

JÍDLO

in.ihned.cz/jidlo

Mousse z kapra
s želé z nealko-
holického piva

a dalších mořských plodů i vhodných vín k nim, která se jmenuje La Bretagne a sídlí v pražské Široké ulici. Její doporučení pochopitelně platí i při nákupu ryb sladkovodních.

Je velký rozdíl mezi rybou čerstvou a mraženou, to vám ostatně potvrdí každý jen trochu zběhlejší kuchař, říká Dita Schautová. Zatímco červená masa snesou kvalitní zmrazení celkem dobře, rybímu masu se mrazem do jisté míry naruší struktura. Navíc nikdy nemáte stoprocentní záruku, že bylo maso stále dokonale zmrazené.

Při koupi čerstvé ryby se nejdříve podívejte na její oči. Proto je lepší nechat si rybu naporcovat přímo v krámu, aby jste si ji mohli dokonale prohlédnout a případně i prohmatat. Oči by měly být jasné, rohovka průhledná a neměly by být propadlé či zaschlé. Čerstvá ryba má mít kovově lesklou kůži, pokud má šupiny, musí pevně držet na těle a přilé-

hat k němu. Břicho ryby nesmí být nafouklé ani propadlé. Když na čerstvou rybu lehce zatlačíte prstem, vzniklý důlek se rychle vyrovná. Neváhejte se podívat i na žábry, ty by měly být růžové až třešňově červené, rozhodně ne zasedlé. Když k rybě nebo z ní již naporcovanému masu přivoníte, musíte cítit čistou nevtrávnou rybí vůni, u mořských ryb cítíte moře. ■

LIBOR ŠEVČÍK

libor.sevcik@economia.cz



FOTO: ARCHIV



FOTO: JAROSLAV JIRČKA

Vánoční rybí variace mohou mít i jinou podobu než tradičního smaženého kapra.

Vařte s námi

Netradiční vánoční rybí recepty

Mousse z kapra s jemným želé
z nealkoholického piva, košíček z jar-
ního těsta plněný trhaným salátkem

Pro 4 osoby

• 300 g kapr fileť bez kostí • 200 g smetana na šlehání • 0,5 l nealkoholického piva • 3 g želatina • sůl • pepř • 30 g olivový olej • 100 g jarní těsto • 100 g trhané salátky • 50 g salátová okurka

Očištěného kapra nakrájíme na menší kousky a 3/4 rozvaříme ve smetaně. Osolíme, opepříme a rozmixujeme na kaši. Zbytek kapra naložíme do piva a necháme hodinu marinovat při pokojové teplotě (ne v lednici!). Nakonec budeme kousky zprudka opékat a podávat s mousem. Rozmixovanou směs z kapra dostatečně dochutíme a přidáme rozpuštěnou želatinu. Nalijeme do nádoby v nižší vrstvě a necháme ztuhnout. Pivo, ve kterém jsme marinovali kapra, svaříme na půlku a přidáme zbytek želatiny. Želé pak nalijeme na ztuhlý mousse a necháme ztuhnout. Pak krájíme tvary a podáváme za studena s kouskem opečeného kapra. Z jarního těsta si upečeme křupavé košíčky, které pak plníme trhaným salátkem. Vše ještě pokapeme olivovým olejem a zapíjet můžeme pivem, tentokrát alkoholickým.



FOTO: ARCHIV

Růžice z pražmy s cibulí

Pro 4 osoby

• 4 filety z pražmy bez kůže • 400 g cibule • 200 g čočky • 450 g na kostičky nakrájené zeleniny (řepíkátý celer, mrkev, šalotka) • bobkový list • zeleninový vývar • suché bílé víno • olivový olej • sůl • bílý pepř

Čočku namočte asi na půl hodiny do studené vody, potom vodu slijte a čočku orestujte v hlubší pánvi na olivovém oleji společně s nakrájenou zeleninou. Zalijte vínem do výše 1 cm, dolijte vývarem, aby byla čočka ponořená, a vařte asi 20 minut. Potom osolte a opepřete. Cibuli nakrájejte na tenká kolečka, nechte zesklivatět na olivovém oleji s bobkovým listem a osolte. Filety z pražmy podélně nařízněte, aby obě poloviny zůstaly spojené, a sviňte je tak, že vytvoří růžice. Ty naplňte cibulí a propíchněte dvěma špejlemi, aby držely tvar. Položte je na plech vyložený pečícím papírem, přelijte olivovým olejem, osolte, opepřete a pečte 10 minut v troubě při teplotě 190 °C. Podávejte s čočkou a zapíjejte lehčím červeným vínem.