

Do ruky

ČESKÝ STREETFOOD NEJEN PRO CHLAPY



Do ruky

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na

www.cpress.cz

www.albatrosmedia.cz

C P R E S S

Daniela Turecká

Do ruky – e-kniha

Copyright © Albatros Media a. s., 2016

Všechna práva vyhrazena.

Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.

ALBATROS  **MEDIA**

Do ruky

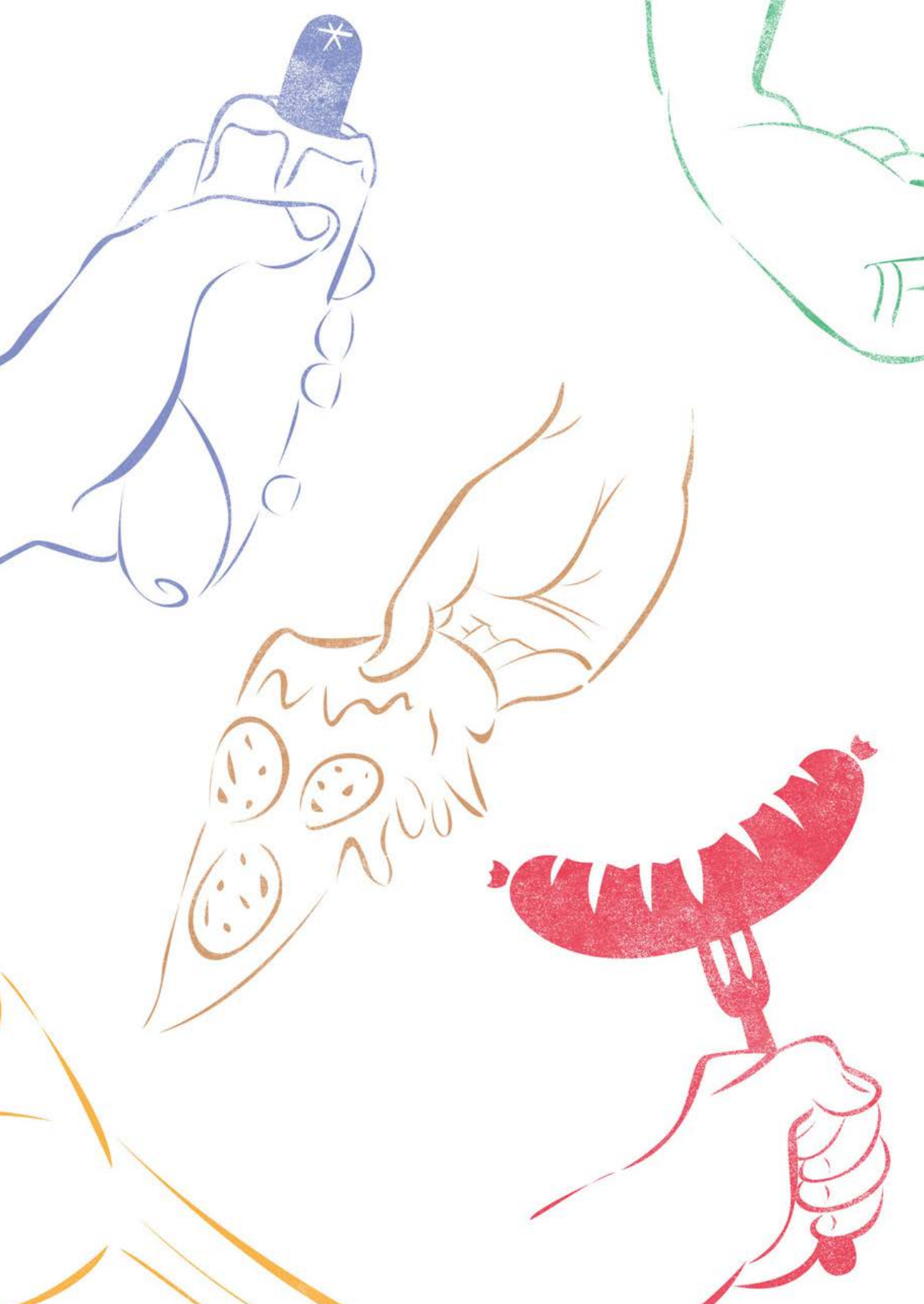


Do ruky

ČESKÝ STREETFOOD NEJEN PRO CHLAPY

DANIELA TURECKÁ

Poděkování tátovi, který rád pracoval, stejně tak jako jedl, rukama.



**Chlapi,
vezte
rukama!**



Právě teď se ti v rukou nachází tak trochu jiná kuchařka, ale chceš-li ji nazývat kuchařkou, tak proč ne...

