

Úvod.

„Já umím ze všeho nejlíp míchaná vajíčka“

„Doopravdy?“ podivila se paní Jacksonová. „Většinou jdou lidem nejlíp vajíčka vařená.“

„O vařených ani nemluvím,“ pravila Zuzana důstojně.

BO, kapitola 2 „Přípravy“ (překlad Zora Wolfová)

„I'm best at buttered eggs.“

„And are you really?“ said Mrs Jackson. „Most folk are best at boiled.“

„Oh, well, I do 'nt count boiled,“ said Susan.

S&A, Chapter 2, „Making Ready“

Vajíčka asi patří k nejstarším potravinám, které lidé konzumovali. Nejprve patrně syrová, ovšem za tisíciletí existence lidského druhu se postupně objevilo bezpočet různých způsobů přípravy vajec.

Dnes bychom si vaření bez vajec dokázali jen těžko představit. V málokterém receptu se alespoň nějaké vajíčko neobjevuje, například rozšlehané vajíčko pro pomazání pečiva nebo jako snůh – přísada do těsta.

Shromáždit a sepsat všechny recepty, v nichž se vejce používají, je asi nadlidský úkol a taková kuchařka by byl hodně „tučný“ svazek.

Mým cílem bylo sesbírat recepty, v nichž jsou vejce hlavní či nejdůležitější složkou, a ani s tímto omezením si nedělám iluze, že by to byl přehled kompletní. Kromě způsobů přípravy zmiňovaných v úvodním citátu existují i další možnosti a ty se ještě rozvětvují do řady variant. Pátral jsem po kuchařkách tištěných i internetových. Jazykově jsem se omezil na češtinu, ruštinu, angličtinu, němčinu a francouzštinu. Pořadí uvádím podle toho, jak příslušné jazyky ovládám, nikoli podle úrovně kuchařek v těchto jazycích.

Ne všechny recepty v této kuchařce jsou vhodné pro přípravu v obvykle omezených cestovatelských podmínkách. Jídla vhodná pro přípravu na ohni či jednohořákovém vařiči najdete označená symbolem: **S** (tedy snadné)

V kajutovce či karavanu, kde je poměrně běžný vařič dvouhořákový, případně doplněný pečicí troubou, se možnosti podstatně rozšiřují. Recepty, které mi připadají vhodné do takového vybavení, označuji symbolem **K** (odvozeno od slov „kajutovka“ či „karavan“). Ti, kdo tak luxusní výbavu na své (či pronajaté) lodi, případně při cestování s batohem na zádech, nemají, mohou složitější recepty vyzkoušet alespoň doma. A přiznejme si, že některé recepty se na cesty opravdu moc nehodí, ale v domácí kuchyni určitě stojí za vyzkoušení. Ty najdete označené symbolem **D** (tedy zcela logická „doma“).

Členění receptů je možné podle nejrůznějších parametrů. Já jsem zvolil členění podle základní technologie přípravy, což zhruba odpovídá i uvedenému citátu z Boje o ostrov. Začneme recepty na vařená vejce (a jídla z nich připravovaná), pokračovat budeme recepty, které se připravují na pánvi, a přehlídku uzavřou jídla, k jejichž přípravě potřebujeme troubu.

V souladu se současnými trendy při publikování kuchařek jsem se snažil co nejvíce receptů dokumentovat i fotografiemi. Ne vždy se mi to podařilo – některá jídla mi strážníci zkonsumovali dřív, než jsem si fotografování připravil. Stejně tak se musím přiznat, že ne úplně všechny recepty mám prakticky vyzkoušené. Ačkoli nejen já, ale i další členové naší posádky máme vajíčka na všelike způsoby rádi, vyzkoušet všechno je nad lidské síly, takže některé recepty jsou přejaté „v dobré víře“. Pokud jste ve vaření úplní začátečníci, volte pro začátek recepty jednodušší. Tím

nikterak neomezíte své šance jako kuchařka či kuchař zazářit. I některá jídla, na přípravu velmi jednoduchá, jsou atraktivní a neobvyklá.

