

Grilovat se dá všude



Podle některých statistik doma pravidelně griluje třetina Čechů. A sezona je v plném proudu, byť se dá grilovat celoročně a vlastně kdekoli. Vyrazili jsme za kuchařem MIROSLAVEM GRUZEM (40) do jeho MG restaurace u mladoboleslavského letiště. A podnikli s ním kulinářskou tour po Evropě. Co připravují na ohni v Itálii, Švýcarsku, Rusku nebo na Balkáně? Jak chutná chmelové prasátko? A jakých jedenáct chyb při grilování nejčastěji děláme?

Kolébku grilování je USA, takže nepřekvapí, že za socialismu jsme této kratochvíli moc neholdovali, v kurzu byla maximálně žulová deska a špekáčky na klacek, dnes už má skoro každá rodina gril. Některé do něj investují i desetitisíce korun, ale protože jsme národ kutilů, mnoho Čechů si ho doma postavilo takřka bez nákladů.

Jaký je ideální? Na dřevěné uhlí, plynový, elektrický? Názory se různí. „Mě nejvíc baví přírodní na dřevěné uhlí. Plynový ani elektrický maso pořádně neovoní. Nejzdravější je určitě grilovat na keramické desce, šťáva vám nekape do žároviště, takže nevznikají karcinogenní látky, ale zase mi to přijde jako orestované na pánvi,“ tvrdí Miroslav Grusz, šéfkuchař restaurace MG, která se nachází u mlado-boleslavského letiště. Naše dvouhodinové venkovní grilování přivábilo i lišku, která prošla dvacet metrů od nás, vůně pečeného masa možná upoutala i sysly, kteří se celou dobu honili po runwayi.

UHLÍ, NEBO BRIKETY?

Grusz si nechal postavit speciální gril, jehož žároviště se dá výškově nastavit podle velikosti grilovaného masa. „Jsem zastáncem grilu otevřeného. S poklopem mi to maso přijde spíš uvařené než ugrilované. Stejně tak raději používám dřevěné uhlí než brikety. Ty sice hoří déle, ale nevoní úplně vábně.“ Jako základ s oblibou používá dřevo ze své zahrady, konkrétně z hrušky a švestky, které voní opravdu neodolatelně. Teprve na něj přijde dřevěné uhlí. Doporučuje na topivu nešetřit. Bezejmenné ze supermarketu vyjde o čtvrtinu či po-



Argentinský vysoký roštěnec neboli rib eye steak. Je třeba, aby uvnitř zůstal růžový. Zkuste ho péct vcelku, pak tolik nehrozí, že ho vysušíte.

lovinu levněji, ale hoří kratší dobu a jeho výhřevnost není taková.

Největším nepřítelem grilování je spěch. Uhlí i brikety je třeba nechat pořádně rozžhavit, třeba v takzvaném startéru, což je otevřený železný válec s děrovaným dnem, u něhož při hoření využijeme komínového efektu. Vyjde na

pár stovek, ale dá se vyrobit i z velké konzervy. Buďte trpěliví a dopřejte palivu čas minimálně dvacet minut. Do středu grilu ho přesypte, až pokud je pokryto bílým popílkem. Tehdy nehoří plamenem (ten nechceme!), ale sálá teplo, což potřebujeme. V této formě rovněž výrazně omezuje vznícení odkapávajícího tuku a po-

„Největším nepřítelem grilování je spěch.“

hlčuje ho. Další chyba? Uhlím zbytečně šetříme. Dodatečné dosypávání není ideální, protože tehdy v grilu vzniká směs hořících a ještě nehořících uhlíků. Pak do ohně foukáme a na mase ulpí odletující popel.

„Startér je fajn, ale obejdu se i bez něj,“ tvrdí Grusz. „Zapálím dřevo, a než

Maso je třeba nechat před grilováním klidně i hodinu odpočívat mimo lednici. Jinak zažije teplotní šok a bude tvrdé.





