

Appetit

NAPSÁNO S CHUTÍ

ČERVENEC 2016 • ČR 59,90 Kč/2,39 € SR 2,39 €
07
9 771214 559004

ČERVENEC 2016 * 59,90 Kč/2,39 €

45 nápadů na gril

- ★ vyladěné recepty z celého světa
- ★ skvělé marinády & křupavé přílohy
- ★ tipy od proffků

KOPEČKY SLASTI

OBJEVILI JSME NEJLEPŠÍ
ZMRZLINÁRNY V ČESKU

Žhavá letní jízda

Užijte si speciality latinskoamerické kuchyně

TOHLE BUDETE VAŘIT CELÉ PRÁZDNINY!



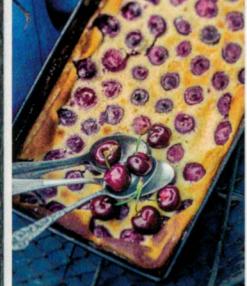
OKURKOVÝ SALÁT str. 57



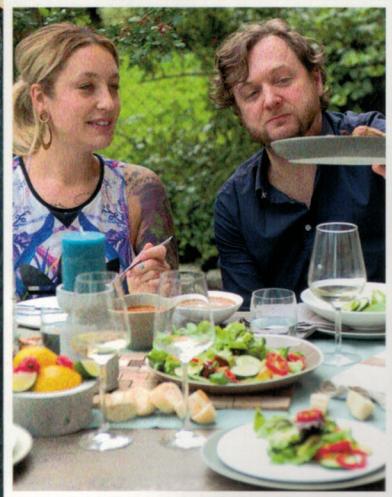
LUXUSNÍ STEAK str. 100



CAIPIRINHA str. 101



TŘEŠŇOVÝ KOLÁČ str. 44



ASIJSKÉ BURGERY PODLE KAMU str. 81



Tropický rybí salát
v tortille, str. 102

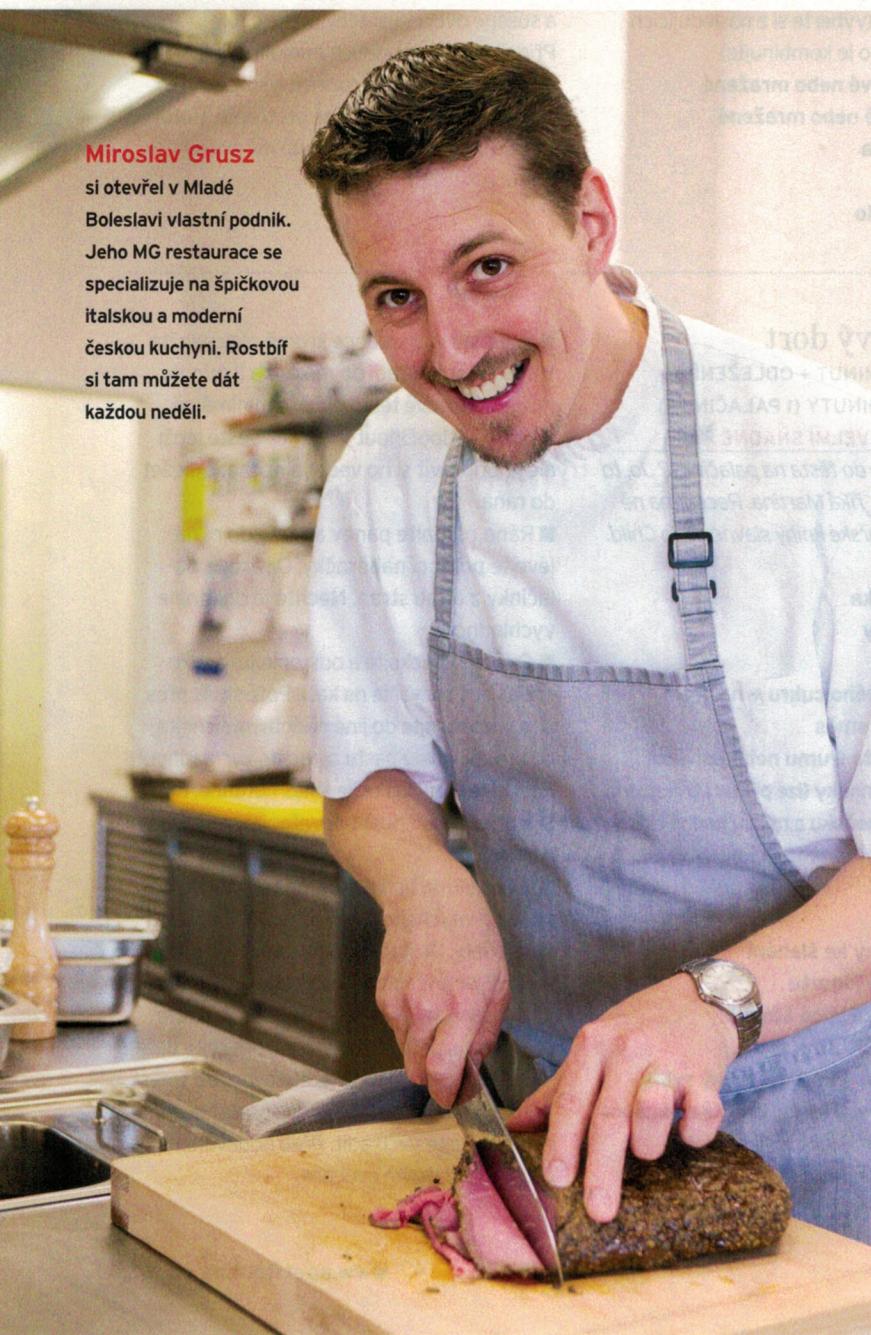
UČÍME SE OD MISTRA: Rostbíf s tatarkou

Už jen pohled na krásně růžové plátky rostbífu potěší oko každého labužníka. Sympatický šéfkuchař Miroslav Grusz z MG restaurace má pro vás neprůstřelný recept, díky kterému zvládne připravit tuhle anglickou klasiku i úplný začátečník!

Připravila KATERINA ŠVEJDOVÁ Foto MAREK KUČERA

Miroslav Grusz

si otevřel v Mladé Boleslavi vlastní podnik. Jeho MG restaurace se specializuje na špičkovou italskou a moderní českou kuchyni. Rostbíf si tam můžete dát každou neděli.



