

Maso s vůní lesa



Zvěřinou se rozumí maso ulovené zvěře, tj. jelení, dančí, srnčí, černé zvěře (divoké prase), a maso drobné zvěře, jako např. zajíci, bažanti, kachny atp. Přestože v České republice patří myslivost mezi rozšířenou zájmovou činnost, konzumace zvěřiny za ní poněkud pokulhává. Průměrně sní každý Čech ročně zhruba 1 kg tohoto masa. Z dlouhodobého hlediska má tento trend spíš zvyšující se tendenci, která je způsobena častějšími odstřely divokých prasat z důvodu jejich přemnožení.

V našem jídelníčku by zvěřina rozhodně měla mít své pevné místo. Vzhledem k velkému pohybu lesní zvěře obsahuje její maso málo tuku a má méně kalorií. Pro konzumaci hovoří i vysoké hodnoty bílkovin, vitamínů skupiny B, železa, fosforu či draslíku. Králičí maso se svým složením a vlastnostmi řadí k nejhodnotnějším druhům mas. Platí to jak u divokého, tak domestikovaného králíka. Každý druh zvěřiny má vlastní chuť i specifický pach. Její jakost je závislá na druhu zvěře, jeho stáří, potravě, a dokonce prý i pohlavním cyklu!

Se zelím nebo se šípkovou?

Vypůjčili jsme si Hrabalovu legendární otázku, ale to neznamená, že při zpracování zvěřiny máme pouze tyto dvě možnosti. **Způsobů, jak v kuchyni naložit se zvěřinou, je naštěstí celá řada.** Důležitá je pozvolná tepelná úprava, která zajistí masu křehkost, ale nevysuší ho. U čtyřnohé zvěře nic nezkazíte, když připravíte vynikající ragú nebo gulášek. Vynikající bude dušená s kořenovou zeleninou, česnekem a tymiánem. Klasickým receptem je zvěřina à la crème, třeba kančí Stroganoff.

Divoká kachna si kromě zelička zaslouží i méně obvyklou „minutkovou“ úpravu s dušenými višněmi a pepřovou omáčkou. Úprava valencia doplňuje opečené maso plátky pomeranče a divokou omáčkou, což je kombinace, která nemusí oslovit každého strávnicka. Zato zvěřina v úpravě „chasseur“, tedy myslivecké či

lovecké, je v houbařské sezóně ideální volbou. Tato houbová omáčka může být někdy doplněná o další ingredience – rajčata nebo brukvovitou zeleninu. Minutková úprava není vyloučena, přestože některým strávníkům může vadit intenzivnější chuť masa.

Zvěřina chce čas

Aby byl výsledek perfektní, je nutné nechat maso zamřít. Zrání zvěřiny probíhá delší dobu než u masa jatečných zvířat. Zvíře nestahujeme ani neškubeme, hlavou dolů ho vyvěsíme na chladném a temném místě. Vždy je nutné přihlídnout k počasí. **Zatímco v zimě vydrží maso i tři týdny, v teplejších měsících maximálně týden.** Pokud nepatříte mezi kuchaře s trpělivostí a silným žaludkem, raději sáhněte po naporcovaných kusech zvěřiny. Ušetříte si spoustu starostí, energie i času s „malou domácí zabijačkou“.

Naporcované maso stačí naložit do láku, uložit ve větší nádobě do lednice nebo chladného sklepa a na denní bázi ho překládat. Lák z masa rozhodně nevylévejte, ale použijte ho na podlévání v průběhu dušení či pečení. Divokou kachnu nebo zajíce nakládat nemusíme, vyplatí se je však prošpikovat špekem nebo slaninou. Případně si poříďte vakuovačku a zavakuujte maso s marinádou. V lednici vydrží klidně týden, maso zkřehne a bude daleko chutnější.