▲ **Jak krájet steak? Podívejte se, jakým směrem v mase vedou vlákna. Je třeba krájet co nejkratší cestou kolmo přes vlákno. A chce to ostrý nůž!**

se roztopí, je čas na skleničku, nějaký ten vtípek a popovídání. Pak přidám dřevěné uhlí, a než se dostane do požadované teplotní formy, můžu na něj hodit třeba kousky nakrájené bagety a udělat si italskou bruschettu. Když jsou opečené z jedné strany, otočím je a položím na ně nadrobno nakrájená rajčata (nejlépe jen pevnou část bez šťávy a semen) ochucená česnekem, bazalkou, solí, pepřem a olivovým olejem. Nechám je chvíli opéct i z druhé strany a skvělý předkrm je hotov.“ Pak můžeme na gril dát třeba italské klobásky salsicciu nebo bílou bavorskou klobásu. Nebo ruský šašlik (marinované maso na špejli prokládané cibulí a zeleninou). „Maso a zeleninu radši

griluji zvlášť, protože se každé dělá jinak dlouho, takže na špízu máte cibuli často spálenou a maso uvnitř ještě syrové. Pokud do toho stejně půjdete, doporučuji kovové špízy, ty vám na rozdíl od dřevěných neshoří,“ říká s úsměvem Grusz.

Jste-li fanoušky Švýcarska, můžete si připravit raclette (z francouzského racler, tedy škrábat). Je to název sýru, ale také pokrmu, který se z něj připravuje. Na speciálním elektrickém grilu (dříve nad ohněm či jiným zdrojem žáru) se taví polovina kola velkého sýra, z něhož se postupně seškrabuje horní, už roztavená vrstva. Podává se s bramborami ve slupce a nakládanými okurkami a cibulkami. A zapijí se vínem, kombinace s vodou nedělá stejně jako u dalšího švýcarského pokrmu, fondue, dobrotu. Pro odvážnější je tu sázka na francouzskou delikatesu. Pokud máte gril s talem, ogrilujte na něm velmi krátce plátek foie gras (zbytnělých husích nebo kachních jater) zastříknutý portským vínem a podávaný s grilovanými fíky nebo meruňkami. Mimochoodem Francouzi rádi grilují ryby a mořské plody (ústřice, slávky, hřebenatky, humry nebo langusty).

VÍTEJTE NA BALKÁNĚ!

Ale zpátky na náš přírodní gril bez tálu. Naši tour po Evropě zakončíme tipem z Balkánu – pljeskavicou. Konzumuje

10 chyb, které děláme při grilování

- Spěcháme, topivo nenecháme pořádně rozhořet, aby jen sálalo teplo. Ideální teplotu poznáme podle popílku na povrchu briket nebo uhlí.
- S topivem šetříme, brzy nám dohoří a pak musíme dosypávat, čímž nám klesne teplota a pak maso spíš vaříme, než grilujeme.
- Kupujeme hromadu levného jídla, lepší je kvalitní a menší množství.
- Maso utopíme v marinádě, pak zabijeme jeho přirozenou chuť.
- Málo ho osolíme, ale bez soli maso nechutná.
- Zbavujeme maso tuku, ale tuk je chuť. A okrájete se dá případně až potom.
- Steak děláme moc tenký, pak bude samozřejmě vysušený. Vepřový by měl být aspoň dva centimetry vysoký, hovězí klidně tři.
- Dáme ho na gril rovnou z lednice, musí si aspoň pár desítek minut odpočinout při pokojové teplotě, jinak zažije teplotní šok a bude tvrdé.
- Na steak se vrhneme, hned jak ho stáhneme z grilu. Dejme mu pár minut, aby se šťáva rozlila do celého kusu masa. Tím také zkřehne.
- Jíme málo zeleniny. Grilování není ta nejzdravější forma přípravy masa. Dobré je tedy doplnit hodně antioxidantů.

Plamen je nepřítel grilování. Pokud se objeví, znamená to, že jsme uhlí nenechali pořádně prohořet, máme špinavou mřížku, anebo je maso moc blízko žárovíště.



Je libo švýcarský předkrm? Na grilu se dá udělat i syrová pochoutka raclette.

se v Srbsku, Slovinsku, Černé Hoře, Makedonii a Chorvatsku a lze na ni narazit i v Rumunsku nebo Bulharsku. Jedná se o karbanátek ze směsi mletých mas. Ze dvou i více druhů – jehněčího, vepřového, hovězího nebo telecího. Původ má ve městě Leskovac v Srbsku. A podává se na horké desce s přílohami: ajvarem (čalamáda z červených paprik, lilku, chilli a česneku), kajmakem (zkvašené plnotučné mléko, konzistencí podobné tvarohu) a pita chlebem.