Je to průvodce českými a zahraničím šmrncnutými recepty, které přináší především zábavu při jejich přípravě. S experimentální kuchyní jsi v knize **Do ruky** jako doma, podobně jako s jídlem ulice, tedy typickým i atypickým streetfoodem.

A proč zrovna „chlapi, jezte rukama“? Stejně tak jako naši předci, i my v dnešní moderní době občas zhřešíme a jíme rukama, a to nejen kuře. V kuchařce **Do ruky** bych chtěla ukázat, že jíst rukama a připravovat jimi jídlo je naprosto přirozené a běžné. A proto se toho nebojte a ukažte, co ve vás a ve vašich rukou vězí! Zkuste zkrátka připravit typické recepty v netradičním kabátu. Nejen že si na nich pochutnáte, ale vyzkoušíte také své kulinární dovednosti i schopnosti a třeba oslníte nejedno ženské pohlaví.

Na padesát prověřených, ručně vymazlených receptů, které si s chutí v rukách vyrobíte a zároveň je taky rukama sníte. Recepty jsou jednoduché, že je zvládne připravit každý a sestavené tak trochu fastfoodově. Nečekejte však masného langoše nebo klasiku v podobě párku v rohlíku... ale těšte se na italského pizzoše! Vždyť i pouliční rychlostrava se dá jíst fine dining – stačí k tomu špetka smyslu pro experiment a nápaditost. A hlavně se toho, jak jinak, nesmíte bát!

A co je naprosto zásadní – každou kapitolu si vzal pod patronát pořádný chlap, který má co do činění s kulinářským uměním. Nemusí být ani profesionální kuchař, ba naopak, stačí, když má co říct a vařit ho ukrutně baví. A kdo se tedy hezky ručně stručně popojil s naší kuchařkou?

Gastronomií protřelý **Lukáš Hejlík** si vzal pod patronát kapitolu cestovatelskou, malíř **Honza Gemrot** kapitolu zahraniční, neb je velkým experimentátorem a milovníkem chutí vzdálených. Zdivočelý wild camper **Marek Pavala** vás naučí, jak si bez sirek či zapalovače ručně rozdělat oheň, a pak si upéct bramboru v popelu nebo třeba kukuřičné kuře. Šéf logistiky předního českého operátora **Jírka Nechvátal** svou vášeň pro food truck zase realizuje ve svém Circus Burgeru, který s ním kočuje po celé republice a nabízí ty nejburgery. Nebo třeba principál pizza bistra Le Pizze di Frankie, temperamentní **Frankie Gallucci** vám ukáže, co všechno se dá z jednoho chlebového těsta upéct. Že i raw recepty mohou chutnat „normálně“ ví například **Ben Cristovao**. V další kapitole procestujete cizí kraje a zjistíte, co to je polská zapiekanka. Vše je doplněno o dipy a omajdy ze zásobníku herce **Honzy Hofmana**, s kterým si své ruce taky hezky umažete, a to v kapitole poslední. Nebude chybět ani výroba domácí houstičky – to je taky třeba!

Všichni tito pánové vám potvrdí, že jíst rukama je prostě super, a když přijde na věc, vlastně úplně normální. Svými příběhy vás mohou bohatě inspirovat a do netradičního kuchaření šikovně pošťouchnout.

A co nás všechny spojuje? No přeci naše ruce, chuť s nimi pracovat a dobře se jimi najíst! To je kuchařka **Do ruky**, která se vejde, jak jinak než do ruky.

