

Kapr v méně obvyklé podobě



Kde všude se jí kapr?

Ryba na vánočním stole rozhodně není výhradně českou specialitou. Tato tradice pochází z římskokatolické zvyklosti nejíst o svátečních dnech maso.

Proto šupináče najdete čtyřicátého prosince na slavnostní tabuli také v **sousedním Polsku a Slovensku**, ale **nechybí ani v mnohých rakouských, německých i chorvatských rodinách**

V **Itálii** se dokonce na štědrovečerním stole objevuje **hned sedm různých rybích pokrmů**, někdy dokonce sedm různých druhů ryb či mořských plodů. Existují pro to hned dvě vysvětlení. Jedno křesťanské, podle něhož má číslo 7 silný náboženský význam. Druhé je o poznání prostší. A totiž bohatost italské kuchyně daná regionálními specifiky. **Každý z dvaceti regionů má svou vlastní specialitu, která nesmí na vánočním stole scházet.** Když se pak sejde příbuzenstvo rozestě po všech koutek této jižanské země, logicky chce každý na stole každý svou oblíbenou pochoutku. Jistě to znáte sami.

Kapr je oblíbenou rybou **také v sousedním Polsku**. Na Vánoce jeho konzumace prudce vzrůstá stejně jako v naší domovině. Kromě smaženého kapra se podává i tradiční **kapr na pivo s houbami a zelím**. Oblíbený je také povařený kapr se zeleninou, ze kterého se vytváří rosol a podává se s octovým přelivem.

Místní recepty vychází ze židovské kuchyně, ale jsou ovlivněny i Čechy, Němci nebo Litevci. V 17. století se připravoval kapr načerno s žitným chlebem, kyselými jablky a strouhaným perníkem. Oblíbený byl též obdobný recept s povidly, octem, višněmi a směsí koření.

Úsporná kuchařka Anuše Kejřové nabízí hospodyňkám návod, jak připravit oblíbenou, rychlou, a přitom

lacinou pochoutku -**kapra na paprice s bramborem:**

„Očištěného a vykuchaného kaprana krájíme na díly aneb chceme-li, můžeme ho v celku nechat. Poslední položíme na špejle na pekáč, na všech stranách posolíme, přidáme lžici drobně nakrájené cibulky, lžici másla, necháme zažloutnouti a přidáme špetku dobré sladké papriky. Když cibulka zažloutla, poléváme kapra mezi pečením koflíkem kyselé smetany, do které rozkverlaly jsme lžičku mouky a pečeme ho asi dvacet až třicet minut do růžova. Upečeného kapra opatrně vyndáme na mísu, omáčku dáme na plotnu, přidáme k ní drobet polévky, abychom získaly více omáčky a necháme vše povařiti, zahoustnouti. Je-li omáčka málo hustá, tedy přidáme k ní špetku mouky, a aby byla silnější, pár kapek polévkového koření. Hotovou omáčku procedíme, trochu nalijeme pod kapra a ostatní k ní v omáčnicku podáváme. K takto upravenému kaprovi podáváme brambory, bramborové kroketky, noky neb makarony.“

Fantazii se meze nekladou

V dnešní době převažuje příprava kapra v trojobalu, případně ryba připravená „na přírodu“ ochucená pouze citronovou šťávou a česnekem.

Jemné kapří maso ale vybízí k experimentování. I díky tomu lze ve světě ochutnat kapra se smetanovou omáčkou, kapří karí nebo asijské smažené rybí kousky ve sladkokyselé omáčce

Určitě se nenechte odradit pomluvami, které tohoto sladkovodního velikána obviňují z toho, že jeho maso je cítit bahnem nebo že to je tučná a nezdravá potravina. Zapátrejte ve starých kuchařkách nebo babiččině sešitu plném receptů, protože naši prapředci dokázali ryby chutně zužitkovat od hlavy až po ocasní ploutev.

A pokud vám náhodou ze štědrovečerního stolu zbyde pár kapřích řízků, určitě s nimi nespěchejte k sousedům ani do mrazáku. **Zužítkejte je do domácích pečenáčů.** Nepotřebujete žádný speciální recept, bohatě postačí naložit je do stejného nálevu, jaký používáte na domácí utopence nebo tlačenkou s cibulí.

