la FORMAGGERIA MAGAZINE

GRAN MORAVIA
ITALSKÁ SÝRÁRNA
LITOVEL

časopis pro milovníky Itálie a jejích specialit

ROZHOVOR
se slavným českým šéfkuchařem Jaroslavem Sapíkem

SKVĚLÉ RECEPTY
Uvařte si chutná a zdravá jídla s příchutí jara

ŠKOLA VAŘENÍ
Jedinečný kořenící elixír balsamico

číslo 8
jaro 2015
zdarma

Brazzale

La FORMAGGERIA

GRAN MORAVIA ITALSKÁ SÝRÁRNA LITOVEL

Přivítejte jaro s dárkovými balíčky plnými chutí a vůní

Ve všech prodejnách řetězce La Formaggeria Gran Moravia vám personál připraví dárkové balíčky na míru. Chcete darovat sýry a další delikatesy vašim blízkým, přátelům, kolegům či obchodním partnerům? Naši prodavači vám pomohou s výběrem produktů a připraví dárkový balíček plný chutí se zaručeným úspěchem!

Balíčky je třeba objednat ve vaší oblíbené prodejně La Formaggeria Gran Moravia předem: BRNO – ČESKÉ BUDĚJOVICE – HRADEC KRÁLOVÉ – LIBEREC – LITOVEL – OLOMOUC – OSTRAVA – PRAHA

www.laformaggeria.cz

facebook **La Formaggeria Gran Moravia**

Editorial

Milé čtenářky, milí čtenáři,

s jarem se na náš stůl vrací nekonečné kombinace chutí a vůní, které oživují a zbarvují náš život. Dny se prodlužují, teplota je stále příjemnější a probouzející se příroda nás vybízí, abychom si užívali bohatství nové sezónní zeleniny spolu se sýry a čerstvými výrobky, jejichž široký výběr vám chceme nabídnout ve speciální lednici, kterou najdete v našich prodejnách.

V jarním čísle magazínu přinášíme znovu rubriky, které se dočkaly vaší kladné odezvy, mezi jinými příspěvky našich italských spolupracovníků, jako je průvodce při ochutnávání sýrů model Etana. Ten jsme v tomto čísle věnovali sýrům caciotta z litovelské sýrárny, jejichž výroba je i předmětem fotoreportáže. Samozřejmě nechybí tradiční kuchařka a dětské strany, dvoustrana věnovaná cestování, která nás tentokrát zavede za krásami města Verona, škola vaření, jež vás chce naučit různé způsoby používání balzamického octa, a mnoho dalších zajímavostí o produktech, které můžete v La Formaggeria Gran Moravia zakoupit. V rozhovoru s osobností jsme vyzpovídali slavného šéfkuchaře pana Jaroslava Sapíka, který byl tak laskavý a připravil pro naše čtenáře i několik receptů z výrobků litovelské sýrárny.

Doufáme, že vám bude toto číslo La Formaggeria magazine vítaným průvodcem během jarních měsíců a že vám díky naší vášnivé práci budeme moci každý den nabízet zdravou a chutnou stravu.

Dobrou chuť!

Roberto Brazzale

Vydává Orrero a.s., Tři Dvory 98, 784 01 Litovel,
IČ: 63319551 Registrační značka: MK ČR E 21177
Vychází čtvrtletně. Náklad 45 000 ks. Toto číslo bylo vydáno 24. března 2015.
Redakce: Petra Šolcová,Věra Křížová, redakce@laformaggeria.cz
Ilustrace dětských stránek: Antonín Šplíchal
Foto: archiv firmy Orrero, Dominik Bachůrek, m-ARK, iStockphoto,
foto na titulní straně: Giuliano Francesconi
Grafické zpracování a tisk: m-ARK Marketing a reklama, s. r. o.

Přetiskování redakčních materiálů bez souhlasu vydavatele není dovoleno.