Původně jsem měl vizi připravit tuhle kuchařku jako celek. Postupem času jsem si uvědomil, že by mi to trvalo hodně dlouho, takže kuchařku budete dostávat postupně a možná časem, pokud vydržím, budou i nějaké dodatky.

Již řadu let je obecným trendem zahajovat kuchařku úvahami o výživě, v některých případech tato úvodní část rozsahem přesáhne část s recepty. Pokusím se být velmi stručný a problematiku nebudu podrobně rozebírat. Názory na „správnou“ výživu se dost často mění, ovšem k vajíčkům je asi rozumné zachovat střízlivý přístup. Podle jednoho z „čerstvých“ názorů obsahují vejce celou řadu lidskému organismu prospěšných látek. Mají vysokou výživovou hodnotu a jsou zdrojem kvalitních bílkovin, vitamínů a minerálních látek. Žloutek obsahuje vitamíny rozpustné v tucích (A, D, E, K), bílek vitamíny ze skupiny B. Pro zdravé lidi nepředstavuje konzumace vajec žádné riziko, s jistou opatrností je mohou konzumovat i lidé s diabetem či zvýšeným cholesterolem.

Přesto si stravování založené dominantně na vejcích nedokážu představit a jako každý extrém asi není vhodné.

Ještě pár slov o samotné surovině, tedy vejcích. Vlastní chov má asi málokdo, takže většinou vejce nakupujeme v obchodech. Zde je ze zákona povinné značení vajec razítkováním.

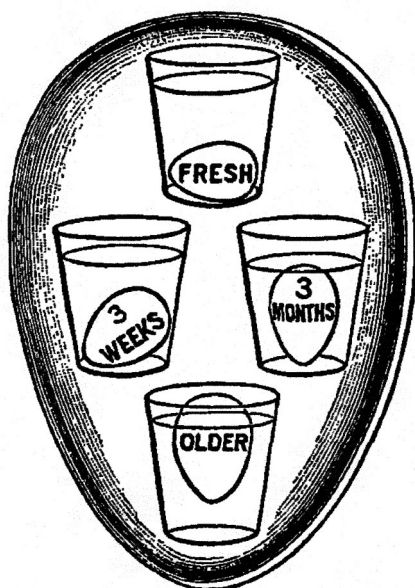
Prvním znakem v označení je písmeno, které značí velikost, respektive hmotnost vajíčka:

S	(small)	méně než 53 g
M	(medium)	53 – 63 g
L	(large)	63 – 73 g
XL	(extra large)	více než 73 g

Toto označení najdeme i na krabičkách. Nejběžnější v obchodech jsou velikosti M a L.

Další povinné údaje jsou na razítku, kterým musí být označené každé vejce. Prvním znakem je číslo označující způsob chovu:

0	nosnice z ekologického zemědělství
1	nosnice chované ve volném výběhu
2	nosnice chované v halách
3	nosnice chované v klecích



Následuje označení země původu, což je v našich končinách nejčastěji CZ, tedy Česká republika nebo PL, tedy Polsko. Poslední čtyřmístné číslo je registrační číslo chovu, což ovšem nám spotřebitelům moc užitečnou informaci asi neposkytuje.

Na krabičce najdete i datum, do kdy je třeba vejce spotřebovat. Pro některé kuchařské úpravy by se hodilo i datum snůšky, to ale nikde nenajdete. Přesto je přibližné určení stáří vajec možné, jak ukazuje následující obrázek převzatý z kuchařky: Janet Mackenzie Hill: *Cooking for Two*, Boston 1909. Metoda je to samozřejmě přibližná.

Řeč zatím byla o nejběžnějších vejcích slepičích. Často se dají koupit i vejce křepelčí. Ta jsou menší a jejich uplatnění je asi především v studené kuchyni – natvrdo vařená mohou

posloužit jako atraktivní obměna při zdobení studených mis a podobně. Někteří autoři vychvalují vejce kachní. Chválu kachních vajec najdeme i v Trosečnicích z Vlaštovky:

(Mladý Billy) ... zeptal se Rogera, jestli by chtěl k večeři kachní vejce.