Vaše autorka Daniela

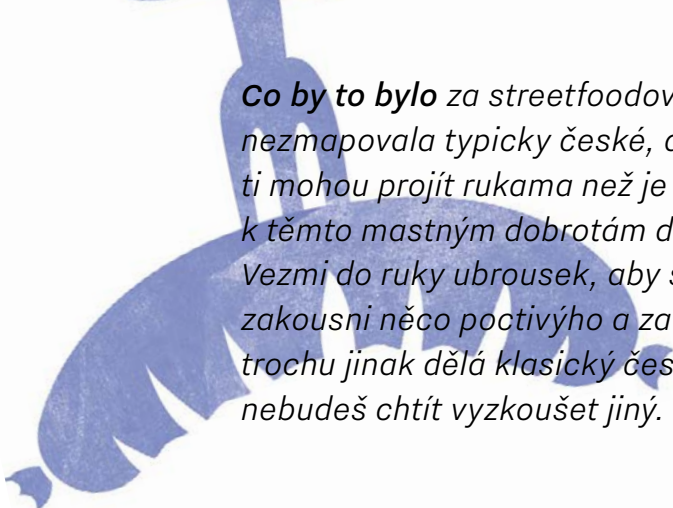


Obsah

8	Chlapi, jezte rukama!	102	Na cesty se zakousni jedině do ruky
12	Hezky česky do ruky	109	Tour de France – cesta šampionů
19	Pizzoš – langoš co boduje, bez omastku šmakuje	111	Návrat k houskovým kořenům
21	Los Bramboros, co nechodí bos	113	Houbohubka made in China
23	Smázneš to smažákem	115	Poctivá tukovka aneb vyprošťování při cestování
25	Pizzbull	117	Lehký jako pírkó
27	Komu zvoní „hranolková“ hrana		
		120	Handy veggie
30	Vyšpejli to!	127	Hranolky z polenty a máslové dýně
37	Trdlo, co na špejli se namotalo	129	Hódně zdravý miniquiche
39	Turek, co se na voňánku upek	131	Pekelně vypečená paštika
41	Koule boule (za ušima)	133	Černoprdelník
43	Chlebák, co se nabodl na hák	135	Buddhova–Benova mísa
45	Sweet and pepper – lízátková vafle		
		138	S rukou za hranice
48	Wrap není žádnéj rap ani tortilla	145	Chačapuri – prý very purý
55	Wrap and roll	147	Vypečení komouši aneb zapiečeno po polsku
57	Kovboj, co dělal trojboj	149	Samsa – no přeci do ruky
59	Don amigos los rozvodos	151	Rozvedený Croque monsieur
61	Kukuřičné krokety schované jenom jako	153	Šouravé souvlaki na špejli
63	Mexická bejkárna		
		156	Krajíc aneb co chceš sakra víc?
66	Burgrrr!	163	Pa pa pa, panina
73	Zauzený smrádek	165	Ciao, ciabatto
75	Normandie v housce	167	Pizza do kapsy
77	Bezmasý vifinburger na příjmu	169	Místo pizzy focaccia
79	Čočkondr není žádnéj pokondr	171	Čičiči, přeci cicchetti
81	Roteburger – odlehčeno v housce		
		174	Doplňčičky – žádnéj omáčičky ale majdy
84	Z ohně rovnou do ruky!	181	Easy pizzy – nejen na pizzu
91	Zářež na pažbě – black hasselback buřt	183	Baba Jaguš
93	Vytuněnej tuňák	185	Huba Bubba Gump
95	Kinder kuře à la zdivočelý bažant	187	HHP / HBBQ
97	Smaženkověj lesní burger	189	Vyprošťovák tak trochu po polsku
99	Texaská fazolová nálož	191	Hořčice a ne ledajaká

**Hezky český
do ruky**





Co by to bylo za streetfoodovou kuchařku, která by nezmapovala typicky české, ale i nečeské pochoutky, které ti mohou projít rukama než je samozřejmě sníš. Proto se k těmto mastným dobrotám dostávám hned v první kapitole. Vezmi do ruky ubrousek, aby ses moc neušpinil, k tomu zakousni něco poctivýho a začti se do toho, jak se tak trochu jinak dělá klasický český fastfood. Uvidíš, že už nikdy nebudeš chtít vyzkoušet jiný.

Zlaté české ručičky – tohle úsloví je to pravé ořechové právě pro kapitolu, ve které představujeme český street a fastfood. Všechny 5 receptů, které tato kapitola obsahuje, prošlo pořádnejma prackama táty na plný úvazek – neboť jejím patronem je vyučený kuchař a táta čtyř hladových krků **Ondra Holinka**.

Abychom se hned na začátku této rukodělné kuchařky nenudili, jsou všechny tradiční fastfoodové recepty něčím vytuněné, vylepšené, prostě jiné, aby se i holátka při tom jídle taky trochu zabavila. Nečekejte tedy recept na klasický langoš nebo párek v rohlíku... Ale věděli byste, co se třeba skrývá pod názvem pizzoš?

Hrajte si s recepty, nebojte se experimentovat, popusťte uzdu fantazii a zkoušejte nové neotřelé kombinace, které budou bavit nejen vaše ratolesti, ale ruku na to, že i vás.

Důležitá je, že láska neprochází jen žaludkem, ale nejprve těma poctivejma českějma rukama!







Ondra Holinka

10 otázek pro tátu (4 hladových krků) na plný úvazek, Ondru Holinku

1 / Ondro, jak se ti povedlo, že chlap jako ty má 4 děti, a ještě ke všemu samé kluky?

Sám se tomu někdy divím. Asi když máte vedle sebe správnou parťačku, tyhle věci se dějí tak nějak přirozeně. A že to jsou samí kluci? Jasně že manželka chtěla holčičku. Ale ještě snad není všem dnům konec...