Kapr s ořechovou krustou

4 kapří filety (1 porce cca 150 g), 1 stroužek česneku, sůl, pepř, 5 lžic limetové šťávy, chilli dle chuti, rostlinný olej

Na krustu: 100 g nesolených kešu ořechů, 2 stroužky česneku, 1 lžička strouhaného zázvoru

Kapra omyjeme, osušíme, lehce pomažeme rostlinným olejem, ze všech stran dobře osolíme a opepříme, zakápneme limetovou šťávou, potřeme ulisovaným česnekem, dle chuti můžeme posypat sušeným chilli. V mixéru rozmixujeme ingredience na krustu a rovnoměrně ji poklademe na kapra. Pečeme ve vyhřáté troubě na pečicím papíru při 180 °C cca 15 minut.

Kapr ve sladkokyselé omáčce

Marináda: 3 šalotky, 1 lžička nastrohaného zázvoru, 2 lžice Mirina, 2 lžice sojové omáčky, sůl, pepř

Zelenina: ½ cibule, 4 stroužky česneku, ½ papričky habaněro

Omáčka: 5 lžic vody, 5 lžic rajčatové omáčky, 3 lžice cukru, 2 lžice Mirina, 2 lžice sojové omáčky, 2 lžičky kukuřičného škrobu

Rostlinný olej na smažení, hladká mouka

Kapra zbavíme šupin, vyřízneme oči, žábry a ploutve. Ideálně nařízneme jednotlivé porce a zbavíme velkých kostí, ale necháváme vcelku. Ingredience na marinádu společně rozmixujeme a rybu dobře potřeme ze všech stran včetně vnitřku. Necháme marinovat tři hodiny. Před přípravou vyndáme z lednice, aby se ryba dostala do pokojové teploty.

Zeleninu nakrájíme na velice tenké plátky, orestujeme ve wok pánvi na rostlinném oleji (výbornou chuť dodá arašídový olej). Rybu vyjmeme z marinády a lehce obalíme v hladké mouce. Smažíme na rozpáleném oleji z každé strany asi 5-8 minut (dle velikosti ryby). Poté necháme dojít v rozehřáté troubě. Mezi tím smícháme všechny ingredience na omáčku, přidáme k orestované zelenině a společně povaříme asi dvě minuty, aby se chutě spojily. Ihned podáváme ozdobené najemno nasekanou petrželkou a listy koriandru.

Kapr ve smetanovo-citronové omáčce

4 kapří filety, 1 šalotka, 1 lžička dijonské hořčice, 50 ml tučné smetany, 2 stroužky česneku, šťáva z 1 citronu, 20 g másla, sůl, pepř, plocholistá petržel na ozdobu

Filety omyjeme, osušíme a naklademe do menšího pekáčku. Rybu osolíme, opepříme a zasypeme najemno nasekanou šalotkou. Z rozpuštěného másla, smetany, hořčice, ulisovaného česneku a citronové šťávy vytvoříme směs, kterou přelijeme přes maso. Pečeme ve vyhřáté troubě při 180 °C zhruba 15 minut.

Kapr dušený v papilotě

½ kapra, 1 malá cuketa, 100 g cherry rajčat, 2 stroužky česneku, 1 červená cibule, 300 g předvařených brambor, 100 g másla, 1 bio citron (nebo nutné okrájet kůru), 1 lžíce kapar, najemno nasekaná petrželka a tymián dle chuti

Kapra očistíme a osušíme. Osolíme, opepříme, potřeme lisovaným česnekem. Na pečicí papír rozložíme na plátky nakrájené brambory, osolíme, opepříme, položíme na ně polovinu kapra, zakryjeme plátky citronu, přidáme cherry rajčata a cuketu nakrájenou na větší kusy, plátky cibule, rovnoměrně rozdělíme pokrájené máslo a zasypeme bylinkami a kapary. Zabalíme tak, aby z balíčku nevytékala šťáva a dáme dusit do vyhřáté trouby na 25 minut při 170 °C.