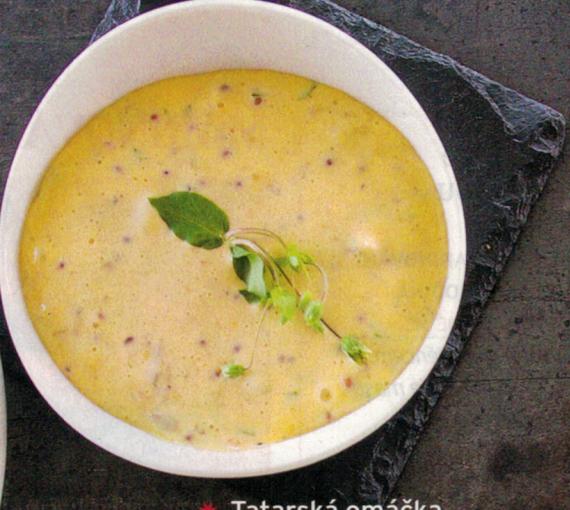
Miroslav Grusz pracoval v kuchyních špičkových hotelů Four Seasons nebo Augustine, byl šéfkuchařem restaurace Aromi a loni si splnil sen a otevřel si vlastní podnik. Moderní designová budova MG restaurace (www.mg-restaurace.com) stojí u letiště v Mladé Boleslavi a specializuje se na italskou a lehkou moderní českou kuchyni. Při jídle se můžete dívat, jak po travnaté letištní ploše hopkají zající a přistávají malá letadla, parašutisti nebo koroptve. Pro Apetit Mirek připravil neprůstřelný recept na rostbíf. Upravil ho pro běžné domácí vaření – odpovídá tedy 4–6 porcím (menší kousek se nevyplatí dělat, to si radši z roštěnky připravte steak), pečlivě vše odvážil a vyladil tak, aby vás doma při přípravě nic nezaskočilo a výsledek byl dokonalý – krásně šťavnatý, na řezu hezky růžový a správně ochucený. Mirkův rostbíf je díky důkladnému marinování příjemně slaný v celém řezu, což nás mile překvapilo. Můžete ho podávat teplý i studený, v parném létě jen s lehkým salátem jako my, jinak třeba klasicky s vařenými bramborami.

