

PEČENĀ• KROK ZA KROKEM PODLE FLO

PondĀ•lĀ•, 29 leden 2018

NenĀ• vĀ•tšĀ•ho potĀ•šenĀ•, neĀ• psĀ•t o nĀ•jakých lahĀ•dkách, kdyĀ• se snaĀ•íte zhubnout... Já jsem právĀ• ve Ā•e jsem si to tvrdĀ• na Ā•idila a vymyslela si takové postihy, pokud svĀ• pĀ•edsevzetĀ• nesplnĀ•m, Ā•e teĀ• uĀ• fakt se musĀ• dostat trošku to lidské podoby. No - a pak se mĀ•m koukat na ten nĀ• prezentovaný obrĀ•zek... To je pĀ•eci pĀ•Ā•mo "Ā•ínské muĀ•enĀ•"!!!

KdyĀ• se v kuchaĀ•skĀ• mluvĀ• Ā•ekne peĀ•enĀ•, myslĀ• se tĀ•m všechny ty pĀ•Ā•pady, kdy na suroviny pĀ•sobĀ• suchĀ•. TakĀ•e je to nejen klasickĀ• peĀ•enĀ• v troubĀ•, ale taky peĀ•enĀ• na grilu, peĀ•enĀ• na roštu, na tĀ•lu, a taky v pĀ•vi. Proto se mĀ•Ā•e Ā•Ā•kat: „opeĀ•eme maso na pĀ•vi ze všech stran“, ale nikdy, nikdy byste nemĀ•li vypustit z pusy „osmaĀ•Ā•me maso na pĀ•vi“. SmaĀ•enĀ• je zase jinĀ• druh tepelnĀ• úpravy, kterou si nechĀ•vĀ•m v tomhle seriĀ•lu na poslední dĀ•l. PeĀ•enĀ• mouĀ•níkĀ•, buchet, kolĀ•Ā• Ā•i dortĀ• je samostatnĀ• vĀ•da sama o sobĀ•, která se odvĀ• jednotlivĀ•ch typĀ• tĀ•sta. Proto budu dnes psĀ•t jen o peĀ•enĀ• toho ostatního, tedy zeleniny, masa, ryb nebo tĀ•eba brambor.

PeĀ•enĀ• krok za krokem Princip peĀ•enĀ• spoĀ•ívĀ• v tom, Ā•e na surovinu pĀ•sobĀ• horkĀ• vzduch Ā•i horkĀ• podloĀ•ka o teplotĀ• kdekoli mezi 80 aĀ• 250 stupni, lecky lze krĀ•tkodobĀ• pouĀ•Ā•t i vyššĀ• teplotu. DĀ•ky pĀ•sobenĀ• suchĀ•ho tepla se vytvoĀ•Ā• kĀ•rka a krásnĀ• hnĀ•dĀ• barva. Jak asi dobĀ•me tušĀ•te, trouba je poslední nadĀ•jĀ• pro ty vĀ•ci, které jsou tak velkĀ•, Ā•e by se uĀ• nevešly do hrnce. TĀ•eba celĀ• husa, zajĀ•c nebo vepĀ•ovĀ• kýta. PeĀ•e se bez pĀ•Ā•ikrytĀ•, pĀ•m nĀ•kterĀ• prameny se mohou vyjadĀ•ovat zcela obrĀ•cenĀ•. Jakmile peĀ•enou vĀ•c pĀ•Ā•klopĀ•te, zaĀ•ne pĀ•sobit pĀ•ra, tekutina bude hromadit vespod a uĀ• tu mĀ•me dušenĀ•, vĀ•enĀ• v pĀ•me nebo kombinaci obou. PravovĀ•rnĀ• peĀ•enĀ• je vĀ•dĀ• zakrytĀ•. KdyĀ• k masu pĀ•Ā•dĀ•te nĀ•jakĀ• aromata, podlijete ho, zakryjete a vloĀ•Ā•te do trouby, nenĀ• to peĀ•enĀ•, ale dušenĀ• v troubĀ•, kterĀ•mu se Ā•Ā•kĀ• brazĀ•rovĀ•nĀ•, jak uĀ• vĀ•te z minula. Postup peĀ•enĀ•

- HlavnĀ• surovinu pĀ•Ā•pravte na peĀ•enĀ•.
- VloĀ•Ā•te do vyhĀ•tĀ• trouby.
- BĀ•hem peĀ•enĀ• podlévejte a pĀ•elĀ•vejte, coĀ• má taky svĀ• pravidla, jak to dĀ•lat a nedĀ•lat.
- Po upeĀ•enĀ• nechte odpoĀ•inout, teprve potom krĀ•jete.