2 / Kolik toho kluci snědí a jsou vybíraví? Co klukům nejvíc chutná? Vaříš každému jiné jídlo?

Všichni jsou poměrně vybíraví a jen pár jídel chutná opravdu všem. To jsou klasické české omáčky, které asi milují všechny děti, rajská nebo svičková. Od té doby, co kluci hrají fotbal za Spartu, jsme museli začít řešit výživu a náš jídelníček se posunul k větší spotřebě bílkovin. Snažím se tedy zařazovat více masa, lehčí, ale výživově hodnotnější jídla. Každý večer musí mít druhou večeři, ideálně tvaroh, jenže ten by mi nepoklí. Takže teď se po večerech snažím kouzlit z tvarohu různé pomazánky.

3 / Vaříš vlastně doma ty, nebo tvoje drahá polovička? Kdo je lepší kuchař české kuchyně?

Manželka vaří ráda a výsledek nebývá špatný. Jenže jí vše strašně dlouho trvá. Zatímco já mám hotovo za 40 minut, ona se plahočí v kuchyni celé dopoledne. Takže pokud jsem doma, vařím já. Míša peče buchty a dezerty, v tom je zase ona lepší.

4 / Nejhorší české jídlo, které jsi nejen svým dětem kdy uvařil? A proč tomu tak bylo?

Neznám žádné „hrozné“ české jídlo. Samozřejmě se mi někdy něco nepovedlo úplně ideálně, občas mi ujede ruka s kořením. Ale co by kluci určitě nedali, je to, na čem bych ulítával já – třeba plíčky na smetaně nebo mozeček s cibulkou, delikatesy známé z prvorepublikové kuchyně.

5/ Který z kluků je nejděčnější strážník? Když klukům něco chutná, jak ti to dávají najevo?

Strážníkem číslo jedna je momentálně nejstarší Adam. Je mu 13 let a právě má

období, kdy sežere, na co přijde. Celá šiška knedlíku pro něj není problém. Až do puberty přijdou i další synové, obávám se, že budu muset vyměnit hrnce. A jak mi dávají najevo, že jim chutná? Když byli menší a na stole se objevil řízek s kaší, začali třeba tleskat nebo tancovat, dneska už to bohužel berou jako samozřejmost, na otázku, jak jim chutná, zahučí maximálně: Jo, dobrý.

6 / Jsi patronem české kapitoly, máš vůbec rád český fastfood? Co je tvoje nej?

Já české prasárničky miluju. Párek v rohlíku je klasika, ale nespokojím se s vlažným levným párkem, ten by měl být ideálně debrecínský a v křupavém rohlíčku. Samozřejmě nepohrdnu kvalitními klobásami nebo sekanou v housce. Jak o víkendech jezdím se syny po fotbalových turnajích, jsem fastfoodový král a ochutnám všechno, co bufety nabízejí.

7 / Když se řekne „typické české jídlo do ruky“, co si pod tím představíš?

Už výše zmíněný párek v rohlíku s plnotučnou hořčicí. Hezky s dírou uprostřed rohlíku, žádný hot dog.

8 / Může být podle tebe langoš zdravý? Jak by takový zdravý langoš měl vypadat?

Když si ho dáš jednou za čas, je i langoš zdravý. Základem je usmažit ho na kvalitním a čerstvém oleji. A když ho potřebš pořádnou dávkou česneku, je to zdravější než pilulka s antioxidanty.

9 / Dá se smažák vytunit? V případě, že ano, tedy jak?

Mám vyzkoušené, že nejlépe chutná a nejsnáze se smaží 30% eidam (neroztéká se). Aby skutečně nevytekl, obalují ho dvakrát. Stejně jako u langoše záleží hodně na oleji. Vytunit se samozřejmě dá, můžeš použít třeba nějakou sýrovou bio libůstku. Nebo nadít eidam šunkou, přidat koření do strouhanky na obalení. Hodně důležitá je i domácí tatarka. Manželka začala majonézu nastavovat zakysanou smetanou, aby odlehčila kalorie, a taky se to dá.

10 / Může se vůbec říct, že mi Češi jsme fastfoodový národ? Jak se to projevuje?

Jsme skalním fastfoodovým národem. Párků v rohlíku se určitě prodají ročně miliony. Už k nám ale pronikají i zdravější varianty, se kterými se ve světě roztrhl pytel. Třeba v New Yorku už na McDonald's téměř nenarazíte, na každém rohu jsou teď různé zdravé řetězce s fastfoodem, jako například Pret A Manger. Mimo Prahu a větší města ale zeleninové wrapy nekoupíte, tam budete pořád vděční za stánek s grilovanými kuřaty nebo klobásami. A možná je to tak dobře.



