

## Polská kuchyně

---



Z Maďarska přišel guláš, z Itálie časté užívání zeleniny a těstovin, z Francie moučníky a z Ukrajiny obliba červené řepy. Během staletí ovšem Poláci tyto zahraniční dary přetavili do svébytné polské chuti, takže dnešní polská kuchyně představuje **unikátní způsob kombinací jednotlivých ingrediencí**.

Polská kuchyně je velmi chutná, zvláště pro nás, protože trochu připomíná tu naši. Hlavní složkou v rukou polských kuchařů jsou brambory, které se zde konzumují ve velkém, protože Poláci si prostě nedovedou představit pokrm bez této zeleniny. Z brambor také zhotovují nejrůznější bramborové placky, knedlíky, které plní například masem, ale i zelím či houbami.

Další stavební kameny polských pokrmů představují zelí, kapusta, mrkev a červená řepa. Ta se polsky nazývá **“buraki”** – ta starší generace v Čechách si možná vzpomene, že u nás se jí říkávalo **“burina”**.

Vliv té východní kuchyně se projevuje v přípravě nejrůznějších pirohů, které jsou buď slané, plněné masem nebo rýží s houbami či zelím, sladké mohou mít náplň dokonce i z višní či borůvek.

Poláci mají tedy rozmanitou kuchyni, ale s charakteristickými ingrediencemi – mimo jiné s koprem, majoránkou, kmínem a různými druhy hub ve sladkokyselém nálevu, které se přidávají do polévek. Polévky jsou ostatně velmi důležitým chodem polských pokrmů a bývají velmi bohaté a syté.

Typické jsou také omáčky a dušené maso. Základním masem polského jídelníčku je vepřové, ostatně výroba a export šunky a nejrůznějších salámů jsou vynikajícím zdrojem příjmů. V Polsku se vyrábí více než 90 druhů salámů a jméno keilbasa se dostalo i do americké angličtiny, kde si pod tímto názvem každý představí kvalitnější klobásu.

# Bigos je polským králem

Národním jídlem Polska je ovšem **bigos**, který se skládá z kyselého a čerstvého zelí, cibule a různých zbytků masa. Na něm si Poláci pochutnávali již hodně dávno. Byl to univerzální pokrm podávaný v každém polském domě, ať selském či šlechtickém. V bigosi musí být hodně masa, skoro víc než zelí. Velkou volnost však kuchaři mají při stanovení vzájemných poměrů jednotlivých složek, ale i ve výběru dalších přídatných surovin a koření. To poskytuje každému z nich možnost vytvořit si svůj vlastní, neopakovatelný pokrm. Při jeho přípravě však musíme dodržovat několik zásad: použijeme směsi kyselého a sladkého hlávkového zelí v doporučených poměrech; zelí dusíme v dobrém vývaru doměčka; do měkkého zelí přidáme cibulku prudce osmahnutou na ostrém ohni; přidáme také nadrobno nakrájené různé druhy pečení (drůbeží, kachní, husí), ale i mas zpracovaných jiným způsobem (vařením, dušením), nesmí chybět nezbytná uzená klobása a bůček, přidáme také oloupaná rajčata nebo rajčatový protlak. Znalci tvrdí, že není nic lepšího pro chuť bigosu než přidavek sušených hřibů, nejdřív namočených a pak nakrájených na proužky a doporučují zelí během dušení podlévat houbovým výluhem. Výborným ochucujícím přídatkem jsou i sušené švestky, případně se do hotového zelí vkládají navinulá jablka, která se nejdřív podusí na husím nebo kachním sádle. Bigos dělají bigosem nejen ingredience, ale také notná dávka trpělivosti. Pokrm totiž dostane správné chuťové rozměry až po třech dnech. Kdo to nevydrží a sní bigos už druhý den, připraví se prý o výtečnou chuť uzeného masa a klobásy.

## Další polské dobroty

Ale i další polské tradiční pokrmy uspokojí mlsné jazýčky: známá je polévka **chlodnik** z masa, kořenové zeleniny, červené řepy, kyselých okurek a smetany. Ta osvěží zejména v horkých dnech, protože se věrná svému názvu podává vychlazená. **Kulebiak** jsou velké houby v zelném těstíčku, **zrazy zawijane** jsou bifteky v kyselé omáčce plněné houbami, které se podávají s pohankou.

