

## Jídla slovenské kuchyně

---



Slovensko je svou rozlohou v poměru k rozmanitosti originálních receptů na jídla nepatrné. Člověk neznalý zeměpisných poměrů by při pohledu na přehled speciálních jídelních předpisů hádal na zem rozlehlou a bohatou na hory i rozsáhlé vodní plochy, včetně úrodných nížin, na zem s podnebím horkým, přímo žhavým, až po stále zasněžené pláně a hory arktického charakteru. Přitom na rozloze 49 035 km čtverečních s 5,4 mil. obyvatel skutečně najdete vše výše uvedené.

## Den v balóně

### Snídaně - raňajky:

Začneme třeba v Trenčíně (v nedalekých Zlatoucích je likérka, kde býval ředitelem Alexander Dubček). Každý Slovák začíná den kapkou něčeho páleného. Obvykle je to slovenský národní alkoholický nápoj - 40% Slovenská borovička (v Čechách se podobný alkoholický nápoj nazývá Jalovcová) = „Čechova smrt“. Následuje dle náтуры: špek, klobása, cibule, chleba. Pro ty méně otrlé například:

### Opekance

*20 g droždí, trochu mléka, sůl 20 g práškového cukru, 500 g mírně ohřáté hladké mouky, hrubá mouka na posypání.*

**Posypání:** *80 g mletého máku, 60 g práškového cukru, 80 g másla, trochu mléka, 50 g medu*

Do malého množství mléka rozdrobíme droždí, přidáme trochu soli, cukr a tři lžíce mouky, vše dobře promícháme a necháme zkvasit na teplém místě. Ostatní mouku prosijeme do porcelánové mísy, přidáme kvásek, podle potřeby vlažné mléko a vymísíme řidší těsto. Povrch těsta poprášíme moukou, přikryjeme čistou utěrkou a necháme v teple vykynout.

Vykynuté těsto dáme na vál posypaný moukou. Odkrojíme z těsta kousek, rozválíme na váleček v síle prstu, posypeme moukou a pokrájíme na kousky dlouhé cca 1 cm. Vzniknou nám tak malé buchtičky. Opět je poprášíme moukou a ukládáme na pomaštěný pečicí plech tak, aby byl každý opekanec zvlášť. Ještě nějakou dobu je necháme kynout a následně je upečeme ve vyhřáté troubě. Před podáváním se opekanec spaří za občasného promíchání ve vařící vodě, scedí, dají se do mísy. Posypeme je umletým mákem smíchaným s moučkovým cukrem. V malé nádobě rozpustíme máslo, které následně zalijeme mlékem, přidáme med a zamícháme. Směs necháme projít varem, odstavíme z kamen a ještě horkou směsí polijeme opekanec a okamžitě podáváme.

Opekanec mají krajově několik variant přípravy. V menším provedení se nazývají pupáčky nebo pupáky.

## Pupáčky

*5 rohlíčů, mléko, práškový cukr, mák, máslo*

Rohlíky pokrájíme na kousky dlouhé 1,5 až 2 cm, nasucho je opečeme v troubě, polijeme vroucím mlékem, aby zůstaly vláčné, posypeme cukrem a mletým mákem. Omastíme rozehřátým máslem.

Podává se s bílou kávou, kakaem, čajem.

Balón s námi vzlétl a nabral směr jihozápad. V dálce mizel Trenčinský hrad a pod námi se objevily zříceniny Beckova, následně se rýsovaly skály se stěnami sídla Čachtické paní. To již nám začalo pomalu kručet v břiše a blížil se čas dopolední svačiny. Zvolili jsme vhodné místo na břehu Váhu ve světoznámém lázeňském městě Piešťany, kde jsme si dali s dobrým chlebem něco lehčího.

## Dopolední svačina - desiatá:

### Brynzová nátěrka (pomazánka)

*150 g bryndzy, 60 g másla, sůl, kmín, 1 kávová lžička červené papriky, trocha mléka nebo smetany, 20 g cibule, pažitka*

Do mixéru vložíme bryndzu, máslo, sůl, kmín, červenou papriku, přilijeme trochu mléka nebo smetany a vše rozmixujeme. Následně přidáme nadrobno posekanou cibuli, pažitku a ještě promixujeme.

