

Roztančená kuchyně Jižní Ameriky



Venezuelská kuchyně

Pokud by se vám naskytla možnost ochutnat venezuelskou kuchyni, tak byste ji rozhodně měli využít. Např. venezuelské národní jídlo **pabellón criollo**, které tvoří kousky hovězího masa, rýže, černých fazolí, sýru a opečeného banánu. Nebo místní specialitu **tequenos**, závitky z tenkého sýrového těsta či **empanadas**, smažené závitky z kukuřičné mouky plněné mletým mase, sýrem, fazolemi nebo jinou mladou zeleninou. Nedílnou součástí venezuelské kuchyně tvoří také kuřecí a vepřové maso, ryby a různé druhy polévek. Jídlo můžete zapít velmi dobrým venezuelským pivem.

Jídla v Kolumbii

Kolumbijská kuchyně si libuje v kukuřici. Velmi oblíbené jsou **tutamales**, jídlo původních jihoamerických obyvatel, které však není právě jednoduché připravit. Hustá kaše z kukuřice se nejprve poklade na banánové listy. Do toho se potom přidává různé maso (kousky vepřového, kuřete a klobásy) a zelenina (někdy včetně brambor). Pak se to všechno zabalí do úhledného balíčku, převážně sisalovým provázkem, dá do hrnce a vaří asi tři hodiny v páře. A představte si, připíjí se k tomu čokoláda.

Brazilské speciality

Jako u všech jihoamerických zemí tvoří základ brazilského jídelníčku kuchyně původních indiánských

obyvatel. Postupně se do ní promítaly vlivy kuchyně španělských a portugalských dobyvatelů a přistěhovalců i stravovací návyky otroků z Afriky. **Feijoada**, jídlo z jednoho hrnce, je brazilským národním pokrmem, který nechybí při žádné slavnostní příležitosti. Jeho příprava je časově dost náročná, ale výsledek stojí za to.

Peruánské a chilské dobroty

Peruánská kuchyně využívá bohaté zdroje domácích produktů, ale jejich úprava je často ovlivněna hispánskou, černošskou a asijskou kuchyní. Peruánskou specialitou je **pečené morče**, které je prý velmi chutné. Dalším oblíbeným jídlem v peruánské kuchyni jsou **cebiche**. To jsou syrové ryby a různé dary moře nakládané v citronové šťávě, prokládané ďábelsky pálícími papričkami.

Kořeny současné chilské kuchyně sahají až do poloviny 16. století, kdy se Chile stalo součástí španělského místokrálovství Peru. Španělé, indiáni a kreolové tu žili pak vedle sebe a jejich kuchyně se navzájem ovlivňovaly. Pro venkovskou kuchyni je charakteristické větší množství luštěnin a zeleniny na úkor masa. Tak vznikly mnohé chilské národní pokrmy jako například fazolová polévka, bezmasé kukuřičné motýlky **humitas**, kukuřičný hrnec **pastel de choclo** (zapečená kukuřičná kaše s mletým masem), nebo **čarkikán** (směs fazolí a různé zeleniny s masem).

Jak jedí v Patagonii?

Obyvatelé sychravých patagonských končin přispěli hovězím a jehněčím, hustými masovými i zeleninovými polévkami nebo hliněným kotlíkem plným hovězího a rybího masa, mušlí, klobás a brambor zvaný **kuranto**. Ve fjordech studených jižních moří a v prudkých řekách chilských And se loví množství mořských i sladkovodních ryb. Jejich králem je losos, který se podává syrový v marinádě jako **ceviche** nebo jako **carpaccio**, vařený v zeleninových předkrmech s nejlevnější chilskou zeleninou avokádem i jako hlavní jídlo na mnoho způsobů s bílým nebo červeným vínem.

Argentinská kuchyně

Na rozdíl od ostatních jihoamerických zemí je argentinská populace tvořena převážně Evropany. Před jejich příjezdem byla Argentina osídlena jen velice řídko, takže žádná originální argentinská kuchyně vlastně neexistuje. Koncem 19. století se sem začali ve velkém stěhovat především Italové a Španělé, a tak dnešní argentinská kuchyně má dva hlavní pilíře – hovězí maso a těstoviny. Argentinci jsou milovníky masa, a tak ho snídají, svačí, obědvají i večeří. Grilované steaky nazývané **lomito** si místní obyvatelé dávají i v rychlém občerstvení. A pokud si nevyberou steak, většinou sáhnou po párcích, kterým říkají **panchos**. Spotřeba hovězího masa je tak vysoká, že Argentinci jsou na druhém místě žebříčku hned za Spojenými státy a přitom je Argentinců téměř 8x méně. Průměrný Argentinec spotřebuje až 70 kg hovězího masa ročně. Argentinské hovězí maso je po světě vysoce hodnoceno pro svoji chuť a je pravdou, že znalec pozná argentinské hovězí po prvním soustu.