„Pljeskavicu dělám nejraději z jehněčího a telecího v poměru jedna ku jedné. K tomu nastrouhám cibuli, přidám pepř, sůl, feferonky a olej,“ prozrazuje Grusz. A doporučuje maso si buď umlít sám, anebo od řezníka přímo před vámi z kousků, které jste si vybrali. „Jediné pak mám jistotu, že mi tam nesemleli něco,



čeho se chtěli zbavit,“ dodává. Ze směsi udělá bochánky velikosti dlaně a dovnitř vloží nějaký pikantní sýr. Například fetu (řecký sýr z ovčího a kozího mléka) nebo taleggio (italský kravský zralý sýr). Ale použít můžete i český pikantní romadur nebo jakýkoli měkčí kozí sýr, to vše se hodí k jehněčímu. „Karbonátky můžete na grilu opřít o sebe, aby se upekly ze všech stran. Doporučuji udělat pořádně, aby měly uvnitř teplotu zhruba 70–75 stupňů.“

I vepřové a kuřecí maso by mělo mít uvnitř teplotu nad 70 stupňů. Pak se nemusíme bát parazita svalovce, respektive salmonelózy. Ale neznamená to upéct kousky masa do bezvědomí, pak těžko zůstanou šťavnaté. Ještě odvážnější můžeme být u kachních prsou, ta se doporučují péct medium rare – aby uvnitř zůstala růžová, stačí jim 57–62 stupňů. U hovězího je ideální vnitřní teplota ještě nižší, konkrétně 53–54 stupňů. Srnčí

„Udělaný holub by měl mít teplotu krve.“

se doporučuje ještě vlažnější a holub by měl mít vnitřní teplotu, jakou měla jeho krev, když byl ještě živý, tedy kolem 40 stupňů. „To samozřejmě předpokládá, že jsme si jisti, že je maso v pořádku,“ dodává Grusz. Proto se nevyplatí na surovině šetřit.

V případě hovězího je dobré vsadit na stařené, tedy správně vyzrálé maso. To poznáte i podle toho, že když do něj pichnete prstem, zůstane v něm důlek.

Ochutnali jsme rib eye (vysoký roštěnec) z Argentiny (kilogram 500–600 korun) a pak americkou top kvalitu US-Prime Beef za víc než dvojnásobnou cenu. Oba měly výbornou chuť, ale druhé maso bylo mnohem křehčí a šťavnatější – hlavně díky většímu obsahu vnitřního tuku, kterému se říká mramorování. Oba steaky byly stařeny takzvanou mokrou cestou ve vakuu. Po otevření obalu se neline úplně libá vůně, což ale neznamená, že je maso automaticky zkažené. Když mu dáme čas, většinou začne příjemně vonět a našedlou barvu změní na krásně červenou.

Svíčková je jediný kousek hovězího, který se hodí na steaky i nestařený. Ale třeba nestařený roštěnec je lepší péct



Místo marinád si zkuste udělat dipy, do kterých se namáčí už hotové maso.

4 TIPY NA DIPY PODLE ŠÉFKUCHAŘE MIROSLAVA GRUSZE

► PLJESKAVICA S AJVAREM

Suroviny: 2 papriky, 4 rajčata, 2 cukety, lilek, jedna hlava česneku

Postup: Vše upečeme doměkka, česnek vyloupeme, vše rozmixujeme a podáváme vychlazené. Sůl a pepř dle potřeby.

► BBQ OMÁČKA K HOVĚZÍMU

Suroviny: 200 gramů rajčat, menší červená cibule nejmenno nasekaná, pět nejmenno nasekaných stroužků česneku (nemačkat a nelisovat), 2 lžíce oleje, 2 lžíce jablečného octa, 3 lžíce worcesterské omáčky, lžička dijonské hořčice, lžíce medu, lžíce citronové šťávy, chilli paprička, trochu čerstvého koriandru a sůl

Postup: Na oleji orestujeme cibuli a čes-

nek, přidáme rajčata, povaříme 15 minut, přidáme zbytek, vychladíme a podáváme.