Můžeme i experimentovat.

### Brynzová nátěrka se sardinkami

*150 g brynz, 60 g másla, 1 kávová lžička plnotučné hořčice, 4 sardinky i s olejem, trochu mléka nebo smetany, 20 g cibule, 1 vejce uvařené na tvrdo*

Do mixéru vložíme brynzu, máslo, hořčici, sardinky i s olejem, trošku mléka nebo smetany a rozmixujeme. Následně přidáme nadrobno posekanou cibuli, nadrobno posekané na tvrdo uvařené vejce a promícháme (nemixujeme).

Lze zapít mlékem, jak sladkým, tak kysaným.

V jedné z poetických kaváren jsme u kávy ochutnali

## **Piešťanské rezy**

*½ kg hladké mouky, 250 g másla, 150 g práškového cukru, 1 vejce, ½ balíčku prášku do pečiva, 3 lžíce mléka, 10 g droždí*

Do prosáté mouky rozdrobíme máslo, přidáme cukr, vejce, prášek do pečiva a v mléku rozpuštěné droždí. Těsto dobře vypracujeme a rozdělíme na čtyři díly. Každý díl rozválíme a zvlášť upečeme. Upečené díly spojíme náplní a následně pokrájíme na rezy.

### **Náplň do řezů**

*6 dl mléka, 6 lžic hladké mouky, 6 lžic krystalového cukru, 150 g másla, 150 g práškového cukru*

Do mléka zamícháme hladkou mouku a uvaříme hustou kaši. Zkaramelizujeme krystalový cukr a vlijeme do kaše. Dobře promícháme a necháme vychladnout. Vymícháme máslo s práškovým cukrem a smícháme s vychladlou kaší.

Po vykoupaní v jednom z četných termálních bazénů jsme si na cestu do balónu s sebou vzali místní specialitu, lázeňské oplatky. Počasí nám přálo a již jsme se těšili na oběd plánovaný v hlavním městě Slovenska - Bratislavě, která leží na březích Dunaje v jednom z nejnižších míst Slovenska, jehož nejnižší bod leží na řece Bodrou v 94 m nad mořem. Jídla zde vařená jsou inspirována vlivem sousedních států - Maďarska, Rakouska, hlavně města Vídně, se kterou byla kdysi Bratislava spojena elektrickou drahou.

## **Oběd - obed:**

### **Predjedla:**

## **Bratislavský šalát**

*Celý celer, dvojnásobné váhové množství brambor, olej, 3 lžíce octa, 1 lžíce plnotučné hořčice, 2 cibule, 2-3 jablka, 2-3 vejce, sůl*

Do trochu oslazené a osolené vody vložíme oloupaný celer a uvaříme do měkka. Zvlášť uvaříme dvojnásobné množství brambor. Vařené brambory oloupeme a ještě teplé spolu s celerem rozkrájíme na kostky. Mezitím si připravíme půl hrnku oleje, přidáme do něj 3 lžíce octa, lžici plnotučné hořčice, nadrobno pokrájené cibule, jablka a natvrdo uvařené vejce. Můžeme přidat i pokrájeného matjesa nebo sledě. Vše společně s bramborami a celerem řádně promícháme.

## Dunajský šalát

*Hlávka bílého zelí, sůl, pepř, 100 g špeku nebo slaniny, 1 cibule, 2 lžice octa, polévkové koření, 1 vejce, 2,5 dl kyselé smetany*

Hlávku tvrdého bílého zelí nadrobno pokrájíme, osolíme, opeříme, vše promícháme. Nadrobno pokrájíme slaninu, opražíme ji. Přidáme jemně pokrájenou cibuli, 2 lžice octa a trochu polévkového koření. Do této směsi vložíme pokrájené zelí a chvíli dusíme. Před podáváním přimícháme do studeného salátu žloutek, promíchaný s několika lžicemi kyselé smetany.