Co se naučíte:

- ✓ Univerzální marinádu na maso
- ✓ Udělat maso tak, aby bylo uvnitř krásně růžové
- ✓ Domácí majonézu a z ní tatarskou omáčku
- ✓ Klasickou zálivku na salát



* Lehký listový salát



* Tatarská omáčka



* Rostbíf
v hořčičné krustě

Rostbíf v hořčičné krustě s tatarskou omáčkou

PŘÍPRAVA 25 MINUT + MARINOVÁNÍ

A ODLEŽENÍ ■ PEČENÍ 1 HODINA

■ PRO 4-6 OSOB ■ SNADNÉ ✅

Pracovali jsme s nízkým roštěncem, vysokým zhruba 5cm. Pokud je maso vyšší, marinujte a pečte ho déle.

NA ROSTBÍF

1,1kg nízkého roštěnce (hmotnost před očištěním)

1,5 lžíce mořské soli

3 lžíce worcesterské omáčky

2 lžíce hrubozrnného hořčice

2 lžíce dijonského hořčice

3 lžíce hrubého drceného pepře

NA TATARSKOU OMÁČKU

2 střední žloutky

mořská sůl a čerstvě mletý pepř

125ml slunečnicového nebo

arašídového oleje

125ml panenského olivového oleje

2-3 lžíce láku z nakládaných okurek

1 vrchovatá lžíce nadrobno

nasekaných nakládaných okurek
(nejlépe drobných cornichons)

**1 vrchovatá lžíce kaparů v soli,
opláchnutých a nasekaných
nadrobno**

**1 vrchovatá lžíce nasekané
hladkolisté petrželky**

1 lžíce nasekané pažitky

1 lžíce worcesterské omáčky

**3 sardelové řezy, nasekané
nadrobno**

NA SALÁT

**směs salátových listků podle
vlastního výběru, větší natrhané**

1 lžíce bílého vinného octa

mořská sůl

3 lžíce panenského olivového oleje

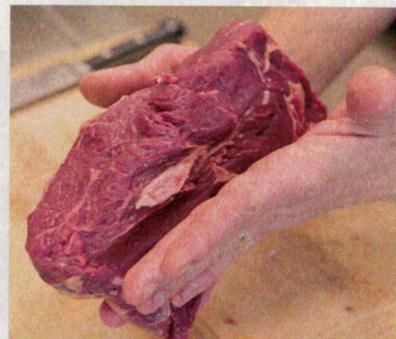
K PODÁVÁNÍ

panenský olivový olej

vločková mořská sůl

**snítky divokého fenyklu a řebříčku
(nemusí být)**

MARINOVÁNÍ a pečení masa



1 Maso nejdřív očistěte a zavádejte tuhé svrchní blány. Někteří kuchaři dělají maso s ní, ale nejdřív jistě a host si ji musí odříznout. Rez veďte těsně okolo ní, abyste nepřišli o žádné maso.

2 Blánu stačí okrojet zhruba do půlky, kde je nejsilnější. My jsme ji ale raději odstranili celou. „Jídlo by stravníkovi nemělo na talíři klást žádný odpor,“ říká šéfkuchař Mirek Grusz.



3 Očistěné maso nejprve důkladně osolte a sůl do něj vmasírujte. Pak jej potřete worcesterem a opět vmasírujte, potom pokračujte hrubozrnou hořčicí, vmasírujte ji a nakonec použijte i dijonovou a opět pečlivě vmasírujte.



