



Arny Šrámek  
Iveta Podzemná

# NEJLEPŠÍ RECEPTY Z CELÉHO SVĚTA

Lexikon  
mlsného  
cestovatele

 C PRESS

# Nejlepší recepty z celého světa

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na  
[www.cpress.cz](http://www.cpress.cz)  
[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)



**Iveta Podzemná, Arny Šrámek**

**Nejlepší recepty z celého světa – e-kniha**  
Copyright © Albatros Media a. s., 2023

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

**ALBATROS**  **MEDIA**

Nejlepší recepty z celého světa  
aneb  
Lexikon mlsného cestovatele

Iveta Podzemná, Arny Šrámek

Text © Iveta Podzemná, 2023; Arny Šrámek, 2023

Photos © Iveta Podzemná, 2023

Photos © YARUNIV Studio / Shutterstock.com (cover); © Daniel\_Kay / Shutterstock.com (str. 8);  
© Maridav / Shutterstock.com (str. 10); © Grisha Bruev / Shutterstock.com (str. 14);  
© Abdoabdalla / Shutterstock.com (str. 18–19); © Xiu Yu Photography / Shutterstock.com (str. 20);  
© bugsandbears / Shutterstock.com (str. 24); © Henner Damke / Shutterstock.com (str. 28);  
© NNER / Shutterstock.com (str. 32); © ecstk22 / Shutterstock.com (str. 36); © Photo1819 / Shutterstock.com  
(str. 40–41); © ecstk22 / Shutterstock.com (str. 42); © aphotostory / Shutterstock.com (str. 46);  
© SchnepfDesign / Shutterstock.com (str. 50–51); © Nick N A / Shutterstock.com (str. 52);  
© Peter OToole / Shutterstock.com (str. 56–57); © AlexAnton / Shutterstock.com (str. 58);  
© Marina Datsenko / Shutterstock.com (str. 62); © Guitar photographer / Shutterstock.com (str. 66);  
© Wirestock Creators / Shutterstock.com (str. 70); © Sakdawut Tangtongsap / Shutterstock.com (str. 74);  
© Leonid Andronov / Shutterstock.com (str. 78); © Peter OToole / Shutterstock.com (str. 82);  
© Katarzyna Mazurowska / Shutterstock.com (str. 83); © Travel-Fr / Shutterstock.com (str. 84);  
© proslgn / Shutterstock.com (str. 88); © VanderWolf Images / Shutterstock.com (str. 92);  
© SCStock / Shutterstock.com (str. 100); © Zhukova Valentyna / Shutterstock.com (str. 104);  
© Vunav / Shutterstock.com (str. 108); © Kamira / Shutterstock.com (str. 112); © possohh / Shutterstock.com  
(str. 116–117); © Nastya Smirnova RF / Shutterstock.com (str. 118); © Gregory Zamell / Shutterstock.com  
(str. 122); © Grisha Bruev / Shutterstock.com (str. 126); © photo.ua / Shutterstock.com (str. 130);  
© Serenity-H / Shutterstock.com (str. 134); © chromoprisme / Shutterstock.com (str. 138);  
© photobeginner / Shutterstock.com (str. 142); © Joke van Eeghem / Shutterstock.com (str. 146);  
© VojtechVlk / Shutterstock.com (str. 150); © Mazur Travel / Shutterstock.com (str. 154);  
© Piotr Krzeslak / Shutterstock.com (str. 158); © Dmitry Pichugin / Shutterstock.com (str. 162);  
© Ivan\_off / Shutterstock.com (str. 166); © f11photo / Shutterstock.com (str. 170);  
© Baturina Yuliya / Shutterstock.com (str. 174); © Lambros Kazan / Shutterstock.com (str. 178);  
© Vadym Lavra / Shutterstock.com (str. 182); © SATHIANPONG PHOOKIT / Shutterstock.com  
(str. 186); © Denis Vesely / Shutterstock.com (str. 190); © Grisha Bruev / Shutterstock.com (str. 194);  
© Richard Cavalleri / Shutterstock.com (str. 196); © Nicola Pulham / Shutterstock.com (str. 198);  
© trabantos / Shutterstock.com (str. 202); © Sakdawut Tangtongsap / Shutterstock.com (str. 206);  
© Avigator Fortuner / Shutterstock.com (str. 214); © Mltz / Shutterstock.com (str. 218);  
© GTS Productions / Shutterstock.com (str. 210); © Nick N A / Shutterstock.com (str. 222);  
© Stas Moroz / Shutterstock.com (str. 226); © silky / Shutterstock.com (str. 230);  
© Sergey Dzyuba / Shutterstock.com (str. 234); © Blue Planet Studio / Shutterstock.com (str. 238);  
© Sakdawut Tangtongsap / Shutterstock.com (str. 242)

