

## Francouzská kuchyně.

Francouzská kuchyně je synonymem pro kulinářské zážitky. Jde o styl vaření, jenž procházel vývojem po celá staletí společenských a politických změn. Už ve středověku napsal šéfkuchař královského dvora Guillaume Tirel, alias Taillevent, kuchařku Le Viandier, jednu z nejranějších sbírek receptů středověké Francie.

Francouzská kuchyně patří mezi nejoceňovanější kuchyně světa. Celá řada francouzských pokrmů se rozšířila po světě a v roce 2010 označila organizace UNESCO francouzskou kuchyni za „nedotknutelné kulturní dědictví“ (ve stejném roce se té cti dostalo i mexické kuchyni). Francie je kolébkou haute cuisine (vysoké kuchyně), tedy gastronomie vysoké úrovně. Tomu samozřejmě odpovídají vysoké ceny v gurmánských restauracích a luxusních hotelích. Důraz je v ní kladen na bezchybnou až puntičkářskou úpravu jídel a jejich pečlivou prezentaci.

Jídlo je pro Francouze rituálem. Francouzi dali světu nejznámější gastronomické příručky a encyklopedie a průvodce Michelin je uznávaný jako nejvyšší autorita při oceňování kvality restaurací. Všichni jistě znají Michelinské hvězdy.

Nezákladnějšími prvky francouzské kuchyně jsou sýr a víno. Dále Francouzi milují ryby, všechny možné mořské plody, jehněčí maso, skopové, telecí, hovězí, vepřové i zvěřinu. Často konzumují vnitřnosti, kdo by neznal vynikající francouzské paštičky.

Maso hojně doplňují nepřeborným množstvím zeleniny od chřestu, baby karotky, čekanky, po dýni, květák, špenát a artyčoky.

Ve francouzské kuchyni najdete lahodně připravené šneky, křepelky nebo žabí stehýnka. Neopomíjejí bylinky, kterými dochucují v hojné míře. A důležitou roli hraje u Francouzů čerstvé pečivo, především bagety.

Francouzská kuchyně je velmi pestrá. Nejvíce špičkových restaurací najdete samozřejmě v Paříži.

Hlavní jídlo se většinou skládá ze tří chodů, kterými jsou předkrm (např. bagetka s paštičkou, šneci s česnekovým máslem, vařené slávky, aj.), hlavní chod a sýrový chod nebo dezert. Dezertu může někdy předcházet ještě salát.

### **Jaké francouzské speciality by vám neměly uniknout při návštěvě Francie?**

**Hovězí bourguignon** je recept z Burgundska. Hovězí maso se dusí v červeném víně (burgundském víně) a hovězím vývaru s mrkví, ochucené česnekem, cibulí a svázanými bylinkami (tzv. bouquet garni). Na závěr se přidávají houby a také slanina.

**Šneci** jsou ve Francii tradiční pochoutkou, podávanou nejčastěji jako předkrm. Ve Francii se konzumuje především druh *Helix pomatia* (hlemýžď zahradní). Hlemýždi jsou po počáteční přípravě uvařeni obvykle s česnekovým máslem, kuřecím vývarem či vínem. Poté jsou znovu vloženi do ulity společně s máslem, česnekem, tymiánem, petrželí,...

**Žabí stehýnka** je známá specialita francouzské kuchyně, která je rozšířená i v jihovýchodní Asii a částečně i v evropských zemích. Jejich chuť je často přirovnávána ke kuřecímu masu (především kuřecím křídélkům). Stehýnka se často konzumují smažená v klasickém trojbalu.

**Terrine** je hrubě mletá paštika, v češtině se nazývá terinka. Mleté maso ze zvěřiny či drůbeže se spolu s dalšími přísadami vloží do formy a uvaří. Podává se zastudena.

**Tradiční francouzská cibulačka** je založená na zkaramelizované cibuli a hovězím a kuřecím vývaru, podávaná s krutony a sýrem gruyère. Vynikající.

**Kohout na víně** má sice v názvu kohouta, ale skutečně se většinou chystá z kuřecího masa. Kuře se nejprve marinuje ve víně, poté se přidají kousky slaniny a maso se dusí s houbami (pečárky, smrže), případně s česnekem. Přidává se svazek provensálských bylin, zahrnovat může pepř, tymián, petržel, bobkový list apod.

Samozřejmě nemůže chybět nějaká ta specialitka z Provence. **Provensálská kuchyně** je taková trošku zvláštní kapitola. Okamžitě nám vytanou na mysl provensálské bylinky (tymián, šalvěj, bazalka, rozmarýn, fenýkl, majoránka, bobkový list, estragon). Provence dala též Francii kromě bylin a levandule lanýže, med nebo třeba sušené klobásy. Kromě vína se zde hojně pije anýzový likér pastis.

**Ratatouille** je zeleninové jídlo z vařených rajčat, paprik, lilku, cuket a cibule (někdy s chřestem a malými bramborami), s česnekem, olivovým olejem a provensálskými bylinkami. Může být podáváno jako příloha nebo hlavní chod.

**Bujabéza** je nejznámější francouzská polévka, kterou lze podávat i jako hlavní chod. Alespoň čtyři druhy ryb se dusí v rybím vývaru spolu s rajčaty, cibulí, česnekem, šafránem, petrželkou, bobkovým listem a dalším kořením. Díky šafránu má toto lpopulární jídlo žlutooranžovou barvu. Původně byl tento pokrm směsí z ryb, které se rybářům nepodařilo prodat, dnes je exkluzivní pochoutkou.