V Polsku jsou také velmi oblíbené ryby. Jak by ne, možnost rybaření v řekách, jezerech, ale i Baltském moři přináší po staletí na polský stůl mnohem více ryb, než je zvykem například u nás. Mezi nejběžnější ryby patří pstruh, losos a slaneček v nekonečných úpravách. Ve značném množství se tu konzumuje kapr, například ve sladkokyselé omáčce. Mezi klasická jídla patří **przekaski**, což je něco jako štika v aspiku. Obzvláště populární jsou sledi, které vám připraví na mnoho způsobů.

Když už jsme ochutnali tradiční polská jídla, musíme také okusit tradiční nápoje! Cestovatelům je nabízena hlavně **Zubrowka**, což je druh vodky s unikátní zelenavou barvou, typickým aroma a stéblem trávy plovoucím ve sklenici. Název pochází od vzácného zvířete zubra, který žije v polském národním parku Bialowieza. Tráva, plovoucí v nápoji, je bylina, která v tomto parku roste. Zubrowka se podává s jablečným džusem.

Dalším typicky polským nápojem je **miod pitny**, neboli medovina. Existují tři druhy, nejlepší je **poltorak** a **dwojniak**. Vodka, která je také národním nápojem, se pije chlazená. **Wyborowa** se skládá z nejlepší vodky, ale také se rozlišuje několik druhů. K nejznámějším polským nápojům se kromě Zubrowky počítá také **tarniowka**, **śliwowica** a **pieprzowka**. Mezi nejznámější polská piva patří **Zywiec** a **Okocim**.

## Vepřové medailonky s pikantní omáčkou

*500 g vepřové panenky (nakrájené na 2 cm silné medailonky), 2 lžíce oleje, 1 cibule (nakrájená nadrobno), 2 stroužky česneku (rozdrobené), 180 ml rajského protlaku, 180 ml vody, špetka nastrouhaného muškátového oříšku, 1/2 lžičky mletého hřebíčku, sůl, pepř*

Na pánvi rozpálíme olej a osolené medailonky osmahneme po obou stranách. Hotové medailonky přendáme na talíř a držíme v teple. Na pánev přidáme cibuli a česnek a na středním plameni osmahneme dozlatova. Přidáme rajský protlak, vodu, muškátový oříšek a mletý hřebíček. Na mírném plameni vaříme 10 minut. Přidáme vepřové medailonky, dobře prohřejeme a podle chuti osolíme a opepříme.

## Salát z červené řepy

*3 hrnky uvařené červené řepy (nasekané nadrobno), 1/2 hrnku nastrouhaného křenu, 1 lžíce cukru, 1 lžička octa, sůl*

V misce smícháme všechny přísady, přikryjeme a necháme v ledničce alespoň jeden den marinovat. Podáváme s vařenými brambory a natvrdo uvařeným vejcem.

## Skořicové tousty na pánvi

*2 vejce, špetka skořice, 1 lžička medu, olej, strouhanka, toustový chléb, 5 lžic mléka*

Vajíčka důkladně rozšleháme s medem, mlékem a skořicí. Ve vzniklé směsi necháme nasáknout plátky toustového chleba a rozehřejeme olej na pánvi. Na druhý talíř nasypeme strouhanku a v ní obalíme plátky chleba. Nakonec osmažíme z obou stran dozlatova a ihned podáváme.

## Polský boršč

*1/2 kg hovězího masa, kousek uzeného a morkové kosti, kořenová zelenina - celer, mrkev, petržel, cibule, 4 bobkové listy, celý pepř, nové koření, 2 skleničky sterilované celé kuličkové řepy, voda*

Ze všech ingrediencí kromě řepy uvaříme silný hovězí vývar. Po uvaření vyndáme maso a přidáme sterilovanou řepu i s nálevem. Polévka by měla mít jasně červenou barvu. Po přidání řepy necháme polévku vzkypět (nesmíme však vařit, jinak ztratí barvu). Ihned podáváme.