ISBN tištěné verze 978-80-264-5057-3

ISBN e-knihy 978-80-264-5068-9 (1. zveřejnění, 2023) (ePDF)

# Obsah

Předmluva .....	9
Aljaška .....	11
Losos s pistáciovou krustou a jogurtovou omáčkou z červené řepy	
Anglie .....	15
Sunday roast	
Argentina .....	21
Hovězí steak s omáčkou chimichurri	
Austrálie .....	25
Aussie meat pie	
Azorské ostrovy .....	29
Lávový hrnec cozido	
Bavorsko .....	33
Brezzeln mit Obatzda	
Belgie .....	37
Pralinky	
Bulharsko .....	43
Kjufteta	
Čína .....	47
Pekingská kachní prsa a mandarínské omelety	
Dánsko .....	53
Risalamande	
Egypt .....	59
Falafel	
Francie .....	63
Královská cibulačka	
Gruzie .....	67
Chačapuri	
Havajské ostrovy .....	71
Haupia pie s makadamovými ořechy	
Indonésie .....	75
Nasi goreng	
Írán .....	79
Perský šafránový pudink sholeh zard	
Irsko .....	85
Guinness Shepherd's pie	

Itálie .....	89
Limoncello .....	
Izrael .....	93
Ryba svatého Petra .....	
Jihoafrická republika .....	97
Pštosí burger .....	
Jordánsko .....	101
Mansaf .....	
Kanada .....	105
Koláč s javorovým sirupem .....	
Katalánsko .....	109
Sangria champagne .....	
Kuba .....	113
Ropa vieja .....	
Kyrgyzstán .....	119
Lagman .....	
Libanon .....	123
Libanonské noci .....	
Litva .....	127
Cepelini .....	
Maďarsko .....	131
Kološvárské zelí .....	
Maroko .....	135
Dort s pomerančem a kardamomem .....	
Martinik .....	139
Humr se šafránovým máslem .....	
Menorka .....	143
Mahonská omáčka .....	
Mexiko .....	147
Tacos de asada .....	
Morava .....	151
Bačův grog s valašským frgálem .....	
Nepál .....	155
Taštičky momo .....	
Norsko .....	159
Fiskekaker .....	
Nový Zéland .....	163
Pavlova .....	
Peru .....	167
Picarones .....	

Polsko .....	171
Žurek	
Rusko .....	175
Soljanka	
Řecko .....	179
Králičí stífade	
Sicílie .....	183
Trubičky cannoli	
Singapur .....	187
Kuřecí satay	
Slovensko .....	191
Pampúšky s čučoriedkovým lekvárom	
Srí Lanka .....	195
Drúbeží kari	
Sv. Vincent a Grenadiny .....	199
Rum punch	
Švédsko .....	203
Janssonovo pokušení	
Švýcarsko .....	207
Sýrové fondue	
Tanzanie .....	211
Kuku wa kupaka	
Thajsko .....	215
Pad Thai	
Tunisko .....	219
Kuskus	
Turecko .....	223
Placky gözleme	
Ukrajina .....	227
Syrniki	
USA .....	231
Polévka Tři sestry	
Uzbekistán .....	235
Plov	
Vietnam .....	239
Pho bo	
Zanzibar .....	243
Svahilská kashata	
Doslov .....	246





