

Severská kuchyně



Každá ze severských zemí má přes svou zdánlivou podobnost svůj ráz.

Švédské speciality

Švédská kuchyně nepatří zrovna mezi ty nejvyhledávanější, některé její lahůdky však ocení i ten nejmlsnější gurmán. Navíc je díky svému složení také velmi zdravá. Domácí suroviny, zejména **zvěřina (los, srnčí, sob), jehněčí, mořské a sladkovodní ryby, zelenina, houby a jahody** jsou základem lahodných pokrmů, kterými kromě labužníků nepohrdnou ani vyznavači zdravé výživy.

Bez pojmu **švédský stůl** si tuto kuchyni nelze dost dobře představit. Díky své mnohotvárnosti se uchytil po celém světě. A jak takové tradiční stolování smorgasbord ve Švédsku skutečně vypadá? Stoly se prohýbají pod mísami s **nejrůznějšími variacemi lososa, slanečků, brambor, klobás, krevet, ovoce, sýrů, masa, zeleniny a paštik**. Často nechybějí teplé pokrmy, jako jsou **karbanátky (köttbular), vepřová pečeně a různé druhy nákypů**. U stolu se nesedí, ale dobroty se obcházejí a každý si na svůj talíř naloží, na co má právě chuť. Na rozdíl od zvyklostí zavedených ve světě, kde se švédský stůl zejména uplatňuje v restauracích v době snídaně případně večeře, ve Švédsku bývá spojen s dobou oběda.

Hlavním jídlem pak pro Švédy bývá večeře, která začíná již v 18 hodin a mívá tři chody: předkrm, hlavní jídlo a dezert. Na pobřeží a v jeho okolí jsou pochopitelně nejčastěji upravovány ryby. Ke specialitám středního a severního Švédska patří například **masové kuličky ze sobího masa s omáčkou z laponských bobulí s bramborem, losí pečeně s brusinkovým želé či sobí ragú**.

Opravdovou specialitou švédské kuchyně jsou **vaření raci**. Raci jsou v této zemi tak oblíbení, že dokonce

oslavují Den raků, který ve švédském kalendáři stojí na stejné úrovni jako Vánoce a oslavy letního slunovratu. Obdobně jako v jiné sváteční dny se pak scházejí rodiny nebo přátelé, aby si společně pochutnali na obrovských porcích raků uvařených v koproovém láku.

Finská kuchyně

Finská kuchyně se vyznačuje spojením západoevropských a východoevropských vlivů a nabízí četné místní a krajové speciality. Obyvatelé země tisíců jezer samozřejmě milují ryby. K nejoblíbenějším patří **losos, pstruh, finská bílá ryba, ale i úhoř, štika, candát, maréna, okoun**. Za absolutní specialitu jsou považovány **vybrané druhy jiker a rovněž říční raci**. Masové pokrmy s výjimkou sobího masa a zvěřiny jsou upravovány jako v Evropě, převažuje především francouzský vliv.

K finským specialitám patří například **karjalanpaisti (karelská pečeně)** – chutný pokrm z hovězího a vepřového masa s karotkou, **poronkärstis (sobí guláš), poronpaisti (sobí pečeně)**. **Lenkkimakkara je pečená stočená klobása**, která se s oblibou připravuje v sauně, **mustamakkara je krvavá tlačinka, podávaná s brusinkovým džemem**. **Kalakukko je trvanlivý pokrm**, který si berou Finové na cesty. Je to ryba, někdy doplněná vepřovým masem, zapečená v žitném chlebovém těstě. **Karjalan piirakat jsou karelské pirohy** připravované ze žitné mouky s rýžovou nebo bramborovou náplní, podávají se teplé s vaječnou pomazánkou. Jako dezert se často předkládají jahody, borůvky a brusinky a moruška ostružiník, z něhož se také připravuje vynikající likér.

Co se jí v Dánsku?

Dánská kuchyně je také velmi dobrá, i když rovněž nepatří mezi nejproslulejší na světě. Dříve byla hodně oblíbená tradiční jídla (například brambory s masem, zelí), dnes však dánská kuchyně rovněž přebírá stále více mezinárodních rysů.

Tradičním dánským pokrmem nicméně zůstává **tzv. smorrebrod, bohatě obložený sendvič**. Je to většinou na dvě poloviny rozříznutý tmavý chléb s máslem. Mezi obě půlky se vkládá maso nebo dary moře, to vše je bohatě ozdobené zeleninou, vejci a dalšími přísadami.

Časté jsou také rybí pokrmy, což je vzhledem k poloze země pochopitelné. Skvělé jsou jedlé **mušle a korýši**. Vyhlášený je **losos a makrela**.

Čeští turisté jistě při návštěvě Dánska neodolají a okusí tamní pivo. Mezi Dány je hodně populární klasický ležák plzeňského typu, ale objednat si můžete i tmavá nebo speciální piva. Nejznámější značky jsou Tuborg, Faxe a samozřejmě Carlsberg. Teplým nápojům kraluje výtečná dánská káva.