5 Okořeněné maso pečlivě zabalte do potravinářské fólie a v chladničce nechte 3 dny marinovat. Pak vyjměte a nechte 30 minut dojít do pokojové teploty. Horkovzdušnou troubu předeňřejte na 160°C. Maso rozbalte, vložte do pekače a pečte 20 minut, aby se zatahlo.

6 Pekáček vyjměte a troubu ztlumte na 100°C. Až na tuto teplotu zchladne, teprve pak do ní vrátěte maso. Pečte dalších 40 minut. Vyjměte a nechte 10-15 minut odpočívat. Pak krájejte na tenké plátky. Můžete nechat zcela vychladnout a potom krájet - zabaleno v chladu vydrží asi 3 dny.

TATARSKÁ omáčka

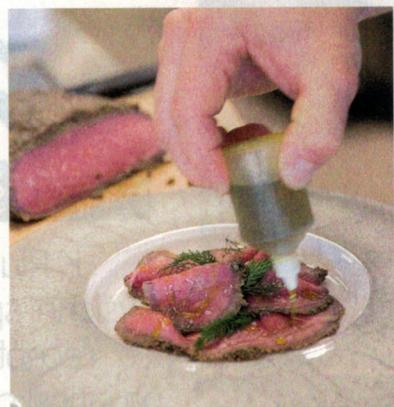


1 Nejdříve si připravte všechny pří-
sady. Olej a žloutky na majonézu
by měly mít stejnou teplotu. Do mísy
dejte žloutky, osolte a prošlehejte.
Za stálého šlehání přikapávejte nejdří-
ve slunečnicový olej.

2 Jakmile se vstřebá, můžete olej
přilévat za stálého šlehání tenkým
pramínkem. Pak pokračujte olivovým
olejem. Když majonéza houstne moc
rychle, používá Mirek šikovný trik - při-
leje trochu okurkového láku.

3 Majonéza je hotová, když je přiměře-
ně hustá a zapracujete všechny olej.
Pak do ní vmíchejte všechny zbývající
příslušenství - množství řídte podle chuti.
Okurkovým lákem dochutte a rozřeďte
podle potřeby. Osolte a opepřete.

SALÁT s vinaigrette



NA ZÁLIVKU: Na klasickou vinaigrette je poměr 1 lžice octa na 3 lžice oleje. Nejprve dejte do mísy ocet a osolte ho. Šlehejte, až se sůl rozpustí, potom zašlehejte olej. Do mísy dejte salátové lístky, přidejte připravenou zálivku a promíchejte. Zálivku přidávejte až těsně před podáváním, aby salát neovadl.

SERVÍROVÁNÍ: Plátky rostbifu rozložte na talíř, pokapejte panenským olivo-
vým olejem a posypte vločkovou solí.
Ozdobte fenyklem a řebříčkem, chcete-
li, a podávejte se salátem a tatarkou.

Tipy pro dokonalý výsledek

■ VYŠší MASO osolte více a marinuj-
te déle. Třeba 8cm vysoký kus masa
můžete marinovat až o 2 dny déle.

■ STŘEDNĚ ROZPÁLENÁ TROUBA
na 160°C zařídí, že se maso sice zatáh-
ne, ale šetrněji, než kdybyste nastavili
třeba 180°C. Při tak vysoké teplotě se

maso smrskne, začne se na povrchu
brzy pálit a teplo neproniká dovnitř
rovnoměrně.

■ DOBA PEČENÍ Když je maso vyšší
než našich 5 cm, počítejte na každý
další centimetr výšky zhruba 5 minut
navíc při druhé fázi pečení při 100°C.

Kdo má teploměr do masa, vyndá rost-
bí při 50 až 52°C ve středu masa.

■ CO DÁL S ROSTBÍFEM Nemá
cenu dělat malý kousek, 1 kilogram je
nejmenší rozumné množství. Studený
a tence nakrájený je skvělý v nejrůzněj-
ších sendvičích a salátech.