

# u blogerky v kuchyni

Vyzkoušejte něco nového s **blogerkou Věruškou**. Její blog patří mezi naše oblíbené!

## Zamilujte si jehněčí maso

Na výmluvy, že je cítit, jednou provždy zapomeňte! Blogerka Věruška vás přesvědčí, že neochutnat jehněčí maso by byla vážně škoda, a k tomu prozradí adresy, kam se pro ně vydat.



**Jehněčí maso na focení jsme objednali na [www.jehnecimaso.cz](http://www.jehnecimaso.cz). Bylo čerstvé, dobré a přivezli nám ho až do redakce.**



➔ Jehněčí bývá opředeno řadou nepravdivých mýtů – třeba že „smrdí“ nebo že není k dostání. S takovými tvrzeními si však na mě nepřijďte. A hlavně – neochutnáte-li jehněčí, nikdy nezjistíte, jak **krásně voňavé, chutné a křehké ve skutečnosti je.**

➔ **Mou oblíbenou úpravou jehněčího masa je pomalé pečení** (viz recept vpravo), které jsem se naučila od proslulého šéfkuchaře brněnské restaurace U Kastelána Michala Götha. Před pečením je třeba maso nejdřív opéct, aby se zatáhlo. Před tepelnou úpravou je také potřeba odstranit přebytečný tuk (lůj) – právě ten může za (pro někoho) nepříjemné aroma a typicky skopovou chuť. Pak už jen

pamatujte, že výraznější vůni či chuť může mít i chladnoucí jehněčí, proto ho vždy podávejte horké a na zahřátých talířích.

➔ Jehněčí maso, stejně jako třeba králík, má svou sezonu. Ta přichází poprvé na jaře, proto **odpradávná patřilo jehněčí na velikonoční stůl**, a pak znovu v září. V tuto dobu maso seženete i v supermarketech – tam však obvykle proudí dodávky ze zahraničí (Nový Zéland, Austrálie). Nesrovnatelně lepší je však **jehněčí naše, lokální a z ověřených zdrojů**. Na nákup proto vyrazte tam, kde víte, jak o zvířata pečují. Na některou z farem, kde prodávají maso přímo ze dvora (některé farmy dokonce zajišťují rozvoz); jejich seznam je např. na webu biospotřebitel.cz.

Okolo Velikonoc bývá jehněčí k dostání i v supermarketech, ovšem kvůli **dobrému kusu čerstvého masa** se vyplatí vyvinout mnohem větší úsilí – třeba pro něj **zajet na farmu.**

V Brně a okolí seženete jehněčí z Mitrovského dvora ([www.mitrovskydvur.cz](http://www.mitrovskydvur.cz)) anebo si skočte (nejlépe koncem týdne) do halal masny na Videňské (u křižovatky s ulicí Vojtova).

➔ **V halal masně** jsem se nedávno ocitla i já. Mají tam jehněčí kýtu za regulérně nejnižší cenu v okolí a chlubí se tím, že maso je zaručeně čerstvé, křehčí a **díky odkrvení dískou je nevidanými kvalitami**. Zajímalo mě, jak moc je postup zpracování halal masa v konečném důsledku cítit v tom, co z něj připravíte na talíři, a jestli se liší od toho farmářského ze dvora. Při halal porážce je zvíře zabito jedním tahem nože a následně vykřveno. Jak jsem se ale dozvěděla od Jakuba Štefky z Bioparku, k vykřvení dochází také při porážce biojehnat, jenže biozvířata jsou navíc na rozdíl od těch halal těsně před zabitím omráčena, takže vykřvovací řez ani přístup řezníka už nevnímají. O porážce v konvenčních chovech snad nemá smysl hovořit. Stres, kterým si zvířata musejí před zabitím projít, se prokazatelně negativně odráží v kvalitě jejich masa.

➔ V halal masně mi pánové za pultem kýtu vykostili (samozřejmě jsem maso dostala i s kostí – hodí se do polévky) a k nákupu přidali ještě tenké klobásky z halal jehněčího a hovězího masa plněné do skopového střívka (lehce zapečené v troubě byly báječné!). A tak jsme doma **během jednoho týdne porovnali tři jídla z jehněčího**. Z toho dvě úplně stejně připravená, jen s rozdílem původu masa. Zdálo se nám, že halal maso je sušší, ale v další úpravě, kdy se dusilo ponořené do rajčatové tekutiny s kořením, nemělo chybu. V receptu s tymiánem zase vedlo maso původem bio. Tak nebo tak, je čas si jehněčí užít!

### VIZITKA

**Věra Strnadová** je srdcem, rukama i ústy blogu U Věrušky v kuchyni (webová stránka [blog.veruska.cz](http://blog.veruska.cz)). Žije v Brně, na němž má ráda rodinné prostředí a blízkost k farmářům z Vysočiny a jižní Moravy. Přestože je v jádru „lokální a bio“, ráda by prozkoumala všechny chutě Číny. Zatím ale v této rubrice píše o známých surovinách, které máme na dosah, a o tom, jak z nich získat co největší užitek.

### Jehněčí na tymiánu

PŘÍPRAVA 15 MINUT ■ PEČENÍ  
1,5 HODINY ■ PRO 4 OSOBY ■ **SNADNÉ**

**800 g vykostěné jehněčí kýty**  
**8 stroužků česneku**  
**odrhnuté lístky ze 4 snítek čerstvého tymiánu nebo 1 lžička sušeného**  
**2 velké mrkve**  
**2 velké cibule**  
**3 lžíce olivového oleje**  
**2 lžíce rajského protlaku (neslazeného)**  
**200 ml kvalitního bílého vína**  
**asi 250 ml masového vývaru**  
**mořská sůl**

■ Z jehněčího odstraňte přebytečný tuk a maso nakrájejte na větší kostky. Osolte ho a obalte ve čtyřech drcených stroužcích česneku a ve většině tymiánu. Zelečinu očistěte a nakrájejte na velké kusy.

■ Rozehřejte troubu na 180 °C. Na hlubší pánvi, která se hodí do trouby, rozpalte 2 lžíce oleje a maso na něm ze všech stran rychle osmahněte, aby se zatáhlo. Pak ho z pánve vyjměte, přilijte zbytek oleje a opečte na něm mrkev s cibulí. Přidejte tymián, zbývající celé stroužky česneku a protlak. Přilijte víno a nechte ho na středním plameni odpařit. Potom vlijte vývar, osolte, přiveďte k varu, vraťte do pánve opečené maso a přiklopte poklicí. Dejte do trouby péct asi na hodinu a půl. Když je maso krásně měkké, můžete zbývající tekutinu společně se zeleninou propasírovat přes síto, získáte tak výborný sos.

■ Podávejte s polentou promíchanou se strouhaným parmazánem nebo s bylinkovou rýží a s polníčkem.