# Předmluva

## Láska k cestování prochází žaludkem

Na současném knižním trhu se nachází nepřehledná nabídka cestopisných titulů, jejichž autoři vás při jejich četbě dokáží přenést do spousty exotických, romantikou vonících míst. Snad ještě pestřejší je nabídka kuchařských knížek, vybere si vegetarián, milovník exotických chutí i člověk toužící po dietních pokrmech. Jelikož každý z nás je unikátním jedincem s pestrou směsicí zálib a zájmů, není snadné se trefit do širšího vkusu většího počtu osob. Zkusme si pro ilustraci představit tradiční partnerský pár, kdy jeden má toulavé boty a neustále plánuje nějaké výlety a pohybové aktivity, kdežto druhý dokáže vytvořit skvělou atmosféru tepla a poklidu u domácího krbu a největší výzvou pro něj je objevování nových chutí a vyhledávání gastronomických perliček. Kniha je ideálním dárkem, když dostanete kuchařku a váš protějšek cestopis, oba jste spokojeni, zálibně si ve svém dárku listujete, aniž byste se zajímali o knížku toho druhého. To je však velká škoda, vždyť cestování a gastronomie k sobě naprosto přirozeně patří. Pokusíme se ono smělé tvrzení dokázat vytvořením cestopisné kuchařky, jež logicky spojuje dvě velmi specifická prostředí a mohla by se stát atraktivním dárkem pro oba členy popisovaného páru. Dobře víme, že láska k cestování prochází žaludkem.

Snažili jsme se vybrat co nejpestřejší kolekci chutí, reprezentující barvitou směsicí národů a etnik ze všech obydlených kontinentů. Naším cílem nebylo vytvářet nějaké bizarní kreace z těžko dostupných surovin. Všechny zde prezentované recepty dokáže zvládnout průměrně zdatný amatérský kuchař ze surovin, které se dají s trochou námahy bez problémů sehnat v tuzemsku. Byli bychom moc rádi, kdyby vás listování naší cestopisnou kuchařkou inspirovalo k touze toulat se po naší krásné planetě i ke gastronomickým experimentům.





# Aljaška

Jeden z nejromantičtějších konců světa se nachází na nejzazším severu amerického kontinentu. Dostat se sem není až tak těžké, jak by se mohlo na první dojem zdát. Neatraktivnější přírodní scenérie propojuje kvalitní asfaltovaná silnice Alaska Highway, která začíná nultou milí v osadě traperů drsného severu, Dawson Creeku, a končí po více než dvou tisících kilometrech na nejzazším dostupném severu ve Fairbanksu. Jenom pouhý průjezd touto magistrálou je nezapomenutelným zážitkem. V nekonečném procesí před naším fascinovaným zrakem defilují zubaté štítův mohutných hor, z nichž se jako lesklí hadi spouštějí desítky zářivých ledovcových splazů. Hluboká údolí, porostlá smrky sitka, zdobí nekonečná řada průzračných blankytných jezer. Na březích se poklidně popásají mohutným lopatovitým parožíem ozdobení losi, na horizontu lze pozorovat statné soby caribou. Vlci jsou plaší, zahlédnout smečku těchto ušlechtilých zvířat je vzácné. Králem severu jsou však jednoznačně medvědi. Hnědí baribalové se běžně procházejí kempinkem mezi zaparkovanými karavany, mohutní grizzlylové nás často pozorují z okraje silnice. Při prvním kontaktu s huňatými kolosy lidé zpravidla znervózní, pak si však uvědomíme, že jsme tady jenom tolerovanými návštěvníky v jejich světě, a na jejich přítomnost si zvykneme.