OBSAH:

Úvodní slovo 3
Aktuality Brazzale 4–5
Rozhovor s Jaroslavem Sapíkem 6–7
Recepty od mistra šéfkuchaře 8
Už jste vyzkoušeli naše speciality? 9
Model Etana: Caciotta pepata 10
Model Etana: Caciotta stagionata 11
Malířská cena Brazzale 12
Kuchařka . . . . . I–IV
Dětské stránky . . . . . A–D
Fotoreportáž: Jak vzniká caciotta 13
Zdraví na talíři: Jak se dostat do formy . . . 14–15
Škola vaření: Aceto balsamico 16–17
Výrobek měsíce: Kozí sýry 18
Krok za krokem: Šafránové rizoto 19
Cestování: Romantická Verona 20–21
Anketa mezi zákazníky 22
La Formaggeria Praha – OC Letňany 23

Kuchařka plná báječných receptů! Připravte si doma jarní rizoto, chřest s Gran Moravia anebo chutný špenátový krém s ricottou.
I–IV

La Formaggeria dětem: rébusy, hádanky, omalovánky a spousta zábavy pro vaše nejmenší.
A–D

Šéfkuchař JAROSLAV SAPÍK – co říká o české a italské kuchyni, radách ministerstvu školství, oblíbených ingrediencích a kuchařském stresu? Čtěte v exkluzivním rozhovoru pro náš magazín.
19

Fotoreportáž: Jak se v Litovli rodí caciotta? Poznejte tajemství výroby chutného sýra hned v několika variantách.
6–7

aktuality Brazzale

La Formaggeria Gran Moravia v pražském OC Letňany na novém místě

První pražská prodejna La Formaggeria Gran Moravia nacházející se v OC Letňany, byla nově přestěhována do pohodlnějších prostor v blízkosti pokladen supermarketu Tesco v témže obchodním centru. Stejně jako všechny další naše prodejny i tato nadále nabízí bohatý výběr mléčných výrobků včetně široké nabídky čerstvých produktů z litovelské sýrárny a mnoho surovin italské kuchyně, které Brazzale pečlivě a s důrazem na kvalitu vybírá přímo u italských výrobců. Více se o přestěhované prodejně v OC Letňany dozvíte v tomto čísle magazínu na straně 23.

Nová reklamní kampaň 2015

Cesta sýru Gran Moravia bude i letos provázena výjimečnými fotografiemi pořízenými Giulianem Francesconim pro novou reklamní kampaň, jejímž hlavním protagonistou je právě Gran Moravia. Stejně jako v předešlých kampaních i v roce 2015 Francesconi představuje na svých fotografiích kousky sýru umělecky stylizované v živých a překvapujících kombinacích s různými druhy zeleniny. Zákazníci našich prodejen se mohou s novou sérií fotografií seznámit nejen prostřednictvím našeho magazínu, ale také na stránkách kalendáře Gran Moravia pro rok 2015. Giuliano Francesconi patří k současným nejlepším reklamním fotografům Itálie a spolupráce s ním skupinu Brazzale velmi těší. Dokladem výborné spolupráce je i Cena za nejlepší reklamní kampaň z důležitého zemědělsko-potravinářského veletrhu Cibus v Parmě, která byla skupině Brazzale udělena v roce 2014 za reklamní kampaň tvořenou právě Francesconiho fotografiemi.

Výherci zimní soutěže byli nadšeni týdnem na hoře Monte Verena

V zimním období si mohli výherci soutěže o týden na horách, která v řetězci prodejen La Formaggeria Gran Moravia proběhla na podzim, užívat krásného kraje kolem italského města Asiago a využít skvělých podmínek, jaké nabízí lyžařský areál Monte Verena. Děkujeme výhercům za to, že byli tak laskaví a neváhali se podělit o své zážitky s našimi čtenáři.

Rodina Švecova: „Díky výhře v soutěži od společnosti Orrero navštívila celá naše rodina Itálii. Chtěli jsme poděkovat za krásnou dovolenou, úžasné lyžování, pěkné ubytování a výjimečný gastronomický zážitek.“

Rodina Vítkova: „Zdravíme z Monte Vereny - užili jsme si výborné lyžování, dobré jídlo a příjemné přátelské prostředí. Děkujeme za krásnou dovolenou!“

Eliška Daďová: „Velké poděkování za výběr lokality – nádherná příroda. Určitě stojí za to vzít alespoň na jeden den běžky do Campo Longo, asi tři kilometry od Rifugio Verenetta. Je tady několik okruhů různé délky a náročnosti s fantastickými stopami.“

Gran Moravia se představil na Winter fancy food

Sýr Gran Moravia se v lednu představil na Winter fancy food, nejvýznamnější potravinářské události Severní Ameriky. Winter fancy food se letos konal v San Francisku, které je proslulé jako místo, kde se nejlépe jí a kde vznikl termín „foodie“ označující osoby milující dobré jídlo, jichž v Americe stále přibývá. Návštěvníci veletrhu velmi ocenili sýry Gran Moravia a Verena, celý americký trh pak vykazuje stále větší zájem o naše sýry. Gran Moravia je nyní k dispozici na americkém trhu díky spolupráci s naším novým importérem, společností The Ambriola Company, Inc., která je dovozcem sýrů a italských specialit již od roku 1921.