Salát můžeme podávat i jako teplý.

## Polévka - polievka:

### Kapustnica (zelňačka)

*300 g uzeného masa, 10 g sušených hub, sůl, 1 svazek polévkové zeleniny, 300 g kvašeného zelí, 1 polévková lžice nadrobno pokrájeného špeku nebo slaniny, 1 cibule, 1 lžice hladké mouky*

Maso a houby vložíme do malého množství vody, osolíme a uvaříme. Krátce před dovařením přidáme očištěnou zeleninu nadrobno pokrájenou. Kyselé zelí posekáme nadrobno a v troše vody uvaříme doměkka. Masový vývar přecedíme na kyselé zelí. Slaninu opečeme s cibulkou pokrájenou nadrobno dohněda, přidáme mouku a vymícháme zápražku, kterou zahustíme polévku. Nakonec polévku ochutíme a zamícháme do ní maso, zeleninu a houby, všechno pokrájené na proužky.

### Kapustnica II.

*500 g kysaného zelí, voda, 10 g sušených hub, 100 g sušených švestek, 2,5 dl kyselé smetany, 30 g hladké mouky, sůl, dobrá domácí uzená klobása*

Kyselé zelí pokrájíme, zalijeme vodou, přidáme houby a vaříme. Později umyté sušené švestky a uzenou klobásu. Když je všechno měkké, zahustíme polévku kyselou smetanou, ve které jsme rozmíchali mouku. Osolíme a opět povaříme.

### Šošovicová (čočková) polievka so sušenými slivkami (švestkami)

*350 g čočky, 150 g sušených švestek, 80 g oleje, 50 g hladké mouky na zápražku, 100 g mléka, ocet, sůl, cukr*  
Přebranou a dopředu namočenou čočku dáme vařit do vody. Když je čočka zpola uvařená, přidáme do ní sušené švestky a dovaříme do měkka. Z oleje a z mouky připravíme světlou jíšku, rozředíme ji mlékem, vlijeme do polévky a opět povaříme. V závěru polévku ochutíme octem (citrónem), solí a cukrem.

## Hlavní jídla - hlavné jedlá:

## Slovenský guláš

*400 g hovězího masa, 60 g tuku, 100 g cibule, 1 lžička červené papriky, sůl, mletý kmín, 400 g brambor, pepř*  
Hovězí maso rychle umyjeme a nakrájíme na kostky. Na hlubokém kastrolu rozpustíme tuk, přidáme očištěnou, nadrobno rozsekanou cibuli a necháme zpěnit. Přidáme červenou mletou papriku, pokrájené hovězí maso, posolíme a podusíme. Když se šťáva vydusila, podlijeme základ horkou vodou a dále dusíme téměř do měkka. Následně přidáme očištěné, na kostky pokrájené brambory, mletý kmín, mletý černý pepř a vše dusíme do měkka.

## Bratislavská pečenka

*400 g vepřové svíčkové, 60 g tuku nebo oleje, 1 cibule, hladká mouka, rajčatový protlak, 2,5 dl sladké smetany, 100 g másla, sůl, konzerva zeleného hrášku, těstoviny*  
Vepřovou svíčkovou pokrájíme na malé plátky, slabě naklepeme (nejlépe hranou dlaně), osolíme a opečeme na pánvi na tuku nebo na oleji z obou stran. Opečené maso odložíme na teplé místo. Na tuku od pečení zpěníme nadrobno posekanou cibulku, zaprášíme moukou, opražíme, zalijeme trochou vody a povaříme. Přidáme rajčatový protlak. Přilijeme skleničku smetany. Zjemníme kouskem másla a osolíme. Do omáčky vložíme opečené maso. Přidáme zelený hrášek (asi ½ malé konzervy) a několik minut dusíme. Podáváme s těstovinami, např. se špagetami.