Přesto zmíníme ještě jednoho živočicha, jenž je pro Aljašku snad ještě

charakterističtější. Určitě jste měli možnost vidět v televizi dokumentární přírodopisný film o tahu lososů proti proudu aljašských řek. Vidět něco takového na vlastní oči je však naprosto odlišný zážitek. Tisíce štihlých elegantních ryb, natěsnaných jedna na druhou, se valí říčním korytem, že dno téměř není vidět. Tradiční rybářské konverzační téma, zda chytat na mušku, žízalu nebo těsto, tady pozbývá smysl, dalo by se klidně chytat na kladivo nebo velký šutr. A pokud bychom měli popsat snad úplně nejsilnější zážitek, jaký si odtud odvážíme, je to šance vidět medvědy, kteří stojí v peřejích a se samozřejmou elegancí tyto dravé ryby loví. Jelikož zdejší léto je velmi krátké a grizzlylové musí podstatně přibrat na váze, aby přečkali dlouhou tuhou zimu, nemohou si dovolit sežrat rybu celou, její maso je příliš dietně nízkokalorické. Proto zkušeně slupnou hlavu s výživným mozkiem a drápem precizně oddělí kůži s podkožní tukovou vrstvou. Tu část lososa, kterou my tak rádi kupujeme v našich supermarketech, nechávají bez zájmu ležet na břehu pro čekající ptáky. Tady by se lidé a medvědi perfektně doplňovali, každý by si z ryby vzal to, co mu nejvíc chutná. Věříme, že jsme vás, naši milí čtenáři, pozitivně naladili k úvahám o možné příští exotické dovolené – plánování programu v divočině jde nejlépe s plným žaludkem. A pro navození té správné atmosféry si dovolíme přidat recept, který vaše romantické snění popostrčí tím nejlepším možným směrem.

### Ingredience:

- 4 filety z lososa
- 1 hrnek mléka
- 1 střední vařená červená řepa
- 1 a ½ hrnku smetanového bílého jogurtu
- sůl a pepř podle chuti
- 1 lžička citronové šťávy
- ½ hrnku nasekaných pistácií
- 2 lžičky kukuřičné mouky
- 1 lžička citronové kůry
- ½ lžičky chilli vloček

## LOSOS S PISTÁCIOVOU KRUSTOU A JOGURTOVOU OMÁČKOU Z ČERVENÉ ŘEPY

Krajina chladného severu od nepaměti lákala drsné dobrodruhy. Proti proudu řek se na kánoích vydávali do vnitrozemí lovci kožešin, osady vznikaly zpravidla v chráněných mořských zátokách. Krátké léto neumožňuje příliš produktivní zemědělství, nelze se proto divit, že obživu šlo nejsnáze zajistit s puškou v ruce nebo pomocí rybářského prutu. Ryby tu byly vždy velmi oblíbené a elegantní losos svým mimořádně chutným masem dokáže dokonale naplnit představu luxusní večeře.

- Filety vložíme do misky a nalijeme na ně mléko. Dáme na 1 hodinu do lednice a občas otočíme.
- Mezitím si uvaříme řepu. Když vychladne, rozmixujeme ji na hladké pyré. Přidáme 1 hrnek jogurtu, sůl, pepř a citronovou šťávu. Vše znovu rozmixujeme na hladkou omáčku a dáme do lednice vychladit. V míse smícháme pistácie s kukuřičnou moukou. V jiné nádobě smícháme zbývající jogurt s citronovou kůrou a chilli vločkami.
- Rybu vyjmeme z mléka, osušíme a přendáme na pečicí papír do pekáče. Ochutíme solí a pepřem, potřeme jogurtovou směsí a nahoru navrstvíme směs z pistácií a kukuřičné mouky.
- Pečeme ve vyhřáté troubě 8 až 10 minut. Lososa pak přendáme na talíř a podáváme s omáčkou z jogurtu a červené řepy.