O olomouckém koncertě italské mládeže vznikl dokument

O benefičním koncertu mladých italských hudebníků Orchestra Crescere in Musica, který se uskutečnil v polovině listopadu 2014 v Olomouci za podpory značky Gran Moravia, vznikl dokument, který měl premiéru 15. března 2015 v Itálii a o jeho vysílání projevila zájem také italská média.

Vaše recepty na našem webu

Na stránkách **www.laformaggeria.cz** jsme zprovoznili formulář, jehož prostřednictvím nám může každý návštěvník stránek zaslat vlastní recept, který bude následně zveřejněn na stránkách v sekci „Vaše recepty“.

Máte-li také vy nějaký recept, o který se chcete podělit s ostatními, navštivte stránku www.laformaggeria.cz a vyplňte příslušný formulář. Každý váš příspěvek bude velmi vítán!

EXPO MILANO 2015

Brazzale se chystá na Expo 2015

Skupina Brazzale nebude chybět na nejdůležitější události tohoto roku, světové výstavě Expo 2015 v italském Miláně. Brazzale a Gran Moravia budou patřit k významným zástupcům italského potravinářského průmyslu, kteří se představí v pavilonu asociace italských potravinářských podniků „Federalimenare“. Navíc bude Gran Moravia jednou z mála značek, která bude mít po velkou část trvání výstavy vlastní distribuční stánek.

SHOP ONLINE FORMAGGERIA

E-shop La Formaggeria Gran Moravia

Internetový obchod pro ty, kteří nemají možnost nakupovat v našich kamenných prodejnách La Formaggeria Gran Moravia. E-shop nabízí pohodlný a výhodný nákup také profesionálům z gastro oblasti. Navštivte nás na adrese
www.laformaggeriaonline.com

rozhovor

Jaroslav Sapík:

Nejlepší školou mi byla rodina

Mistr kuchař Jaroslav Sapík zdokonaloval své umění v desítkách zemí celého světa. Šéfoval kuchyním těch nejlepších hotelů, vařil prezidentům, králům a královnám a také papeži Janu Pavlu II. Dnes se realizuje především ve své vysněné restauraci U Sapíků v Klokočné, jen několik kilometrů na východ od Prahy, kam si přijíždějí pochutnat milovníci tradiční a poctivé české kuchyně.

Co pro vás bylo v životě největší kuchařskou školou?
Mou největší školou byla rodina. Právě z ní si nesu všechny chuťové návyky, což je pro kuchařské řemeslo moc důležité. Některé věci z dětství nás ovlivňují po celý život, takže pokud jsem odmala jedl výbornou svíčkovou, nemůžu ji prostě jíst a dělat jinak. (smích) Základ je tedy v rodině, ale obrovské zkušenosti jsem získal, když jsem jako mladý v 60. a 70. letech externě pracoval na Pražském hradě. Byla tam soustředěná kuchařská elita z celé republiky – starší kuchaři, kteří procestovali svět. Každý z nich byl na něco nejlepší a já s každým z nich pracoval a mohl se od nich učit. Tam jsem do svých 28 let získal absolutně nejvíc.

Vařil jste po celém světě – v Německu, Rakousku, Itálii, Anglii, Španělsku, Maďarsku, Indii, Singapuru a dalších zemích. Která z nich vás nejvíc ovlivnila?
Procestoval jsem toho opravdu hodně a musím říct, že na prvním místě je pro mě pořád Rakousko. Je mi totiž nejblíž stylem života. Velmi zajímavá je pro mě taky Indie s kuchyní plnou zeleniny a specifickým kořením.