## Zákusek - zákusok:

### Bratislavské rožky

*450 g polohrubé mouky, 60 g práškového cukru, 2 žloutky, 1 vejce, 400 g hladké mouky, sůl, 25 g droždí, 2 dl mléka*

Máslo s cukrem mícháme do zpěnění. Přidáme žloutky, celé vejce a vše ještě chvíli mícháme. Přidáme polohrubou mouku, sůl a v mléce vzešlé droždí. Dobře vypracujeme těsto, které necháme vykynout na teplém místě. Vykynuté těsto rozválíme na moukou vyspaném vále. Rozkrájíme na čtverce a naplníme ořechovou náplní. Naplněné čtverečky zkroutíme do tvarů rohlíků a ještě necháme kynout. Po vykynutí rohlíčky ukládáme na vymaštěný pečicí plech. Potřeme žloutkem a pečeme v dobře vyhřáté troubě.

#### Ořechová náplň:

*150 g mletých ořechů, 50 g piškotových drobků, 40 g medu, 60 g práškového cukru, 1 balíček vanilkového cukru, 1 dl smetany nebo mléka*

Mleté ořechy smícháme s piškotovými drobkami, přidáme rozpuštěný med, práškový cukr, vanilkový cukr, smetanu nebo mléko a dobře zamícháme.

Během oběda se počasí změnilo a vítr začal foukat severovýchodním směrem. Pro naši cestu za jídelními specialitami Slovenska to byla velká výhoda. Balón s námi nabral směr na Trnavu a pod námi běžela krajina plná vinic, na kterých zráló výborné víno, jímž jsme si při loučení s hostiteli v Bratislavě připili. Po dobrém obědě však byla gondola balónu přetížena a museli jsme přikročit ke shazování zátěže. Když jsme právě vysypávali třetí pytel písku, zjistili jsme, že jej spouštíme přímo na hlavy našich přátel v Nitře, kteří na naši

návštěvu čekali s další slovenskou specialitou – haluškami. To byl právě čas na odpolední svačinu. Proto jsme se s balónem spustili přímo před jejich dům. Paní domu je vyhlášená kuchařka, která zná mnoho receptů na slovenská národní jídla.

## Odpolední svačina - olovrant:

### Halušky s brynzou

*1 kg syrových brambor, 1-2 vejce, hladká mouka, sůl, brynza, slanina*

Očištěné syrové brambory postrouháme, osolíme, přidáme vejce a tolik hladké mouky, abychom dostali řídké těsto. Do vařící osolené vody házíme z prkénka pomocí nože malé halušky, povaříme je a vybereme z vody. Hotové halušky posypeme brynzou a polijeme horkým omastkem nebo nadrobno pokrájenou opraženou slaninou.

### Sýrové halušky

*½ l mléka, 150 g másla, sůl, hrubá mouka, 6 vajec, 100 g nastrouhaného sýru, muškátový oříšek, zelenina na přílohu*

Do ½ l mléka dáme 6 lžic másla, špetku soli, přivedeme do varu, následně do něho vsypeme dvě dvoudécové sklenky hrubé mouky. Dobře promícháme a na mírném ohni mícháme dále, až do doby, kdy se těsto přestane lepit na stěny hrnce. Do vychladnutého těsta za stálého míchání přidáme 6 vajec, 100 g nastrouhaného sýru a trochu postrouhaného muškátového oříšku. Lžičkou namočenou v horké vodě vykrajujeme halušky, které vaříme ve slané vodě cca 7 minut.

Podáváme polité rozpuštěným máslem s dušenou zeleninou nebo se zeleninovým salátem.

### Krupicové halušky

*250 g krupice, sůl, 20 g másla, 1 vejce, ½ l vody*

Do osolené vody přidáme máslo a necháme přijít do varu. Do vroucí vody za stálého míchání vsypeme krupici a uvaříme hustou kaši. Necháme vychladnout, přidáme vejce a dobře vymícháme. Z připraveného krupicového těsta lžící vykrajujeme halušky, které házíme do vroucí vody.

Když vyplavou na povrch, hned je vybíráme a trošku pomastíme, aby se nám neslepily.

Podáváme jako přílohu k různým jídlům, ale jsou vynikající i se smaženými vejci a kyselou okurkou.

