

Vánoční ryby netradičně



FOTO: IVO GOLDBACH

Ačkoli se pokládám za ochránce a zastávce tradic, vím, že smažený kapr nemusí chutnat každému. I když spotřeba ryb pomalu, ale vytrvale roste, pořád jsme ještě daleko za evropským průměrem. Přitom jde o maso veskrze zdravé a ve všech kuchyních světa populární. Že by v našich genech přetrvávala nechť po předcích, kteří se bouřili, když jim v době církevních půstů páni ryby vnucovali? Nebo je chyba přímo v našich kuchyních, kde se objeví jenom poměrně tučný kapr, a to ještě pouze jednou za rok

na Vánoce. Navíc smažený, takže s dalším příděllem tuku. Přitom nabídka tradičních ryb sladkovodních i mořských je už na našem trhu dostačující. V supermarketech už dostanete ryby nejrůznějších druhů, barev a velikostí opravdu čerstvé.

Spojili jsme se s pěti šéfkuchaři, s jejichž mistrovstvím jste se mohli už v magazínu In v průběhu roku seznámit a požádali je o speciální rybí recept, který si hosté v jejich podniku s oblibou dávají. ●

LIBOR ŠEVČÍK

libor.sevcik@economia.cz

VAŘTE S NÁMI

Candát na cibuli

Restaurace Na Octárně, Kroměříž, šéfkuchař Pravoslav Hanzlík (pro 4 osoby)

- 600 g filé z candáta
- koření na ryby Avokádo 5 g
- 1 citrón
- 150 g másla
- 400 g cibule
- 150 g mouky

Očištěné filé z candáta nařizeme přes kůži tak, aby se nestáhla. Okořeníme rybím kořením, pokapeme citrónem, obalíme v mouce a orestujeme na másle. Cibuli nakrájíme na kolečka, obalíme v mouce a jemně orestujeme. Přidáme opečené filé a dopečeme ho v troubě předehřáté na 180°C tak, aby cibule byla zlatavá.

Kapr Zanzibar

Restaurace Na Spilce, šéfkuchař Luboš Loose

- 4 porce kapra
- koření na ryby Avokádo
- máslo
- hladká mouka
- mandle – plátky
- citrón,
- sůl
- petrželka

Porce ryby obalíme v hladké mouce, okořeníme směsí koření na ryby a podle chuti můžeme ještě dosolit. Na pánvi rozejdeme máslo a olej a osmažíme dokřupava porce ryby. Hotovou rybu vyjmeme a na zbylém tuku dozlatova opražíme plátky mandlí. Přidáme sekanou petrželku a promícháme. Podáváme s bramborami.



FOTO: ARCHIV