# Anglie

Stará dobrá kolébka tradic se nachází hned za Lamanšským průlivem. Zdejší dámy v apartních kloboučcích, doprovázené dokonale ustrojenými gentlemany, pochutnávají si na čerstvých jahodách se šlehačkou, patří k neodmyslitelnému koloritu nedělního odpoledne. Prakticky jakákoli lidská aktivita tady má svůj pevně daný řád, prověřený během staletí. Nade všemi letitými tradicemi stojí královská rodová dynastie, jež je personifikací všeho, co je pro tuto ostrovní zemi charakteristické. Královské korunovační klenoty, uložené v nejpřísněji strážené klenotnici v pevnosti Tower, stráží speciální garda ve velmi atraktivních uniformách, tak zvaní Beefeaters, podle nichž je pojmenovaná známá značka ginu. V areálu tvrze mají na starost mimo jiné péči o šest černých krkavců, o nichž stará legenda tvrdí, že až poslední z nich opustí areál Toweru, království zanikne. Pokud bychom se rozhodli vyrazit do divadla, okamžitě narazíme na odkaz nejslavnějšího dramatika středověku, slavného Williama Shakespeara. Avšak nejen distingovanou vznešeností živ je člověk, občas je třeba taky upustit páru a oprostít se od každodenního rutinního stresu. Co tak třeba vyrazit na fotbal? Skvělý nápad, nejpoblárnější kolektivní hra na planetě vznikla právě tady. Po adrenalinovém sportovním zážitku každý správný fanoušek zakončí den svlažením hrdla douškem pěnivého moku. Čímž se dostáváme k pubu, tradiční typicky

anglické hospůdce mnohdy stovky let staré, kde pod klenutým kamenným stropem máme šanci alespoň trošku nahlédnout do podstaty anglické duše.

Když už jsme usedli v pubu za mohutný stůl z bytelného dřevěného masivu, je vhodná chvíle dát si něco dobrého na zub. Někdy postačí jen fish and chips, jsme-li doprovázeni dámou, neměli bychom opomenout rituál čaje o páté, kdy se z našeho zdobného čajového servisu ponese omamná vůně nápoje, který zpopularizoval sir Thomas Lipton. Avšak co si anglická rodina dopřeje při sváteční příležitosti, to až tak všeobecně známé není, i když i tady můžeme tušit příběh starý stovky let. Když si v našich realitách představíme pudink, vybaví se nám oslazená mléčná rosolovitá hmota, na ostrovech se však můžeme setkat s něčím totálně jiným, vyrobeným ze slaného těsta a omáčky z pečeného masa. Hovězí bylo odjakživa považováno za drahou lahůdku, kterou si i lidé z dobře situované střední třídy mohli dopřát jen občas. Při pečení se z masa uvolňuje hustá šťáva, kterou nelze jen tak bez užitku nechat odkapávat do plamenů. Proto byla zachycována a využita na pečení těsta palačinkové konzistence, jemuž dala neodolatelnou chuť i vůni. Tento specifický pudink byl mnohdy servírován jako předkrm, aby se strávníci zasytili a poté snědli méně drahého masa. Dnes je považován za národní poklad a v únoru se každoročně slaví den této mimořádné pochoutky.

## Ingredience:

### Hovězí pečeně

- 1,4 kg hovězího masa (zadní nebo nízký roštěnec)
- rostlinný olej
- sůl a pepř
- čerstvý rozmarýn

### Yorkshirský pudink

- 4 vejce
- 200 ml mléka
- 150 g hladké mouky
- sůl a pepř podle chuti
- olej

### Omáčka gravy

- kousek másla
- 1 červená cibule
- 1 lžíce octa
- 1 l vývaru
- ½ lžičky sušeného česneku
- 1 lžička worcesterské omáčky
- sůl a pepř podle chuti
- 1 lžíce kukuřičného škrobu

# SUNDAY ROAST

Nedělní pečeně se dostala do popředí za vlády krále Jindřicha VII. v roce 1485. Britové rádi konzumovali značné množství masa a jejich láska k hovězímu, zvláště k nedělnímu obědu, je součástí národní identity napříč staletími dodnes. Sunday roast je generacemi prověřený pokrm, na který se každý Brit těší celý týden. Dokonale propečené hovězí maso se servíruje s křupavými pečenými bramborami roasties, zeleninou, yorkshirským pudinkem a omáčkou gravy. Nákyp se kdysi nepodával k masu, jak je zvykem v současnosti, býval to samostatný předkrm, podávaný se spoustou omáčky. Tím, že se jedl jako první, byla naděje, že strážníci zasytí a ti pak snědí méně drahého masa hlavního chodu.

