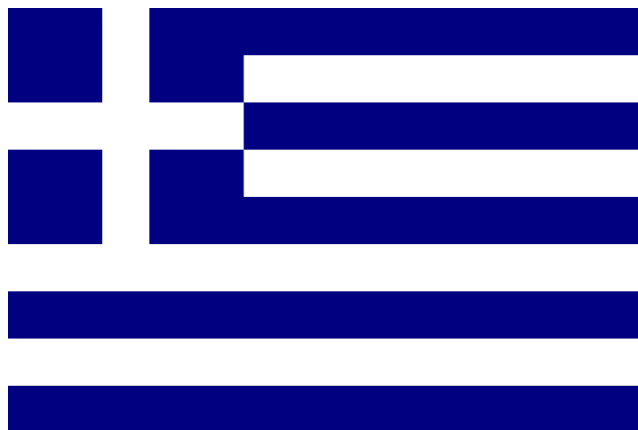


MEZINÁRODNÍ KUCHYNĚ V NAŠÍ ŠKOLNÍ JÍDELNĚ

Naše školní jídelna připravila pro své strávníky v letošním školním roce projekt Dny mezinárodní kuchyně. Strávníci mohou poznat a ochutnat jídla, která se vaří v některých zemích světa. Pro měsíc ÚNOR jsme vybrali kuchyni **ŘECKOU**.



Jídelníček v úterý 20. 2. 2018:

řecká sváteční polévka Augolemono - Καλό γούστο

řecký guláš Kokkinisto, chléb - Ελληνική γκούλας κοκκινιστό, ψωμί

mléko, nápoj - ποτό γάλακτος

ovoce - Φρούτα

Καλό γούστο – dobrou chuť

Řecká kuchyně

Řekové rádi užívají života a jídlo a pití je jedním z projevů tohoto užívání. Místní lidé se scházejí s přáteli a jedí v restauracích vcelku pravidelně bez ohledu na společenské postavení. Řecká kuchyně patří k nejlepším na světě a celá řada místních jídel se stala dobře známými i v zahraničí.

Středomořské klima umožňuje pěstování mnoha zemědělských plodin, takže si Řekové potrpí na čerstvé ingredience, podobně jako je tomu i v jiných středomořských kuchyních.

Nejcharakterističtější a nejstarší přísadou je olivový olej, který je obsažen téměř v každém jídle. Dále se hojně používají olivy (nejznámější jsou černé olivy z města Kalamata), rajčata, papriky, lilky, cukety, cibule, brambory, zelené fazole a okra (jedlý ibišek). Koření s celou řadou bylinek, asi nejtypičtějšími je oregano, máta a muškát.

Co se týče druhů masa, maso z ovcí a koz je daleko běžnější než ze skotu, pro jehož chov nejsou v Řecku příznivé podmínky. Světoznámý je sýr feta, tvarohový sýr ve slaném nálevu z ovčího či kozího mléka (sýr „balkán“ je naše obdoba fety). Zcela běžná jsou samozřejmě rybí jídla, zejména na pobřeží. Oblíbený je také jogurt, do něhož se často přidává vyhlášený řecký med.

V Řecku se pěstuje mnoho druhů ovoce – pomeranče, vodní melouny, broskve, hroznové víno, ale i takové druhy jako fíky, opuncie, lokvát a kiwi. Ovoce je však přece jen dražší než salátová zelenina.

Ačkoliv se Řekové nemají s Turky příliš v lásce, v řecké kuchyni je jasně patrný vliv turecké a balkánské kuchyně, což je pozůstatek dob Osmanské říše. Zajímavé je, že jídla se v Řecku donedávna podávala vlažná, protože Řekové to tak mají nejraději. Starý vtip říká, že manželka volala manžela k obědu se slovy: „Pojď jíst, než ti to jídlo zteplá!“ Většina restaurací se však už přizpůsobila chuti turistů, kteří chtějí jídlo horké.

TYPICKÁ ŘECKÁ JÍDLA

Tzatziky – studený pokrm z filtrovaného (přecezeného) jogurtu (v Řecku i Turecku bývá z ovčího či kozího mléka), okurek a česneku. Přidává se také olivový olej, ocet a bylinky (kopr).

Gyros (řecká výslovnost „jiros“) – řecký fast food, který se rozšířil po celé Evropě. Jde o kořeněné maso opékané na obrovské vertikální grilovací jehle. Maso se opéká postupným otáčením grilu a od kraje se postupně odřezávají jednotlivé kousky. Jde o obdobu tureckého döner kebab a arabské šawarmy. V Řecku se nejčastěji prodává v pitě (chlebová placka) s rajčaty, cibulí a s tzatziki, v dnešní době už také s hranolkami. Názvem gyros se označuje nejen grilované maso, ale i celý takto vytvořený sendvič, někdy se zase celému sendviči říká „souvlaki“. Na gyros se používá kuřecí, vepřové nebo jehněčí maso.

Souvlaki – fast food z malých kousků masa a někdy zeleniny, grilovaných na menší jehlici v horizontální poloze. Jde o obdobu tureckého šiš kebabu. Podávat se může také jako sendvič v pitě se stejnými přísadami jako gyros nebo přímo na jehle anebo na talíři např. s rýží. Terminologie je dost matoucí, protože pro sendvič s gyrosem se také někdy používá název souvlaki.

Řecký salát (choriatiki salata – doslova „vesnický salát“) – salát, který je v Řecku všude přítomný. Obsahuje rajčata, papriky, okurky, cibuli, olivy a sýr feta, to vše je ochuceno oreganem a zalito olivovým olejem.

Musaka (moussaka) – mezinárodně známé řecké jídlo. Přestože se dělá i v Turecku, na Balkáně a na Blízkém východě a slovo pochází z arabštiny, je musaka známá především jako řecké jídlo. Tvoří ji několik na sebe kladených a zapečených vrstev různých pochutin. Tři základní (tradiční) vrstvy jsou tvořeny plátky lilku (méně často cuket), mletým jehněčím masem a bešamelovou omáčkou (ta se dělá z horkého mléka a jíšky z mouky a tuku), dále se přidávají rajčata, koření a často také brambory.

Avgolemono – tradiční polévka, která se vaří ve svátek. Doslovný překlad zní „vejce citron“. Základem polévky je kuřecí vývar, který se vaří s rýží a kousky masa, než se do něj přidají dvě základní přísady – vejce a citron. **TU MY VÁM PŘIPRAVÍME :o)**