A nynĀ• to vezmu, jako minule a pĀ•edminule, podrobnĀ• bod po bodu, protoĀ•e v detailech tkvĀ• kouzlo dokonalosti.

1. PĀ•Ā•prava na peĀ•enĀ• TeĀ• nemyslĀ•m jen to, Ā•e mĀ•te surovinu omĀ•t, osušit a okoĀ•enit. A Ā•e ji mĀ•te potĀ• protoĀ•e ten napomáhĀ• vytvoĀ•enĀ• lepšĀ•ho opeĀ•enĀ•, lepšĀ• chuti a šĀ•vnatosti. Pokud se jednĀ• o vĀ•tšĀ• kus masa, jako tĀ•eba celĀ• kuĀ•me nebo roštĀ•nec na rostbĀ•f, vĀ•dycky ho ještĀ• svaĀ•te provĀ• do kompaktnĀ•ho tvaru. Ā•Ā•kĀ• se tomu drezĀ•rovĀ•nĀ• a mĀ• to za následek rovnomĀ•rnĀ•jšĀ• prostup tepla masem. Taky to slouĀ•Ā• jako ochrana pĀ•ed vysušenĀ•m tenkĀ•ch, odchlĀ•pnutĀ•ch Ā•Ā•stĀ•, jako konce stehen nebo kĀ•Ā•idel Ā•i ztenĀ•u, konec vepĀ•ovĀ• panenky. A taky budete mĀ•t dĀ•ky svĀ•zĀ•nĀ• kaĀ•dĀ• plĀ•tek peĀ•enĀ• po nakrĀ•jení stejnĀ• velkĀ•. 2. VloĀ•Ā•te do trouby JenomĀ•e do jak vyhĀ•tĀ• trouby? PĀ•ct pomalu a zvolna, nebo krĀ•tce a zprudka? Existuje nĀ•jakĀ• pravidlo, kterĀ•m by se dalo Ā•Ā•dit? PĀ•ct zprudka je hroznĀ• sexy. RozehĀ•te troubu tĀ•eba aĀ• na 250 stupĀ•Ā•, takĀ•e cokoli do nĀ• vĀ• rychle zhnĀ•dne, vytvoĀ•Ā• si kĀ•upavou kĀ•rku, bude to znĀ•jšku nabitĀ• chuti — za pĀ•edpokladu, Ā•e to neseĀ•ehnete doĀ•erna. JenomĀ•e teplo nestihne proniknout dostateĀ•nĀ• hluboko, neĀ• se povrch zaĀ•ne pĀ•Ā•palovat. TĀ• zde pĀ•edevšĀ•m nabĀ•zĀ• úprava masa, kdy vnitĀ•ek zĀ•stĀ•vĀ• dodĀ•lanĀ• asi tak na stupeĀ• medium rare, tedy ménĀ•

propečené. Vysoká teplota taky sluší pečené zelenině nebo nakrájeným bramborám. Nižší teplota znamená rovnoměrnější zahřívání pečené suroviny. Pokud dnes pečete krocana a la díkuvzdání, tak to jistě víte. Bude mu to chvíli trvat, a tak potěbuje zahřívát pomaleji. Přímějí se ale začínají dít. Když vezmete prorostlé maso a dáte ho do mírné trouby, měkne kolem 100-120 stupňů, dáte sanci k uplatnění těch nečistot, jako jsou známá vaziva a blány. Začnou se rozpouštět a měknout. Bude jim to trvat 2-3 hodiny podle velikosti masa, ale odvdí se vám dokonalou rozpadavostí, měkkostí a šťavnatostí. K úplnosti dodám, že pomalý přístup funguje i na zeleninu. Dokonalá jsou například pomalu pečená rajčata nebo cibule. Klidně na konci pomalého pečení můžete troubu trochu rozehřát a vytvořit kárpasovou kármáku, která by při teplotě jistě nevznikla. Anebo to taky můžete udělat obráceně: nejprve kus masa zprudka zapéct, aby se vytvořila povrchová intenzivní chuť, a pak zvolna dopéct domů. Pomalu pečené maso poznáte podle jediné charakteristiky: je stále trochu narůvavé, i když ho propečete důř. Krevní barvivo se totiž nestaví vyplavit a uvíznout svalovými vlákny. Kdykoli budete někde v receptu vložit do trouby, vzpomeňte si na tahle moje slova. Na pečenou vč má přisobit teplo ze všech stran. Tedy i zespodu. Když to naskládáte do pekáče a pustí to trochu šťavy, bude se to zespodu dusit, nikoli péct. Proto pečení vždy pokládejte na rošit. Právě kvůli tomu se prodávají pekáčky s vlastním vnitřním roštem. Zvýší úroveň i vzhled vašich pečených záležitostí asi tak o tisíc procent.

