

CHLAPI s láskou...

... K DOBRÉMU JÍDLU A PITÍ.
PŘEDSTAVUJEME VÁM MUŽE, KTERÝ JÍDLU
ROZUMÍ A MILUJÍ HO STEJNĚ JAKO MY.

TEXT VERONIKA VLACHOVÁ

FOTO ALEXANDR HUDEČEK, VLADO KNÍŽ

ROZUMÍ MASU I ŽENÁM *František Kšána (31)*

Vztah k masu má František Kšána zřejmě v genech. V devadesátých letech si jeho tatínek otevřel řeznictví, kde mu tehdy čtrnáctiletý František pomáhal. Pokračovat v řeznické tradici byla pro něj jasná volba. Dnes patří mezi nejoblíbenější řezníky v Praze, k němuž si chodí zákazníci pro radu. Vejdete-li do řeznictví Kšána a syn, vaše případné vegetariánské přesvědčení nemá šanci na přežití. Úhledně vyrovnané čerstvé maso, vůně, milý a vstřícný přístup. To jsou důvody, proč je řeznictví Františka Kšány neustále navštěvované a vyhledávané. Především ženami. Ty si od dvou řezníků, Františka Kšány a jeho otce, nechávají velice rády poradit. „Dobré řeznictví poznáte hned. Stačí do něj přijít a nadechnout se. Vůně a čistota je základ. My se o to snažíme, takže fakt, že k nám lidé přicházejí na základě doporučení od známých, je pro nás největší reklama,“ pochvaluje si jednatřicetiletý František. Sám propadl touze se toho o mase dozvědět co nejvíc. A také toho co nejvíc předat svým zákaznicím. Podle jejich požadavků jim radí, jaké maso nakoupit, jak s ním zacházet a jak ho i upravit. „Každý dobrý řezník by vám měl vždy umět poradit. O každém kusu

masa, který prodává, musí mít přehled, jak ho zpracovat a jak skladovat, aby maso nenasáklo různé pachy,“ vysvětluje. Pokud dokážete rozlišit jen kuřecí, vepřové nebo hovězí a další specifikace jsou pro vás španělskou vesnicí, řezník František dokáže vašemu kuchařskému záměru „ušít“ maso přímo na míru. „Nevadí, že se v družích masa vůbec neorientujete. Stačí vědět, na jaký druh vaření ho potřebujete,“ uklidňuje mě. Jak ale poznám čerstvé a dobré maso? „Pojem čerstvosti je dost relativní. Každé maso má své specifika, je vždy lepší se o tom s prodávajícím řezníkem poradit. Třeba hovězí maso je nejlepší, pokud ho necháte minimálně tři týdny zrát v lednici. Pak má po rozkrojení krásnou strukturu a po úpravě chutná opravdu výborně,“ vysvětluje nadšeně František.

OSOBNÍ RECEPT FRANTIŠKA KŠÁNY:

Základními ingrediencemi jakéhokoli mého osobního receptu jsou především hlad, chuť vařit a láska k lidem, kterým vaříte. A samozřejmě dobře vyzrálé maso, sůl a koření, které nepřebije chuť. Miluju třeba tatarák nebo rychlou minutku – pánev rozpálíte na maximum, na ní opečete maso a pak už přidáte jen zeleninu a přílohu. V jídle jsem nenáročný optimista, ale výběr správného kousku masa je základ. Hlavní je se nepřejídat a hýbat se. Pak už je jedno, zda jíte krásně proustlý bůček, nebo lehké kuřecí.