Francie oplývá různými druhy **pečiva** od **baget**, což je dlouhý, francouzský chléb, po například **fougasse** (chléb spojovaný s Provence), ve kterém může být zapečený sýr, slanina či olivy. Nejznámějším francouzským druhem pečiva je **croissant**. Jedná se o pečivo ve tvaru půlměsíce (croissant znamená francouzsky půlměsíc) z máslového kynutého těsta.

Dále jmenujme **brioche** (pečivo z kynutého těsta s vysokým obsahem vajec a másla, má lístkovou kůrku), **quiche** (slaný koláč, který je tvořen těstem a pudinkovou náplní z vajec a mléka či smetany, se sýrem, masem, rybou či zeleninou), **crêpe** (tenká palačinka z pšeničné mouky) a **galette** (palačinky z mouky pohankové).

A konečně se dostáváme k pověstným **francouzským sýrům**. Sýry jsou jedním ze symbolů francouzské gastronomie. Uvádí se, že je jich asi 350 až 400 druhů. Podobně jako vína mají i známé sýry chráněné geografické označení původu (A. O. C. = Appellation d'Origine Côtrolée).

**Roquefort** je pravděpodobně nejznámějším plísňovým (modrým) sýrem na světě. Vyrábí se z ovčího mléka. Název sýra pochází z vesnice na jihu Francie – Roquefort-sur-Soulzon. Podle evropských zákonů se jako roquefort smí označovat pouze sýry, které dodnes zrají (minimálně tři měsíce) v přírodních jeskyních tohoto kraje.

**Bleu d'Auvergne** je modrý sýr pocházející z regionu Auvergne v jižní centrální Francii. Vyrábí se z kravského mléka. Sýr zraje čtyři týdny v chladných vlhkých sklepech. Používá se např. do salátových zálivek a těstovin.

**Camembert** je měkký krémový sýr z kravského mléka s bílou plísní na povrchu, produkovaný už od 18. století v Normandii. Název Camembert de Normandie má chráněné označení původu a jeho výroba je povolena jen v pěti departmentech v Normandii. Sýr se tradičně vyrábí z nepasterizovaného mléka, ale v dnešní době už jistí výrobci přikročili k přidávání mléka pasterizovaného. Má zvláštní žampionovou příchuť. Českou napodobeninou Camembertu je známý *hermelín*.

**Brie** je kulatý měkký sýr z kravského mléka pokrytý na svém povrchu bílou plísní. Je pojmenovaný podle historického regionu Brie. Sýr je nasolen a naočkován bílou plísní a zraje ve sklepech po dobu čtyř až pěti týdnů. Oproti Camembertu obsahuje více tuku.

**Beaufort** je tvrdý sýr z kravského mléka z rodiny sýrů gruyère. Produkuje se ve stejnojmenném regionu v Savojsku ve francouzských Alpách. Zraje 6 měsíců, rok nebo i déle v chladném horském sklepech. Beaufort je sytější žlutý, má ořechovou příchuť a hladkou krémovou konzistenci. Je vhodný na sýrové fondue.

**Comté** je tvrdý sýr s nasládlou chutí z nepasterizovaného kravského mléka, vyráběný v regionu Franche-Comté ve východní Francii. Ze všech francouzských sýrů s chráněným označením původu se ho produkuje nejvíce.

**Chèvre (kozí sýry)** je rodina sýrů vyráběných ze syrového nepasterizovaného kozího mléka. Jejich chuť se mění podle délky zrání.

Nakonec si povíme ještě něco málo o dezertech a vínech.

**Mille-feuille** je známý francouzský dezert. Jde o vanilkové nebo pudinkové řezy. Originální recept mluví o třech vrstvách listového těsta proloženého dvěma vrstvami pudinku. Lze zaměnit za šlehačku či marmeládu. Navrchu může být poleva, práškový cukr, kakao, drcené mandle apod. Existují různé varianty.

**Crème brûlée** je pudinkový dezert se svrchní vrstvou karamelu podávaný v misce. Někdy se flambuje přímo na stole. Pudinkový základ může mít nejrůznější příchuti. Nejčastěji známe vanilkovou.

**Tarte Tatin** je tzv. obrácený koláč s jablky, který se peče těstem nahoru. Při jeho přípravě je nejprve karamelizováno ovoce (většinou jablka, můžete však použít i jiné, třeba hrušky) s máslem a cukrem, teprve poté se na něj položí těsto a koláč se upeče.

## Francouzská vína

Víno je s Francií spojováno stejně jako sýry, možná i více. Francie je největším producentem vína ve světě.

Vyjmenujme si ta nejznámější jako *Cabernet Sauvignon*, *Chardonnay*, *Pinot Noir*, *Sauvignon blanc*, *Merlot* nebo *Syrah*.

K nejvýznamnějším vinařským regionům patří Alsasko, Beaujolais, Bordeaux, Burgundsko, Champagne, Korsika, Languedoc-Rousillon, Côtes du Rhône v Provence (včetně světoznámého Châteauneuf-du-Pape) a další. **Šampaňské víno** pocházející z regionu Champagne je proslulým symbolem pro všechna šumivá vína.

Francouzi samozřejmě nepijí pouze víno. Milují také kávu. Z alkoholických nápojů můžeme zmínit *Pastis*, *Armagnac*, *Cognac*, *Calvados* nebo *Cidre*.

Pokud máte vybroušený jazýček a rádi se necháváte unášet gurmánskými zážitky, již objednávejte letenku do Francie.