3. Během pečení podlévejte, přemelévejte a obračejte. Během pečení totiž chodí zabránit dvěma věcem: vysušování a zaneřádění trouby. Naopak byste měli chtít skončit s použitím, jde-li o maso. To aby bylo z jeho vytvoření omáčku, po které pak to maso sklouzne do krku. Toho jeho docílíte podléváním, přemeléváním a obračením.

- Podlévání

Budete-li péct při teplotě od 180 stupňů výše, brzy zjistíte, že tuk odkapávající do pekáče prská na všechny strany. Když náhodou zasáhne spirálu pečiho tělesa, hezky to přímějí a zakouří. Otevřete troubu, vyvalí se na vás oblaka dýmu a pobážíte si pro silný zápach na přímějí, protože nikdo nemá rád přímějí a zápach. Zapečenou troubu – zejména má-li prosklená dvířka. Proto by v pekáči, když se peče maso, neměl být jen tuk, ale i nějaká tekutina. Podlévat můžete vývarem, jde-li vám o silnou omáčku, ale stejně tak stačí i voda.

- Přemelévání Suchý horký vzduch v troubě vysušuje, nastává na to zabírá potírání tukem. Vzpomeňte si na následnou veškerou péči o poků, když jste u moře. Tělová másla jsou tam naprostá nezbytnost. A tak i masu i jiné suroviny v troubě byste neměli chtít vyrobit kármáku podobnou rozpraskané přímějí kdesi u Sahary. Proto během pečení přemelévejte. Pozor, nepřemelévejte výpekem, který najdete v pekáči, ale jen tukem, který plave nahoře. Chytrá trochu obratnosti s láčící, ale zas tak těžký úkol to není. Čím vyšší teplota, tím častěji přemelévejte. Čím dříve okamžiku dopěření, tím častěji přemelévejte. Těba co přímějí minut během poslední čtvrt hodiny pečení.

- Obracení

A konečně: všechny kusy byste měli aspoň jednou, měkne v polovině pečení, otočit vzhůru nohama, do nahoru. Vše ve jménu lepší chuti, barvy a kárpasovky. tradiční trouby totiž pečou nerovnoměrně, někde víc a někde míň. Tuto nevýhodu umí odstranit horkovzdušný oběh, ten dokonce zrychlí pečení o to víc vysušuje. Já ho na maso nikdy nepoužívám.

4. Nechte odpočinout. Povím vám teď, co se děje uvnitř masa, když ho pečete v troubě. Maso se na povrchu zatahuje a tvoří veškerou uvolňující šťavu doprostřed. Když po upečení maso hned rozkrojíte, všechna ta nahromaděná šťava vyteče. Krom toho, že to je poněkud nepraktické a zvyšuje nároky na úklid po vaření, taky se připravíte o kus šťavnatosti. Někdy se však kapka hodí, zejména pokud pečete hodně libové maso. Po upečení proto vždy nechte maso odpočinout, nejlépe trochu zakryté, aby rychle neztrácelo teplo. Dáte tím masu sanci, aby se zase trochu uvolnilo a šťava se rozprostřela rovnoměrně uvnitř. U kousků velikosti 1-2 kg počítejte s 10-15 minutami odpočinku. U pečeného kuřete – jen s ohledem na kárpasovou kármáku – maso nezakrývejte a dobu zkráťte na pouhých pár minut. Přímějí podáváním je odstráťte všechny provázky, protože na talíři nemá přímějí nic, co je nejdle, s výjimkou pízových jehel. Zatímco maso odpočívá, z výpeku byste měli připravit šťavu. Přímějí tak, že ji přímějíte, zbavíte přímějíte zahustíte. Možnosti jsou úplně stejné, jako u dušení v minulém díle tohoto kuchařského seriálu, takže se odkazují tam.

Tyhle tři body tvoří skoro celé tajemství pečených jídel. Existují ještě jiné aspekty pečení, které jsem nezmiňoval jako například nedosažitelnost dokonalého pečeného kuřete a jiné záhady, ale ty si nechám na někdy jindy pro úplnější samostatné články, protože jsou to poměrně závažná témata.

Prozatím se budete muset spokojit s receptem na téměř dokonalé pečené kuřete. (bude tu zítra) Můžete si na nějaké jednotlivé kroky pečení přiknout provést bod po bodu. FLORENTÝNA

