

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 K V Ě T E N jsme vybrali kuchyni ČÍNSKOU.



Jídelníček v PÁTEK 25. 5. 2018:

Čínská zeleninová polévka - 中国蔬菜汤 - Zhōngguó shūcài tāng

pečené čínské nudle s kuřecím masem a zeleninou
烤鸡肉和蔬菜中国面条 - Kǎo jīròu hé shūcài zhōngguó miàntiáo

Ovoce - 水果 - Shuǐguǒ

mléko, nápoj - 牛奶, 喝 - Niúǎi, hē

dobrou chut' - 好味道 - Hǎo wèidào

Čínská kuchyně

Čínská kuchyně se vyznačuje především neobyčejnou rozmanitostí a různorodostí. Čína je velká země a mezi kuchařskými zvyklostmi v jednotlivých regionech panují velké rozdíly. Regionální kuchyně se od sebe odlišují používanými surovinami, přísadami i způsobem přípravy. Rovněž národnostní menšiny, žijící v Číně, jako Tibeťané, Ujgurové, Mongolové, Miaové, Hakkové aj. Pod souhrnným označením čínská kuchyně se tedy ve skutečnosti skrývá velké množství kuchařských stylů.

Regionální kuchyně

- **Pekingská** – kuchyně severní Číny, hlavně provincií Che-pej i Šan-tung. Jídla jsou mírně kořeněná, často vařená v páře nebo grilovaná, jako např. pekingská kachna. Jako příloha se podávají spíše nudle než rýže.
- **Kantonská** – kuchyně jižní Číny, zejména Kantonu a Hongkongu, v Evropě nejoblíbenější, pokrmy jsou obvykle smažené na woku, mají jemnou, sladkokyselou chuť. Používá se rýže, ryby, plody moře, různá exotická masa (psí, hadí aj.)
- **Anchuejská** - kuchyně hornaté oblasti An-chuej, bohatá na jídla z vepřového masa, hub a bambusových výhonků
- **Šanghajská** – kuchyně východní Číny v oblasti Šanghaje, Su-čou, Chang-čou i Nankingu, jídla mají jemnou, nasládlou chuť, oblíbené jsou knedlíky a taštičky z rýžového těsta.
- **Sečuánská** – kuchyně jihozápadní Číny (provincie S'-čchuan) bohatá na jídla z drůbeže a hovězího, hodně pikantní, kořeněná chilli a sečuánským pepřem, typická jsou jídla uzená teplým kouřem.
- **Chunanská** – kuchyně střední Číny v povodí řeky Jang-c'-ťiang, bohatá na sladkovodní ryby a hojně kořeněná zázvorem a chilli.
- **Fuťienská** – kuchyně jihovýchodní Číny (provincie Fu-ťien), proslulá polévkami, smaženými závitky a taštičkami a kvalitní sójovou omáčkou.
- **Sint'iangská** – kuchyně oblasti Sin-ťiang na západě Číny, obývané převážně muslimy. Jídlo se opéká nebo vaří v hliněném hrnci na otevřeném ohni. Oblíbené je skopové maso a sušené ovoce. Jako příloha slouží nudle nebo placky.
- **hakka** - kuchyně etnické menšiny Hakka ve východní Číně. Je vydatná, bohatá na pokrmy z hub a kuřecího masa. Jídla jsou často ochucovaná glutamanem sodným.
- **Nyonya** – Kuchyně čínských menšin v Malajsii, Indonésii a Singapuru, mísí vlivy čínské, malajské a thajské kuchyně.
- **Čchaošanská** – kuchyně jihočínské oblasti Čchao-šan v provincii Kuang-tung, bohatá na plody moře a vegetariánská jídla z tofu.

Způsoby úpravy pokrmů

V čínské kuchyni je známo velké množství způsobů přípravy jídla. Velmi časté je rychlé smažení na pánvi wok. Upravuje se tak především maso, zelenina, tofu, houby, nebo předem uvařené nudle či rýže. Oblíbené je rovněž vaření v páře, vaření ve vodě či ve vývaru, dušení, vaření v otevřeném kotlíku, uzení za tepla či grilování. Maso, zelenina i ostatní přísady se většinou upravují pokrájené na nudličky či kostky, málokdy na plátky nebo v celku.

Stolování

Čínská, ale také korejská a japonská kuchyně klade velký důraz na estetickou úpravu pokrmů. Číňané věří, že příprava jídla nemá být jen řemeslo, ale zároveň umění. Při stolování se používají hůlky, polévky se jí lžící, obvykle porcelánovou. Některé pokrmy, např. pekingská kachna, se však jedí rukama. Na stole nesmí chybět různé omáčky, nakládaná zelenina a koření, jimž si stolující mohou dochutit jídlo nebo do nich namáčet jednotlivá sousta.

Všechny pokrmy se servírují současně, každý ze stolujících má před sebou misku, do které si nabírá z pokrmů na stole. Přednostně jedí starší lidé a muži. Za těžký prohřešek proti etiketě se pokládá, pokud někdo zapíchne jídelní hůlky do zbytků jídla v misce, protože to připomíná způsob obětování jídla zemřelým předkům.

Během jídla pijí Číňané nejraději zelený čaj, po jídle je zvykem podávat malé množství sladkého alkoholického nápoje, např. vína ze švestek nebo liči.

Suroviny

Suroviny čínské kuchyně jsou velmi rozmanité, pro cizince často překvapující, fantastické či dokonce nechutné a děsivé. To platí zejména pro kantonskou kuchyni, v níž se připravují pokrmy z masa a vnitřností téměř všech druhů živočichů. Přísloví říká, že „v Kantonu snědí všechno čtyřnohé, kromě stolu, všechno létající, kromě papírového draka a všechno plovoucí ve vodě, kromě člunu“. Mezi takovéto nezvyklé přísady patří nejen maso psů, koček či hadů, žabí vaječníky, ptačí pařáty či silně nasezená vejce s již téměř vyvinutým zárodkem, ale také žraločí ploutve, mořští sumýši, chaluhy, nejrůznější houby včetně parazitických druhů či dokonce hnízdo ptáka salangany, vytvořené z jeho ztuhlých slin.

Nejdůležitější přísady a suroviny čínské kuchyně

1. bambusové výhonky
2. černé houby
3. pasta z černých bobů
4. pepř sečuánský
5. rýžové víno
6. sójová omáčka
7. šalotka
8. tofu
9. zázvor
10. šitake

Nejznámější čínské pokrmy



Polévka [Dàzhǔ gānsī/Ta-ču kan-s](#) je vyrobena z jemně nakrájeného sušeného tofu, kuřecího masa, šunky a bambusových výhonků. Přísady je třeba doplnit krevetou.



„Lví hlavy“, tradiční pokrm z [Ťiang-su](#) na východě Číny



La-c' Ťi/Lází Ji, smažené kuře s chili a [pepřem sečuánským](#)



Smažený celý okoun. Nakrájený zázvor s jarní cibulkou jsou obvykle rozloženy nahoře.