Maso vysoké srstnané zvěře (jelen, srnec, daněk, muflon) se dělí podobně jako skopové maso. Lze zakoupit hřbet, kýty a plece s kostí či ragú (krk, žebra a hrudí). Maso divočáků je ze zvěřiny obvykle v rámci celého roku nejdostupnější. Nejhodnotnější maso je z mladých kusů, je jemné a chuťově výborné. Jeho dělení a použití je shodné s vepřovým masem. Zvláštní pochoutkou je potom uzená šunka z divokého prasete nebo špek. **Nebojte se ani mleté zvěřiny.** Můžete do ní propašovat více česneku, bylinek nebo koření a vytvořit zdravé a chuťově vynikající karbanátky, burgery apod.

Maso zajíců je kvalitativně odlišné v závislosti na stáří a oblasti původu. **Nejchutnější je maso mladých zajíců do 8 měsíců.** Zaječí maso lze zakoupit naporcované na hřbet, kýty a kusy k vaření. Pokud připravujete zajíce poprvé, rozhodně vyzkoušejte úpravu nadivoko. Upečte ho s kořenovou zeleninou, česnekem a tymiánem, zastříknete červeným vínem. Tím zajistíte, aby maso nemělo nepříjemnou dochuť. Maso divokého králíka má oproti zaječímu mírně nasládlou chuť, což může některým konzumentům vadit. Proto se před tepelnou úpravou doporučuje naložit ho alespoň přes noc do marinády s výraznými bylinkami nebo kořením.

Nejčastějšími zástupci pernaté zvěře na pultech obchodů jsou bažanti, divoké kachny a křepelky. Bažant se dodává do prodeje ihned po odstřelu včetně peří, což může mnoho kuchařů a hospodyněk odrazovat. Křepelka je v České republice chráněným ptákem. Na talíři tedy s největší pravděpodobností najdete japonskou křepelku. Považuje se za delikatesu a z nutričního hlediska je velmi doporučovaná pro vysoký obsah vitamínů skupiny B, železa a selenu a zároveň nízký obsah tuku. Tradičně se upravuje pečením doplněná nejrůznějšími nádivkami, protože masa je na ní skutečně poskrovnu. Lze ji také smažit, ale osobně doporučujeme první variantu. Případně ji můžete podusit ve vývaru s kořenovou zeleninou nebo vyzkoušet nezvyklou variantu s pečenými hruškami a jablky. To je recept vonící podzimem!

Aby byl výsledek co nejlepší

Kupujete-li čtyřnohou zvěř zmrazenou, uchovávejte ji v teplotě od minus 18 °C do minus 26 °C po dobu maximálně jednoho roku. Srstnatou zvěřinu uchovávejte za stejných podmínek maximálně šest měsíců. Dlouhodobým skladováním maso vysychá. Pokud vám vadí specifická vůně nebo intenzivní chuť masa divoké

zvěře, používejte čerstvé maso místo mraženého, před tepelnou úpravou ho dobře omyjte a naložte do marinády nebo láku. Vyzkoušet můžete i naložení do mléka, díky němuž se jednak zbavíte nepříjemné dochuti a maso navíc zkřehne.

Náš tip: Steak z divočáka se zeleným pestem

400 g panenky z divočáka, 2 lžíce másla, sůl, čerstvě mletý pepř

Na pesto: 1 šalotka, dvě hrsti bazalkových listů, šálek piniových oříšků nebo kešu, 1 větší stroužek česneku, šťáva z poloviny citronu, sůl, olivový olej podle potřeby, kuličky naloženého červeného pepře na ozdobu

Maso očistíme, omyjeme a osušíme. Necháme odpočinout v pokojové teplotě alespoň 15 minut. Osolíme, opepříme a lehce potřeme ze všech stran rostlinným olejem. Zprudka opečeme ze všech stran stran, aby se zatáhlo. Přikryjeme alobalem a necháme dojít ve vyhřáté troubě (180 °C) asi pět minut, aby se šťáva v mase rovnoměrně rozložila. Z výpeku v pánvi můžeme udělat omáčku na bázi vinné redukce – viz článek Víno v kuchyni.

Pesto vytvoříme rozmixováním všech surovin. Červený pepř použijeme pouze na ozdobu. Panenku před podáváním nakrájíme na plátky, ozdobíme pestem a podáváme s pečivem nebo pečenými bramborami.