Dobroty z Norska

Norská kuchyně se té ostatní severské také hodně podobá. Norové o sobě žertem říkají, že jedí pouze sekaná masa. Svědčil by pro to fakt, že nejtypičtějším norským jídlem jsou **rybí karbanátky (fiskeboller nebo fiskekaker) a sekaná s kyselým zelím**. Není to však pochopitelně zdaleka pravda. Na tabuli se objevuje spousta zeleniny, velmi často také ryby, zejména losos v nejrůznějších obměnách nebo marinovaný, vařený nebo uzený mořský pstruh.

Proslavené jsou rovněž **norské sýry, zejména hnědý sýr brunost**. Vyrábí se ze syrovátky, do které se přidává mléko nebo smetana. Tato směs se vaří tak dlouho, až se většina vody vypaří. Po dobu dlouhého vaření mléčný cukr zkaramelizuje a sýr je proto nahnědlý a nasládlý. Nemusí zrát jako jiné sýry a je mnohem trvanlivější. Hnědý sýr je typickým norským výrobkem a trh nabízí několik druhů. **Geitost se vyrábí z koziho mléka** a má formu válce, kterou se od jiných místních sýrů na první pohled odlišuje. Pro svou výraznou chuť a vysokou cenu však není nejoblíbenější. Tím je **Gudbrandsdalsost**, zkráceně G-35, protože má 35% tuku v sušině. Vyrábí se ze syrovátky z kravského mléka, do které se přidává mléko, smetana a kozí mléko. Krájí se na velmi tenké plátky kráječem na sýry, který je norským vynálezem. Nejlépe chutná na chlebu s máslem nebo i na suchém knäckebrödu. V ledničce vydrží až rok!

Norský salát

1 hrnek pečeného nebo vařeného masa (může být hovězí, jehněčí nebo vepřové), nakrájeného na tenoučké proužky, 1 hrnek šunky nakrájené na tenké proužky, 2 lžíce cibule nakrájené nadrobno, 6 lžic olivového oleje, 2 lžíce octa, 1/4 hrnku smetany nebo kysané smetany, 1 vejce uvařené natvrdo a nakrájené na plátky, 2 vařené červené řepy nakrájené na kolečka, pepř, nasekaná petrželka

V misce smícháme maso s cibulí. Ve sklenici ušleháme olej, petrželku, ocet a pepř, pomalu vmícháme smetanu a nalijeme na maso. Dobře promícháme, ozdobíme nakrájeným vejcem a červenou řepou a podáváme.

Švédské koule

500 g mletého masa, sůl a pepř podle chuti, 2 uvařené brambory, 75 g strouhanky, 200 ml mléka, 2 lžíce najemno posekané cibule, 1 vejce

Smícháme strouhanku s mlékem a necháme ji vsáknout. Brambory naštoucháme. Do mísy dáme maso, okořeníme ho a přidáme brambory. Přidáme namočenou strouhanku, cibuli a našlehané vejce. Vytvarujeme koule a osmažíme je na oleji dozlatova. Servírujeme s vařenými brambory, brusinkami a okurkou.

Bramborové placky Lefse

Na 20 ks placek: 1100 g moučných brambor s velkým obsahem škrobu, 110 g másla, 110 ml sladké plnotučné smetany (šlehačky), 1 a 1/2 lžíce cukru, 1 lžička soli, 340 ml polohrubé mouky (plus na vyvalování těsta), změkklé máslo, cukr, mletá skořice

Uvařené brambory necháme vychladnout. Poté je rozmačkáme mačkadlem a vložíme do mísy. Dovnitř zašleháme máslo, smetanu, cukr a sůl. Nepřikryté vložíme do chladničky. Druhý den přidáme mouku a vypracujeme těsto. Těsto rozdělíme na 20 stejných dílků/kuliček a ty rozválíme na pomoučeném vále na tenké placky o průměru asi 30 cm. Mezitím rozehřejeme pánev a lefse nasucho z obou stran opékáme. Můžeme i několikrát otočit, aby dostaly správnou barvu. (Mají mít bubliny po celém povrchu, ale nesmí se spálit.) Podáme je potřené změkklým máslem a přeložené na 1/4 nebo srolované. Můžeme též ochutit nasladko cukrem a mletou skořicí.

Rybí polévka

1 kg bílé ryby, 1 cibule, 1 malá mrkev, nasekané stonky petržele, 1 lžice celého bílého pepře, 2 lžice soli, 2 litry vody, 60 g másla, 1/2 šálku mouky, 3 dl šlehačky, 3 lžice vinného octa, 1 lžice cukru, sůl, pepř, 1/2 pórků, 300 g konzervovaného rybího masa ve vlastní šťávě, 1 dl kysané smetany, petrželka

Bílou rybu, oloupanou cibuli, mrkvičku, petržel, bílý pepř, sůl a vodu dáme do hrnce a přivedeme k varu. Vaříme 30 minut, potom oheň zmírníme. Mrkev vyjmeme a pokrájíme. Maso zbavíme kostiček a dáme stranou. Z másla a mouky uděláme jíšku a polévku zahustíme. Přidáme šlehačku, vinný ocet, cukr, sůl a pepř. Poté na mírném ohni vaříme 15 minut. Vratíme zpět mrkev, přidáme pokrájený pórek a vaříme dalších 5 minut. Nakonec vložíme kousky rybího masa z konzervy a vývaru. Před servírováním ozdobíme kysanou smetanou a posypeme petrželkou.