

MEZINÁRODNÍ KUCHYNĚ V NAŠÍ ŠKOLNÍ JÍDELNĚ

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



Jídelníček v ÚTERÝ 24. 4. 2018:

Polévka ruské šči - суп Русский Ske

Hovězí stroganov - говядина строганов

Dušená rýže - приготовленный на пару рис

mléko, nápoj - молоко, напитки

dobrou chut' - хороший вкус

Ruská kuchyně

Ruská kuchyně má svůj původ v obyčejné stravě rolníků, kteří často žili ve velmi drsném klimatu. Živilí se především bramborami, kapustou, okurkami, cibulí a samozřejmě chlebem. Jednoduchou stravu si ochucovali kysanou smetanou, koprem či petrželí. Na dlouhou zimu většinou nakládali zeleninu a z ovoce si dělali džemy.

Sklizeň žita, ječmene, pšenice a prosa umožňovala výrobu mnoha druhů chleba, palačinek a lívanců, ale také vodky, piva a kvasu. Brambory, které přivezl do Ruska podle legendy car Petr I. Veliký z Holandska, nejprve někteří konzervativci odmítali jako „d'áblovo jablko“, ale v roce 1840 bylo jejich hromadné sázení nařízeno a brambory se staly „druhým chlebem“ nejchudší vrstvy obyvatelstva.

Kromě rolnické stravy položily základ ruské kuchyni i dary přírody jako např. ryby, zvěřina, houby, bobulovité ovoce a med. Základní potraviny mají v ruské kuchyni stále významné postavení. Patří k nim tmavý chléb, na který jsou Rusové hrdí a považují ho za nejlepší na světě, brambory (kartoška) a kaše (kaša), která bývá ovesná nebo z pšenice, pohanky či prosa. Obilná kaše náleží k historicky nejstarším jídlům vůbec.

Všudypřítomnou ingrediencí v Rusku je kysaná smetana

Jídlo

Boršč – polévka, jejímž základem je vývar z kostí a masa (v Rusku obvykle hovězího) spolu s červenou řepou a jinou zeleninou. Bohatší verze této polévky se podává se slušnou porcí zakysané smetany. Ukrajinská varianta se připravuje spíše z vepřového masa a klade důraz na sytě červenou barvu.



Šci – kapustová /zelná/ polévka, která byla po tisíc let nejčastějším prvním chodem oběda jak u chudých lidí, tak u šlechty. Kromě samotné kapusty /zelí/ obsahuje maso, mrkev nebo petržel a koření. Také do šci se přidává smetana. Kyslejší varianta se připravuje z kyselého zelí.

Soljanka – velmi hutná polévka s kusy masa nebo ryby se zeleninou. Kyselo-slanou příchuť jí dodávají přísady jako olivy, citron, rajčata, nakládané houby a okurkový nálev.



Rassolnik – další kyselo-slaná polévka z nakládané zeleniny. Jejím základem je okurkový nálev a samozřejmě jsou v ní obsaženy i neutralizující přísady jako např. ledvinky, drůbeží droby, brambory, zelenina. Navrch se přidává opět smetana.

Šašlik – obdoba tureckého „šiš kebabu“ – marinované kousky masa grilované na jehlici. Maso je prokládáno cibulí. Šašlik je velmi populární v řadě zemí bývalého Sovětského svazu. Jeho název zřejmě převzali ruští kozáci od krymských Tatarů, jejichž území kdysi patřilo k Turecku.

Bliny – tenké palačinky podobné francouzským crêpes. Nejčastěji se dělají z pšeničné mouky, méně často z pohanky či jiných obilovin, s nejrůznějšími sladkými i slanými náplněmi. Mastí se máslem a někdy se přidává kysaná smetana.

Pelmeně - malé knedlíčky (či taštičky) z tenkého těsta plněné masem. Vaří se ve vodě a podávají s máslem a/nebo smetanou (případně hořčicí, křenem, octem...). Jsou podobné italským ravioli.



Pirožki – tradiční pokrm z kynutého (nebo i jiného) těsta plněného např. masem, vejci, bramborami, zelím, houbami, tvarohem a jinými náplněmi.

Kaviár - rybí jikry považované v mnoha zemích za pochoutku. Nejvyšší kvalita kaviáru pochází z Íránu a Ruska - z oblasti Kaspického moře. Cena kaviáru závisí na druhu ryby a na množství použité soli a konzervačních látek. Čím méně těchto látek obsahuje, tím je jeho cena vyšší a doba trvanlivosti kratší. Pravý kaviár, který je nejdražší, je černý a dělá se z jiker jesetera. Vzhledem k jeho vysoké ceně a také k vymírání populace jeseteru v důsledku jejich lovu se jedí i jiné druhy kaviáru, např. z jiker lososa, které jsou červené. Zatímco ve světě je kaviár symbolem luxusu, v Rusku je běžnější pochutinou, i když také poměrně drahou. Rusko je největším producentem kaviáru na světě. Tradičně se kaviár podává s toastem a máslem nebo se dává na bliny.



Zmrzlina (moroženoje) – je národní vášní, Rusové jí spořádají tuny a není neobvyklé vidět je jíst zmrzlinu venku i v zimě.

Pití

Káva – je v zemi také běžně k dostání, ale zdaleka ne tak oblíbená jako čaj.

čaj – v Rusku velmi oblíbený nápoj, který se pije téměř ke každému jídlu. Čaj je vždy slazený, ale ne vždy cukrem, běžné je i slazení džemem. Chloubou domácností bývají krásně zdobené samovary, které patří k ruské kultuře už od 18. století. Samovar slouží k rychlejšímu ohřátí vody, tradičně za pomoci dřevěného uhlí. Vnitřkem samovaru prochází trubice s dřevěným uhlím, která ohřívá okolní vodu. Na vrcholu samovaru je potom konvička, v níž se ohřívá velmi silný čajový koncentrát. Malé množství tohoto koncentrátu se následně nalije do hrníčku a zalije horkou vodou. Dnes už se používají spíše elektrické samovary, které fungují podobně jako rychlovarná konvice.



RUSKÉ MENU