„Jakživ jsem je ještě nejedl,“ řekl Roger.

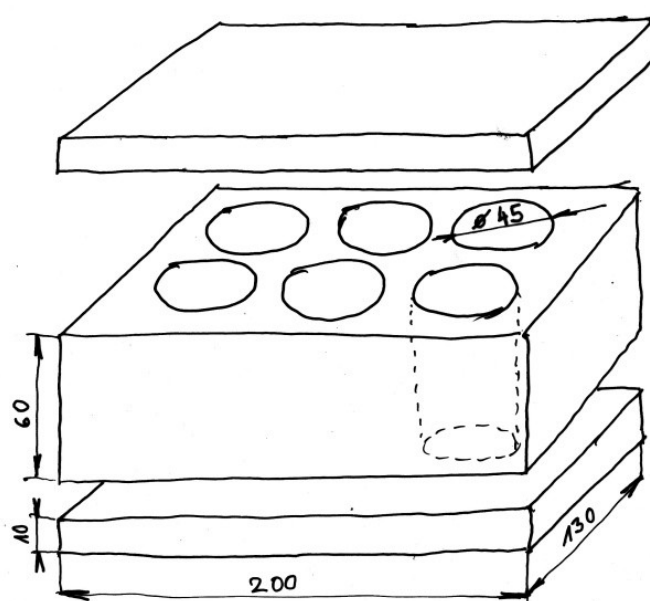
„Tomu se žádné slepičí nevyrovná,“ řekl stařík, „není to ani taková pochoutka, ani výživa.“
Trosečníci z Vlaštovky, kapitola 35 „Noc ve vigvamu“ (překlad Zora Wolfová)

Já jsem na tom stejně jako Roger, takže z vlastní zkušenosti nedokážu posoudit.

Doma uchováváme vejce v ledniče, určitý problém je jejich bezpečný transport na cestách. Originální obaly z obchodu (běžnější papírové nebo ty z tenkého plastu) se pro putující kuchaře moc nehodí. V obchodech s kuchyňskými potřebami se dají pořídit různé obaly bytelnější, které se na cesty hodí daleko lépe.



Pro převážení v autě či na lodi jsou dobře použitelné, do batohu však nejsou zcela bezpečné. Rozbitá syrová vejce v batohu jsou docela nepříjemné nadělení. Proto jsem si v dobách, kdy jsem s batohem na zádech víc cestoval, vyrobil obal z pěnového polystyrénu. Do dnešních dnů se nedochoval, takže připojuji jen náčrtek, který vám může posloužit jako inspirace.



Výroba není nic složitého. Jde o tři destičky z polystyrénu. V prostřední vrstvě jsou díry pro vajíčka a dvě tenčí destičky pouzdro uzavírají. Vše je stažené gumičkami. Polystyrén je nejlépe řezat horkým odporovým drátem. Pilkou a nožem to jde také, ale musíme počítat s větším nepořádkem. Piliny a drobné odřezky polystyrénu se chytají všude a špatně se uklízí. Takto zabalená vejce bez úhony přežila v batohu a dokonce (při testování) i pád z výšky přes dva metry. Rozměry na obrázku jsou orientační, každý si je může uzpůsobit množství a velikosti vajec, která na cesty bere.

A ještě poznámka ke skladování. Uvnitř skořápky je vzduchová „kapsa“, která se během skladování postupně zvětšuje. V obalech z obchodu jsou vejce srovnána špičkou dolů, takže vzduchová bublina je na širším konci. Pokud se vejce naskládají třeba do mísy, leží tam na boku a vzduch se postupně přestěhuje k boční stěně. Pro řadu použití to celkem nevádí, ovšem u vajec na tvrdo, která hodláme použít ve studené kuchyni, jsou vejce po oloupání méně vzhledná. Proto je záhodno způsob uložení dodržet i při skladování v ledničce.

To by bylo na úvod asi vše, příště se začneme zabývat vejci vařenými.

čfk