

# SOUTĚŠÁ 1/2 O KUCHAŘKU (NEJEN) MOŘSKOU

Úterek, 17 leden 2008

"Mám se obejít bez poezie, bez muziky i bez umění, mám být bez svatby i bez srdce, obejdeme se i bez přátel ba mám být i bez knih, ale civilizovaný člověk nemůže být bez kuchařky." Toto troufalé tvrzení je úvodem nejstarší dochované kuchařské knize. Vyslovil je Atheneus, egyptský Řek z Naukratisu, žijící koncem druhého a počátkem třetího století v Římě.

Proslul svým dílem "Deipnosophistes, neboli Banket učených", je to, co do stylu a témat, knihou velmi velkorysou. Je dodnes spolehlivým pramenem pro vědce, kteří se zabývají poátky kulinářského umění. Je i důkazem, že mezi kuchyní antickou a dnešní existuje ne sporná spojitost. Ano přátelé, blíží se k vám další kuchařka - po tom krásném a velice zábavném sledování vašich kuchařských zážitků zvolily znovu stejný obor - tedy již zmíněné vaření. Tentokrát se bude soutěžit o kuchařku. Dozvíte se v ní jak udělat a chuťovky, Saláty, Polévky, Hlavní jídla z ryb, a plod moře, Těstoviny a rýže, Omelety a pizzy, Recepty pro koláky, Pítle, Másla, marinády a omáčky, Dezerty vhodné pro rybní pokrmech, i mnoho dalšího:

- u každého receptu je jeho energická hodnota i obsah cholesterolu, tuků a sacharidů a bílkovin;
- suroviny, použité v receptech koupíte v českých obchodech, nejen na trzích u moře;
- v knize najdete i slovníček cizích názvů ryb, díky němuž nakoupíte kdekoliv - a budete přesvědčeni, kterou rybu si nesete a co sní v kuchyni můžete podniknout;

- dozvíte se, proč jsou ryby a dary moře tak zdravé a jaké zdravé prospěšné látky obsahují;
- najdete spoustu tipů a užitečných rad, "jak na věcny tyhle vodní potvory";

- včetně doplnění mnoha stvím návodných fotografií, které krok za krokem zachycují postup prací. Uvidíte, jak stáhnout, vykuchat a naporcovat ryby, ale i jak servírovat kraby nebo krevety. Knížka "Mořská (nejen)

kuchařka" vydaná v vydavatelství Smart Press s.r.o., telefonické objednávky na tel: 608 265 336,

www.smartpress.cz. A teď zadání soutěžního úkolu: Napište svůj (a pokud jste něčeho "exkluzivní

svědky) zážitek s mořskými potvorami. Z jejich lovu, přípravování, a s "problémy při konzumaci". Případně

následně, které jejich styk s vámi učinily tehdy nezapomenutelným... Jako minule - máte na to měšic, kudlanky a

kudlánci ... tzn. 17. února je dnem "poslední mořskosti". Své texty posílejte na redakci, stejně jako (máte-li)

případně fotografické přílohy. UPOZORNĚNÍ - Soutěž trvá do 17. 2. 2008. Prosím, texty posílejte na adresu: red

zavináč - kudlanka.cz díky, d@niela