UMÍ TO NAMÍCHAT

Eduard Ondráček (30)

Mít za kamaráda muže, jakým je Eduard Ondráček, musí být radost. Velice rád hostí své přátele, a jakmile neuvaří alespoň dvakrát do týdne, nervozita u něj stoupá. „Vaření miluju. Už jako malý jsem se rád ochomýtal v kuchyni, když mamka přicházela domů pozdě z práce. Vlastně jsem ji v tomhle ohledu zastupoval,“ vzpomíná Eduard. Proto když se měl rozhodovat, kam na střední školu, jasně vyhrála hotelová. I když velice rád vařil a vymýšlel své vlastní recepty, do práce nastoupil jako barman. Dnes má třináctiletou praxi. „Míchání koktejlů a vaření se úžasně doplňují. K jídlu musí být i správný nápoj, teprve pak je to dokonalé,“ vysvětluje Eduard. A má pravdu. Jeho kuskusový salát s krevetami, který pro naše focení připravil, dokonale doplňoval jím namíchaný drink – hruškové bellini. Až se nám – mně, produkční a fotografovi – dělaly boule za ušima. A ne překvapilo by mě, kdyby jeho kulinářskému umění podlehla nejedna žena. „Většinou se stává, že když s nějakou ženou mluvím o vaření nebo nějaké dokonce uvařím, působí to na ně velice pozitivně a přitažlivě. Měl jsem takhle celkem dvě tři rande, kdy jsem měl tu možnost ženě uvařit. A vždycky to vyšlo,“ směje se šibalsky Eduard. „Zda to je návod, jak na ženy zapůsobit? Určitě! Je ale otázkou, jak se to danému muži povede. Pokud nemá velké zkušenosti a příliš si ve vaření nevěří, pak doporučuju jednodušší recepty a kvalitní ingredience. Jsem zastáncem názoru, že gastronomie je průmysl, který hraničí s uměním. A možná právě proto, že je to náročná řehole, mě to baví,“ uzavírá Eduard.



EDUARDŮV RECEPT PRO MUŽE:

● **RESTOVANÉ KREVEITY S TEPLÝM KUSKUSOVÝM SALÁTEM:**

Krevety zprudka orestujeme na olivovém oleji, po 3 minutách přendáme na talíř a necháme vychladnout. Na stejné pánvi opečeme jarní cibulku, nastrouhanou mrkev, nadrobno pokrájené chilli a kukuřici. Přidáme pokrájená rajčata, sůl, pepř, čerstvě mletý koriandr, římský kmín a dýňová semínka. Zalijeme krevetovým vývarem, přidáme kuskus, sundáme z ohně a necháme nabobtnat. Servírujeme s krevetami a bílým jogurtem.

ZAMILOVAL SE DO ČOKOLÁD

Petr Hanzálek (35)

Sladký kousek čokolády vás uklidní, zmírní kašel i příznaky stárnutí a dokonce zvýší libido. Pomineme-li další racionální důvody, proč jíst čokoládu, jeden fakt my ženy oceňujeme nejvíc – chutná prostě božsky. O to překvapivější je, že čokoládě propadl i muž. Petr Hanzálek k nám už dva roky dováží ty nejlepší sladké kousky z celého světa, kterým rozhodně nelze odolat. „Jednou jsme s přítelkyní v cizině narazili na vynikající zahraniční čokolády, které se u nás vůbec neprodávaly. Tehdy nás napadlo, že je začneme dovážet do Česka. A ta myšlenka nás už nepustila,“ vzpomíná Petr na své začátky. Vysokoprocentní nebo hořkomléčná čokoláda ochucená mořskou solí nebo mléčná dovezená přímo z Madagaskaru, to je jen zlomek toho, co si můžete u Petra Hanzálka zakoupit a na čem si můžete pochutnat při jeho degustacích určených pro širokou veřejnost. „Každá degustace je pro většinu návštěvníků velkým zážitkem, sami objevují chutě a vůně, kterých si předtím nikdy nevyšimlí. Když se řekne čokoláda, tak mně se dnes vybaví například květinová vůně, ovocné tóny, zemitě hořká chuť nebo dokonce chuť hub. Je to opravdu pestré,“ popisuje Petr, který v září na svých webových stránkách www.cokobanka.cz spustil i internetový obchod.