► CO NA CHMELOVÉ PRASÁTKO

Suroviny: zakysaná smetana, 2 lžíce hrubozrnné hořčice (nejlépe francouzská), lžíce jablečného octa, lžíce melasy, špetka čerstvého libečku a petrželky

Postup: Vše smícháme.

► CO K SRNČÍMU

Suroviny: 2 dcl majonézy, šťáva z půlky citronu a pomeranče, worcesterská omáčka, lžíce kečupu, v hmoždíři rozdrtit trošku fenýklu a jalovce, přidat špetku tymiánu, sůl, pepř a cukr na špičku nože

Postup: Vše smícháme.

Šéfkuchař Miroslav Grusz koncem roku 2015 otevřel vlastní restauraci MG nedaleko Mladé Boleslavi. Vaří zde českou a středomořskou kuchyni.



vcelku jako roastbeef a pak krájel na tenké plátky. To je dobré udělat i s jemnějším masem, tedy například s vepřovou kýtou, aby zůstala uvnitř krásně šťavnatá. „Koupil jsem prasátko, které je zčásti krmené chmelem, takže ho nemusíte nakládat do piva, a ono krásně voní,“ radí zkusit za-

jmavou novinku Grusz. Delšímu pečení na nižší teplotě se říká nepřímé. Maso necháme uprostřed grilu, kde je nejvyšší teplota, jen na chvíli, aby se zatáhlo, a pak ho přesuneme do krajní části, aby se do-dělalo. Uprostřed grilovací plochy máme zhruba 280 stupňů, na kraji 220. Pokud

bychom chtěli ještě méně, část uhlí přesuneme na stranu, kde nic nepečeme. Nebo bychom mohli žároviště snížit – patnáct centimetrů dělá zhruba minus 50 stupňů.

S masem nemusíme dělat nic, rozhodně ho nenaklepáváme, narušila by se jeho struktura a všechna šťáva by přišla vníveč. „Jen ho osolíme, a to důkladně. Nej-

„Marinády a grilovací koření maso zabijou.“

lepší je hrubá mořská sůl, kterou do masa vetřeme, ona pak lépe drží. Neslané maso se nedá jíst. A můžeme opepřit. To stačí. Maximálně ho ještě jemně pokapeme olivovým olejem a rozetřeme. Maso se nám pak nechytí ke grilu a bude mít hezkou kůrčičku. S vepřovým to dělat nemusíme, to je tučné dost,“ vysvětluje Grusz, který není přítelem toho, aby se maso macerovalo v marinádě nebo obalovalo v grilovacím koření. „Tak ho spolehlivě zabijete. Mnohem lepší je připravit si dip a namáčet ho do něj už upečené.“

Milan Eisenhammer



Je libo radler, nebo cider?

Podle dlouhodobého průzkumu Centra pro výzkum veřejného mínění Sociologického ústavu AV ČR, týkajícího se vztahu Čechů k pivu, pije tento nápoj aspoň občas 88 % mužů a 57 % žen. Nejoblíbenějším typem piv jsou stále „desítka“ a ležák českého typu. Především v létě se ale prosazují i „pivní“ nápoje inspirované v zahraničí.

NĚMECKO A RADLER. Radlery (ochucená piva nebo pivní mixy) se staly nečekaným hitem letní sezony v Česku před pěti lety. Zatímco v Německu a Rakousku, kde jsou nejpoblíbenější, mají stabilně podíl na celkovém prodeji piv kolem deseti procent, v Česku měly loni jen 1,4 % trhu. Odbyt těchto pivních limonád klesl k 260 tisícům

hektolitrů, což je jen málo přes polovinu roku 2012. Pokles postihl největší značky, výjimkou je však například trojka trhu Heineken. U Heinekenu podíl nealkoholických ochucených piv tvoří přibližně desetinu prodeje ve srovnání s alkoholickou verzí.

VELKÁ BRITÁNIE A CIDER. Jedním z důvodů poklesu zájmu o alkoholické pivní limonády je nástup ciderů, které jsou oblíbené zejména ve Velké Británii, Francii nebo Španělsku. Prodeje zkvašeného jablečného moštu u nás meziročně několikanásobně rostou. Kupříkladu prodej ciderů u Heinekenu meziročně vzrostl o více než 70 %.