- Hovězí maso dobře potřeme olejem a rovnoměrně posypeme solí, pepřem a nadrobno posekaným rozmarýnem. Rozpálíme pánev a maso ze všech stran opečeme. Přendáme na pekáček a vložíme do trouby, rozpálené na 150 °C, po 20 minutách snížíme teplotu na 100 °C. Maso by se mělo péct po dobu asi 2 hodin, ale doba pečení se může u každé trouby lišit. Je vhodné mít teploměr, kterým zkusíme propečenost masa. Ve výsledku by mělo mít uvnitř kolem 60 °C, aby nebylo ani syrové a ani příliš propečené. Záleží na našem vkusu a chuti, jaké míře propečení dáváme přednost. Když je hovězí hotové, vyndáme ho z pekáče na talíř, přikryjeme alobalem a necháme odpočívat, zatímco budeme připravovat omáčku a yorkshirský pudink. Tato doba odpočinku je velmi důležitá. Díky tomu se teplota masa a získaného výpeku stabilizuje a pečeně je pak mnohem šťavnatější a snadněji se krájí.
- Maso je vhodné péct na lůžku z kořenové zeleniny, kterou nakrájíme na větší kusy, používá se mrkev, pastinák, cibule. To ho pomáhá pozvednout nad tuk v pekáči a zabraňuje tomu, aby se smažilo místo opečení, nemluvě o tom, že dodává šťávě a omáčce nádhernou chuť!

*Recept pokračuje na str. 18.*





## Yorkshirský pudink

- Tato příloha se nejčastěji dělá ve formičkách na muffiny. Vymažeme je olejem, dáme nahřát na chvilku do trouby a pak do každé formičky nalejeme řídké těsto. Směs vytvořenou z vajec, mléka a hladké mouky, ochucenou pepřem a solí, necháme před pečením alespoň hodinu v lednici. Hustota směsi by měla připomínat palačinkové těsto.

## Omáčka gravy

- Na másle zpěníme cibuli a opékáme téměř dohněda, přidáme ocet, který necháme odpařit, zalejeme vývarem (můžeme také použít vypečenou šťávu z masa), přidáme česnek, worcester, pepř a sůl a chvilku povaříme. Rozmícháme lžící kukuřičného škrobu v troše vody a mícháme, až omáčka mírně zhoustne.



Nedělní anglickou pečení podáváme s opékanými brambory, yorkshirským pudinkem a zeleninou. Přeléváme gravy omáčkou. Angličané si k tomu ještě někdy dávají křenovou omáčku, vyrobenou ze strouhaného křenu a smetany.





# Argentina

Tato jihoamerická země má dvě zcela odlišné tváře. Pokud se sem vydáte za poznáním, velmi pravděpodobně vás bude zajímat pás mohutných andských štítů, táhnoucí se na západní hranici země, o tyto nádherné scenérie se země dělí s Chile. Nachází se tady téměř sedmitisícová Aconcagua, nejvyšší hora celého kontinentu, dále k jihu můžeme obdivovat řetězec efektních sopečných homolů. Čím dále postupujeme, tím jsou vrcholy více zasněžené. V Patagonii na nejzajímavějším jihu se do horských údolí sunou spousta mohutných namodralé zářících ledovcových splazů. Krajina nabízí fenomenální panoramata, jaké nikde jinde na naší planetě nenajdete. Jak už to tak bývá, má to jeden háček. Počasí tu bývá velmi nestálé a může se vám snadno stát, že během několika týdnů vaši dovolené zažijete jenom mlhu, víchr a déšť. Ale když vám bude přát štěstí, zde získané zážitky si uchováte po celý svůj život. Ikonické štíty Fitz Roy nebo Cerro Torre jsou pro Andy totéž, co představuje Matterhorn pro Alpy. Překrásná blankytně modrá jezera jenom rámují celou tu horskou nádhru. Pak však popojedete o malý kousek na východ do vnitrozemí Argentiny, hory zmizí jako mávnutím kouzelného proutku a před vámi se rozprostře nekonečně plochá jednotvárná rovina – argentinská pampa. Neustálý vítr vám bude vhnět jemný prach do očí, v krajině bez sebemenšího záchytného bodu snadno ztratíte orientaci. Občas spatříte stádečko lam guanako, sem tam elegantním