Velice populární jsou však také ryby, Argentina má velice dlouhé pobřeží a vlny Atlantského oceánu jsou na ryby stále bohaté. Základní metodou podávání jak hovězího masa, tak ryb je grilování. Běžné je také smažení ryb obalovaných v těstíčku nebo jako náplň slaných koláčů. Pro oblast And jsou typická jídla jako vařená kukuřice s masem, plněný kukuřičný list a **empanadas**. Patagonie si zase potrpí na různé úpravy jehněčího masa. Španělé naučili původní obyvatele pěstovat víno a rybařit a Italové zase milovat zmrzlinu. Zatímco

zmrzlina platí za nejlepší na kontinentu, vinaři mají konkurenci v milovnících piva. Toho vypijí Argentinci opravdu značné množství a v průměrné spotřebě dohánějí největší jihoamerické pivaře, Brazilce. K pořádnému bifteku jsou však argentinská červená vína jak stvořená.

Rajčatová polévka Tomatikán

1 lžíce oleje, 250 g hovězího masa nakrájeného na kousky, 3 najemno nakrájené cibule, 2 utřené stroužky česneku, 3 lžičky mleté papriky, 6 zralých oloupaných rajčat nakrájených na kousky, 3 vyloupané mladé kukuřičné klasy, mletý pepř, dobromysl, špetka vegety, 1 l hovězího vývaru (2 kostky bujónu)

Na hluboké pánvi orestujeme na oleji cibuli, maso, česnek a papriku, až maso změkne. Přidáme ostatní přísady a zalijeme vývarem. Dusíme na mírném ohni asi 2 hodiny. Poté zředíme rajčatovou šťávou a podáváme s vařenými brambory.

Masové kapsy Empanadas

4 šálky hladké mouky, 1 lžička prášku do pečiva, sůl, 1 žloutek, 1 celé rozšlehané vejce, 1 a půl šálku vlažného mléka, 1 šálek rozpuštěného sádla, 2 lžíce oleje, 1 lžička mleté papriky, půl lžičky mletého pepře, 4 najemno nakrájené cibule, 1/2 lžičky pálivé papriky, 1/2 lžičky mletého kmínu, 1/2 lžičky dobromysle, 1/2 kg mletého zadního hovězího masa, 3 vejce vařená natvrdo nakrájená na kolečka, 20 černých oliv, 100 g rozinek

Těsto: vypracujeme těsto z mouky, kypřicího prášku, soli, žloutku, celého vejce, mléka a sádla, až dělá bubliny. Rozdělíme ho na 20 dílů a rozválíme placky.

Náplň: Několik hodin předem si připravíme náplň. Na oleji osmažíme papriku a cibuli, přidáme pálivou papriku a ostatní koření. Na této směsi osmažíme mleté maso. Zchladlou směs dáme na placky, přidáme kolečko vajíčka, rozinky a olivu. Placku pak přehneme, spojíme okraje a potřeme mlékem. Kapsy upečeme v troubě, až zezlátnou. Podáváme teplé samostatně nebo se zeleninovým salátem.

Sopaipillas + Chimichurri

SOPAIPILLAS: *1 šálek vařeného pyré z cukety, 1 šálek hladké mouky, 1 lžička kypřicího prášku do pečiva, 2 lžíce margarínu, 1/4 lžičky soli, olej na smažení*

Smícháme vařečkou v míse cuketové pyré, mouku, prášek do pečiva, sůl a margarín, utvoříme kouli, z ní válečky jako prsty. Propíchneme je vidličkou a smažíme v oleji do zlatova, hotové otřeme od oleje do ubrousku. Podáváme s miskou ostrého pebre nebo se sladkým sirupem. Zapijíme ryzlinkem.

CHIMICHURRI: *1 rajče, 1 zelená paprika, 2 středně velké cibule, 2 stroužky česneku, 1/2 šálku (125 ml) olivového oleje, 1/2 šálku octa, 2 kávové lžičky petržele, sůl, pepř*

Rajče, papriku a cibule nakrájíme na kostičky a poté rozmixujeme. Přidáme česnek, olivový olej, ocet a petržel. Ochutíme solí a pepřem. Důkladně rozmixujeme. Necháme vychladit a servírujeme s oblíbeným pokrmem.

Carbonada Criolla

3 lžíce oleje, 1 kg zadního hovězího nakrájeného na kostky, 4 rajčata nakrájená na kousky, 1 zelená paprika nakrájená nadrobno, 5 rozdrčených stroužků česneku, 2 bobkové listy, 1 lžička oregána, 2 cibule nakrájené na kolečka, 800 ml hovězího vývaru, 250 ml bílého vína, 3 brambory nakrájené na malé kousky, 3 sladké brambory nakrájené nadrobno, 2 kukuřice nakrájené na kolečka, 2 cukety nakrájené na kostičky, 2 broskve nakrájené nadrobno, 2 hrušky nakrájené nadrobno, sůl, pepř

V hrnci rozpálíme olej a na něm opečeme maso dohněda. Maso vyndáme, do hrnce dáme rajčata, papriku, cibuli a česnek a krátce podusíme. Přidáme vývar, víno a sůl s pepřem a krátce povaříme. Přidáme maso a brambory a na mírném příkonu vaříme 15 minut. Přidáme cuketu a kukuřici a vaříme dalších 10 minut. Přidáme ovoce a vaříme dalších 5 minut.