nebo špinavě hnědé až šedé, zahle-

něné a měkké. Vnitřnosti jsou změkklé, nafouklé, zapáchající. Vůně je ostře čpící s až hnilobným pachem.

Příprava

Pokud připravujeme celou rybu, poznáme, že je hotová, když má oči neprůhledně bílé a maso jde snadno uvolnit od kosti. Pokud ji vaříme (nejlépe v zeleninovém vývaru s ví-

nem), musíme nechat tekutinu jenom jemně probublávat, jinak se nám ryba rozpadne. Teplota by neměla překročit 80°C. Když chceme rybu marinovat, tak je nakrájíme na plátky a potřeme marinádou z citrónové šťávy, olivového oleje a soli. Čím méně kořeních přísad použijeme, tím více vynikne jemná chuť rybího masa. ● (in)



Magazín Hospodářských novin • Šéfredaktor listu: Roman Gallo • Vedení magazínu: Libor Ševčík, Jan Pergler • Grafika: Zuzana Michálková • Redakce: Dobrovského 25, 170 55 Praha 7, e-mail: in.hn@economia.cz, telefon: 233 073 118, fax: 233 072 060 • Příjem inzerce: Inzertní oddělení Economia a. s., Dobrovského 25, 170 55 Praha 7, telefon: 233 071 782 • Tisk: Moraviapress, a. s., Břeclav • Samostatně neprodejný