K haluškám je výborná žinčice (kysané ovčí mléko) nebo kysané mléko kravské. Snesou však i dobře vychlazené pivo.

Před námi zůstala poslední etapa naší cesty. Po dobré svačince s námi balón opět stoupá vzhůru. Nemáme v úmyslu dosáhnout nejvyšší bod Slovenské republiky, Gerlachovský štít s 2 655 m nad mořem. Ale i tak stoupáme stále výše do hor. Okolní vzduch se postupně ochlazuje a terén pod balónem je stále více zvlněn přibývajícími kopci a horami, objevuje se stále více lesů. Všichni z posádky balónu se teple oblékli do všech oděvů, které měli k dispozici. S blížícím se večerem se snižuje viditelnost. Slunce již je okousané špičkami lesních stromů. Pod naším vzdušným dopravním prostředkem se objevuje cíl naší cesty – koliba pastýřů ovcí v Nízkých Tatrách. S posledními slunečními paprsky, které se dotýkaly svěží zelené trávy, dosedl koš našeho balónu na zem. Je za námi dlouhý, ale velice zajímavý den, při kterém jsme měli možnost obdivovat krásy

jedné z nejzajímavějších zemí střední Evropy, ochutnat krajová jídla a potkat se se zajímavými lidmi. Bača už na nás čekal před svojí salaší. Vítal nás a rovnou nás vedl k ohni, kde se na rožni pekl lákavě vonící beran. Usedli jsme k těžkému dubovému stolu na lavice pokryté ovčí kůží, abychom k večeři ochutnali, co pro nás bylo připraveno.

## **Večeře - večera:**

### **Liptovský syr**

*Čerstvý ovčí sýr (bruneta), máslo, plnotučná hořčice, 1 cibule, kapary, mletá červená paprika*

Čerstvý ovčí sýr, případně brynzou smícháme s kouskem másla, přidáme trochu plnotučné hořčice, nastrouhanou cibuli, posekané kapary a lžičku mleté červené papriky. Pokud je sýr velmi hustý, zředíme ho smetanou nebo mlékem.

Podáváme s chlebem a mlékem.

### **Kotlíkový guláš**

*400 g hovězího masa (předního), tuk nebo olej, 1 cibule, mletá červená paprika, sůl, mletý černý pepř, kmín, 2 stroužky česneku, brambory, 1-2 zeleninové papriky, hrubá mouka, 1 vejce*

Hovězí maso (nejlépe přední) slabě naklepeme a pokrájíme na malé kostky. Do kotlíku dáme kousek tuku nebo olej, přidáme nadrobno pokrájenou cibuli a trochu ji osmažíme. Dále přidáme mletou červenou papriku, pokrájené maso, sůl, mletý černý pepř, trochu kmínu, rozetřený česnek. Přilijeme trochu vody a dusíme do poloměkka. Následně přidáme několik oloupaných a pokrájených brambor, 1-2 pokrájené zeleninové papriky a pokračujeme v tepelné úpravě. Z hrubé mouky, vejce a trochy vody zpracujeme polotuhé těsto, z kterého do vařícího guláše zavaříme menší halušky.

Podáváme se slaným rohlíkem.

### **Baranina na grile**

*Ovčí stehno, sůl, mletý černý pepř, olej*

Maso z ovčího stehna pokrájíme na řízky silné asi 2 cm, slabě je naklepeme, osolíme, okořeníme černým mletým pepřem, potřeme olejem a na rozpáleném grilu prudce opečeme. Při pečení maso občas potřeme olejem. Maso můžeme péct i na pánvi v rozpáleném oleji.

Podáváme s pečenými brambory a různými saláty.

Za zvuku cimbálové muziky a vyprávění zajímavých příběhů od starého bači večer tak rychle uběhl, že jsme ani nepozorovali, jak začíná nový den. Den, který oznamoval zpěv ptáků, rosa v trávě a ranní mlhy nad kopci a lesy v okolí. Na včerejší den nám zůstane krásná vzpomínka po celý život.