krokem kolem vás projde nelétavý pštros nandu, jinak nikde nic. Přesto i tato krajina, která zaujímá výrazně převažující rozlohu země, má svoje zvláštní specifické kouzlo.

Argentinci mají dvě zásadní záliby, jednu lepší než druhou. Tou první je vášnivý tanec, argentinské tango je světový pojem, obdivovat kreace místních tanečnicků a zkusit se je naučit je častým důvodem návštěvy země. Podobně jako když Španělé procitují své žhavé flamenco, také Argentinci dokáží povýšit krokové variace tanga na explozi erotiky, spojenou s plavnou elegancí. Při pohledu na tančící pár, zcela ponořený do svých vnitřních emocí a nevnímající okolní dění, si člověk naplno uvědomí, jak nádherný může život být. Naprosto stejné konstatování platí i pro druhou zdejší vášeň, již je barbecue. Je prakticky nepředstavitelné, že by argentinský víkend proběhl bez setkání v rodinném kruhu nebo s partičkou přátel se sklenkou jiskrného vína a opékáním dobrot na grilu. Receptů jsou desítky, kombinovat se dá množství často nečekaných chutí, ale jedna konstanta je neměnná. Na řídkou trávou porostlé pampě se pasou obří stáda hovězího dobytka, jejichž maso svou chutí dobylo svět. Pořádný, na dva prsty hrubý steak, propečený tak akorát, aby byl křupavý i šťavnatý, je vrcholem zdejší gastronomie. Když ho tady ochutnáte, budete si jej chtít udělat i doma a přitom si připomenout krásné zážitky z výletu.

### Ingredience:

- 2 steaky z dobře vyztáhlého hovězího masa
- pepř
- vločková sůl

### Na omáčku chimichurri

- 2 hrnky hladkolisté petržele
- 1 polévková lžíce oregana (lepší je čerstvé)
- 5 stroužků česneku
- ½ lžičky jemně nakrájené chilli papričky
- 2 lžíce citronové šťávy
- sůl
- ½ lžičky pepře
- 2 lžíce šalotky
- 2 lžíce červeného vinného octa
- ½ hrnku olivového oleje

## HOVĚZÍ STEAK S OMÁČKOU CHIMICHURRI

Všichni, kdo znají argentinskou gastronomii, vědí, jak důležitou roli v ní hraje vysoce kvalitní steak. Na zdejších pampách se pasou tisícíhlavá stáda dobytka, dostatek prostoru a zdravé životní prostředí se projevuje na světově proslulé kvalitě hovězího masa. Steak je nejkoničtější jídlo argentinské kuchyně a nejpopulárnější přípravou masa je grilování. Místní asado, tedy skvěle šťavnaté grilované maso, se nejčastěji podává s omáčkou chimichurri. Argentinci si zakládají na kvalitě, ale i na velikosti porcí.