V něm si můžete vybírat mezi padesáti druhy důkladně prověřených čokolád. A o svou linii se přýbát rozhodně nemusíme. „Po opravdu kvalitní čokoládě se netloustne. Nesníte jí tolik, protože chuťové pohárky brzy nasytíte. Ale i pro ty, kterým cukr nedělá dobře, mám několik výborných specialit, třeba 100% čokoládu v biokvalitě, která je připravená pouze z kaka a pěstovaného na Madagaskaru a neobsahuje ani jedno zrnko cukru,“ dodává.

PETROVY ČOKOTIPY:

● ROZHODNĚ OCHUTNEJTE:

Michel Cluizel – 1ers Crus de Plantation (50% mléčná plantážní čokoláda z Madagaskaru)

Bonnat – Lait Grands Crus – Asfarth (65% mléčná čokoláda připravená z kaka z ostrova Sumatra)

● JAK POZNÁTE KVALITNÍ ČOKOLÁDU?

Při výběru se především zajímejte o původ kakaových bobů, které jsou hlavní surovinou pro výrobu čokolády. Důležitá je i jejich odrůda. Na kvalitě se rovněž podepisuje zpracování bobů, které se s citem a poctivostí připravují především v malých čokoládovnách. Takže kupujte tak, abyste si pochutnali.

Do konce října objednávejte z celého sortimentu s 10% SLEVOU: do objednávky napište kód ZAZ10.





OBJEVUJE EXOTICKÁ JÍDLA

Aleš Hyvnar (38)

Začalo to každoročními návštěvami Budapešti. Tehdy tam bydlel můj strýc, který hodně cestoval, a pokaždé, když jsem k němu přijel, připravil pro mě exotickou specialitu. Už tehdy jsem si začal uvědomovat, jak bídné stravovací návyky v Česku máme. Abych si opravdu pochutnal, musel bych chodit do restaurací vyšší cenové skupiny. Na to jsem ale tehdy vůbec neměl. A tak jsem ve vaření exotických jídel našel vlastní zálibu,“ vypráví Aleš, který se dnes živí jako hudební producent. Sám sebe sice označuje za věčného amatéra, ale vaření nejrůznějších zajímavých jídel se věnuje přes patnáct let. Přesvědčit se o tom můžete ve vlastní kuchyni. Lidé si ho totiž najímají pro různé večírky, svatby nebo oslavy. „K vaření mě vlastně přivedlo mé gur-

mánství,“ přiznává. Původně se specializoval na vegetariánská jídla, ačkoli sám vegetariánem nikdy nebyl. Ale pak objevil indickou, arabskou a asijskou kuchyni, jíž se inspiroval dodnes. „Málokdy připravuju jídla podle daného receptu. Rád objevuju nové chutě, vůně a sám do toho vnáším vlastní invenci,“ prozrazuje Aleš tajemství svého úspěchu. Že se jako muž motá v kuchyni, mu vůbec nevadí. Naopak. „Ženy se obecně mnohdy bojí experimentovat, nerady riskují. A v množství koření se drží trochu zpátky, což je škoda. Hlavní je nepřiklánět se k žádným náhražkám. To ženy většinou dělají. Když něco doma není, nahradí to něčím podobným. To je ale chyba. Sehnat ty správné ingredience už dnes přece není tak složité,“ dodává Aleš.

ALEŠŮV TAJNÝ RECEPT: KOKOSOVÉ KUŘE

Na velké pánvi či v širokém kastrolu osmahneme nakrájená kuřecí prsíčka (400 g), přidáme na nudličky nakrájenou cibuli a kapii a nadrobno nasekanou chilli papričku (můžeme přidat i arašidy). Osolíme a chvíli restujeme, přidáme 3–4 lžice nastrohaného závoru, chilli, orestujeme a zalijeme plechovkou kokosového krému, do kterého jsme předtím přidali dobře utřený česnek, 3 lžice rybí omáčky a jemně nasekanou nať koriandru. Na závěr zakápneme šťávou z jedné malé limety. Doporučenou přílohou je jasmínová rýže nebo basmati.