Na které zahraniční štaci jste se cítil nejšťastnější?
V Rakousku a taky v Itálii, kam jsme jezdili vařit do Merana do nádherné pizzerie s klasickou italskou kuchyní. Mnozí Češi mají pořád zafixované, že italská kuchyně – to jsou špagety a pizza. Italové ale mají obrovskou spoustu dalších krásných receptů. Objevil jsem tam mnoho jídel, která mi připomínala i naši českou kuchyni, třeba vynikající hovězí na víně. Navíc jsou v Itálii stoprocentně nejlepší číšníci na světě!

Jaké mají přednosti?
Jsou velice šikovní, příjemní, sympatičtí, rychlí a vždycky velmi dobře naladění. Mají perfektní přístup k hostovi a poznáte je, ať dělají kdekoli ve světě.

Jsou podobně vyhlášení také italští kuchaři?
Italové mají vynikající kuchaře! Dnes se opěvuje hlavně francouzská gastronomie, která je samozřejmě výborná, ale méně se už ví, že francouzskou hvězdnou kuchyni nastartovali italští kuchaři. Ludvík XIV. si je pozval ke dvoru, a teprve pak nastal ten velký zlom v gastronomii.

Jste vyhlášeným specialistou na českou kuchyni a také jejím zarytým obhájcem…
Českou kuchyni velmi prosazuji a při její přípravě vlastně pořád čerpám z dob rakousko-uherské monarchie. V české kuchyni jsou zřejmé stopy Rakouska, Slovinska, ale také třeba severní Itálie, Bavorska… Lidé si to už ani neuvědomují, protože jde o roky zaběhnuté recepty a pokrmy.

Do exotické kuchyně se tedy už nepouštíte?
Vařil jsem ji do roku 1989. Hodně jsem pracoval v cizině a věnoval se zahraničním kuchyním a pak jsem své zkušenosti tady v Čechách předával. Jenomže v roce 1990 v několika novinách napsali, že česká kuchyně zanikne, že ji tu nikdo nebude jíst. Ty výroky mě nastartovaly a já si řekl, že budu vařit jedině česky. Zloba mě už trochu přešla a taky už vím, že česká kuchyně nezanikne,

naopak, má budoucnost. Myslím, že i my jsme pro to hodně udělali.

Umějí si Češi jídlo vychutnat?
Češi pořád spěchají, a to i u jídla. To je náš největší problém. Zažil jsem i takový extrém, kdy host vyjížděl z Prahy do naší restaurace v Klokočné a u Průhonic mi telefonoval, abych mu začal dělat předkrm, že nechce čekat. Objedná si předkrm, polévku, hlavní jídlo a moučník, ale má na to jen dvacet minut. Nejvíc mi vadí, že s sebou má děti a tyto zlozvyky jim předává. Lidi by si měli najít čas na společné jídlo a nikam nespěchat. Špatný návyk je hrozná věc a stojí i za obezitou, což jsem poznal sám na sobě.

Jste teď poradcem ministra školství, jak chcete změnit stravování dětí ve školách?
Snažíme se právě mimo jiné i o to, aby dětem prodloužili dobu obědů. Ze školních automatů a bufetů by měla zmizet nabídka nezdravých potravin. A také školní jídelny, kde se někdy nadmíru používají tak zvané chemické přípravky, by se měly navrátit ke klasickému dobrému vaření. Vždyť mimo jiné - všechny polotovary jsou dražší než čerstvé suroviny, takže je to i o ekonomice. Chceme připravit určitý mustr chutné, vyvážené a cenově dostupné školní stravy, ale samotná zodpovědnost vždycky zůstane přímo na lidech, kteří tam pracují.

Diskutujete se svými hosty o jídle?
Názory hostů mě zajímají, proto mezi ně často chodím a taky z toho čerpám. Někdy mě na něco upozorní, přinesou tipy a já si pak zjišťuji víc informací a snažím se to uvařit.

Vaříte rád ze sýrů?
S manželkou sýry milujeme, a to i proto, že máme rádi víno. (smích) U nás v Čechách je věčné téma smažený sýr. Ten mi vadí v restauracích, kde jej špatně připravují. Pokud se ale udělá z opravdu kvalitního sýra a dáte si ho jednou za čas, k němu místo hranolků krásný salát s dresinkem, tak je to úžasné jídlo. V kuchyni sýry používám rád, třeba do sýrových omáček – jak plísňové, tak i jiné typy. Mám moc rád sýry všeho druhu – od olomouckých tvarůžků až po nějaké extra luxusní.