- Nejprve si připravíme omáčku chimichurri. Všechny bylinky velmi jemně posekáme, můžeme použít i hmoždír nebo mixér, záleží na tom, jakou strukturu omáčky preferujeme. Přidáme pokrájený nebo prolisovaný česnek a chilli papričku zbavenou semínek a nakrájenou najemno. Dochutíme citronovou šťávou, solí a pepřem, přidáme šalotku a vinný ocet. Nakonec dostatečně zalijeme olivovým olejem.
- Steak z hovězího masa by měl mít alespoň tři centimetry na výšku. Maso vyjmeme z ledničky nejméně půl hodiny před přípravou. Před opékáním osušíme papírovou utěrkou a opepříme, solit budeme až na konec. V pánvi rozežřejeme velmi malé množství oleje a steak opékáme z obou stran. Třicentimetrový kousek je třeba z každé strany opékat asi 3 minuty. Samozřejmě záleží na tom, jak moc propečený steak budeme chtít.
- Po upečení jej zabalíme do alobalu, můžeme na něj přidat malý kousek másla a necháme alespoň 10 minut odpočinout. Potom ho nakrájíme na tenké plátky, osolíme vločkovou solí a podáváme s omáčkou chimichurri.







# Austrálie

Vyrazit do světa protinožců už přece jen chce trochu odhodlání a alespoň měsíc dovolené, aby se poměrně dlouhý let pořádně zúročil. Když však přistaneme na letišti v Sydney, čeká nás setkání s neustále se usmívajícími lidmi, připravenými kdykoli nabídnout pomocnou ruku. Tak otevřeně nabízené srdce na dlani je upřímným pohlazením po duši pro každého návštěvníka. Život na tomto nejosamějším kontinentu nebyl nikdy snadný, když opustíme tenouckou stuhu obydlého pobřeží a vyrazíme do pustého vnitrozemského outbacku, jsme okamžitě hodně out a totálně back. Hltáme kilometry po stovkách, společnost nám v lehce do oranžova zbarvené pustině dělají jen králíci, klokani a do výšky šplhající termití stavby. Kdykoli dojedeme k čerpací stanici s motorestem, u níž stojí pár aut a nějaký ten Road Train, bizarně dlouhý kamion se třemi návěsy, cítíme zvláštní pocit sounáležitosti s lidskou komunitou. Drsnáčtí řidiči popíjejí pivko, cpou se porcí fazolí a večerní čas si krátí kulečnickem. Se soumrakem se vypne dieselový agregát a vše se ponoří do tmy, jen nad hlavami nám září myriády hvězd včetně nenápadného Jižního kříže. Vědomí, že dnešní noc společně trávíme jen s malou skupinkou cizích lidí a stovky kilometrů kolem není ani živá duše, dokáže v každém z nás vytvořit zvláštní pocit sounáležitosti, kdyby se komukoli během noci cokoli stalo, pomoci si můžeme jen vzájemně. Právě to nás všechny učí pokoře a vstřícnosti, v pusté

divočině je každý sám za sebe a civilizační vymoženosti tady ztrácejí význam. Tento specifický vjem si poté v sobě neseme jako nejsilnější místní zážitek.

Definice australského národa je složitá věc, podíváme-li se v čase o dvě století nazpět, tehdy celý kontinent patřil výhradně původním obyvatelům, Aboriginům. První evropští osadníci se sem dostali z jednoho velmi pragmatického důvodu, byli to vězňové zdejší trestanecké kolonie. Nevýhoda toho, že australský národ nemá žádné prastaré báje a legendy z minulosti, je vykoupena tím, že nemá ani tradici mocipánů s modrou krví a jejich nevolnických poddaných. Všichni začali budovat svou novou vlast ze stejné startovní čáry, nikdo nebyl zvýhodněn vazbami konexí, o úspěchu rozhodovala jenom individuální schopnost jednotlivce, což vytváří tvůrčí prostředí pro schopné lidi. Zdejší gastronomie proto také nemá staletou historii, vznikla jako směs rozličných vlivů. Máme-li vybrat jeden typický místní pokrm, napadne nás masový koláč, který je pro protinožce tím, čím je pro Američany hot dog, rychlá svačinka do ruky. Žádné srocní lidí na sportovním utkání či městské slavnosti se bez této fastfoodové dobroty neobejde, typický je pohled na vysmátého chlapíka s mastnou bradou a tričkem potřísněným kečupem, třímajícím v jedné ruce Aussie Pie a v druhé plechovku piva. Australané jsou taková milá nezáludná kamarádká sluníčka, člověk se tu cítí příjemně.