Chutná vám sýr Gran Moravia?
Ten je výborný, kupuji jej často a používám ho i při vaření. Perfektní je na zasypávání, ale miluji ho taky na českou cibulačku nebo z něj děláme třeba nočky do polévky.

Co říkáte na používání másla v dnešní kuchyni?
Máslo naprosto jistě patří do všech kuchyní, nejen do té české. Brojit proti používání másla je nesmysl. Já jsem naopak proti používání umělých tuků. Máslo by samozřejmě mělo být čerstvé a dobře skladované. Správně používané kvalitní máslo je prostě vynikající.

V kuchařském oboru pracují velmi úspěšně i vaše děti…
Oba se vyučili v Ambasadoru. Syn Pavel je šéfkuchařem v pražské restauraci Terasa U Zlaté studně. Dcera Lenka se věnovala cukrařině a studené kuchyni a teď mi hodně pomáhá, abych mohl dělat pro ministerstvo školství. Zaměstnala se ve školství jako hospodářka a předává mi informace přímo z terénu, což je pro mě nesmírně důležité.

V čem jsou lepší?
Dcera je šikovná na studenou kuchyni a cukrářské výrobky, kde je potřeba mít velkou trpělivost. Já mám zase výhodu mnohaletých zkušeností. Třeba omáčky děláme se synem zhruba stejně, někdy je lepší on, někdy zase já. Rozhodně je ale lepší v designu. Kloubí tradiční a moderní prvky všech možných světových kuchyní.

Jak je to s pověstným kuchařským stresem?
Kuchaři pracují pod obrovským tlakem. Dennodenně musejí být na čas hotoví, při opravdu velkých akcích je všechno na vteřiny. A právě v zázemí restaurace dochází někdy ke střetům a napětí se tam ventiluje. Jak říkám: vyčistí se mozky a jede se zase dál. Někdo si platí za to, aby skákal z mostu, my máme podobný adrenalin denně zadarmo v práci. (smích)

Roky jste šéfem. Dokážete si představit, že by někdo šéfoval vám?
Já už od mala nerad poslouchal a v partě jsem vždycky velel. Člověk to má tak nějak v genech. Můžete být sebelepší kuchař, ale pro pozici šéfkuchaře musíte ještě umět rozhodovat za druhé, něco nařídit, říct i nepříjemné věci a umět pochválit.

Snesete kritiku?
Snesu, ale zároveň nerad prohrávám. Kritika samozřejmě bolí, musím ji nejdřív „rozchodit“, ale když si pak všechno srovnám v hlavě, dokážu přiznat, že měl někdo pravdu.

Kdo vaří u vás doma?
Manželka. A moc dobře.

Od koho byste si rád nechal uvařit?
Od kohokoli z rodiny. A taky od nějakého špičkového italského nebo francouzského kuchaře. Chtěl bych v té zemi, v jejím prostředí strávit třeba den, mít na všechno klid a nasát místní atmosféru.

Jak relaxujete?
S kamarádem vyrazíme do lesa nebo se probírám kvanty knížek o historii. V Čechách mám oblíbenou Kutnou Horu, kde úplně zapomenu na problémy. A podobné je to s Vídní, kam jedu, když mám víc času. Lidi jsou tam dobře naladění, usmívají se a nic není problém.

Jaká jsou vaše přání a plány?
Naše restaurace v Klokočné, kterou jsme otevírali na jaře 1992, funguje dobře. Chtěl jsem ještě restauraci pro úplně obyčejné lidi a tu jsme teď otevřeli v Mnichovicích. Děti jsou šikovné a dělají, co je baví. Můžu si jen přát, abychom byli zdraví, aby všechno fungovalo a my si to užívali.

Uvařte si podle nejznámějšího českého šéfkuchaře

Jaroslav Sapík pro naše čtenáře

Máte chuť na palačinky plněné sýrem nebo zapékanou rybu? Šéfkuchař Jaroslav Sapík připravil pro naše čtenáře několik originálních receptů s použitím kvalitních sýrů a másla z litovelské sýrárny Orrero.
Jak říká mistr Sapík: *„Žádná kuchyně není špatná, jsou jen dobří a špatní kuchaři.“*
Tak tedy otestujte svůj um a zkuste si připravit z ingrediencí zakoupených v prodejnách La Formaggeria Gran Moravia chutné pokrmy podle nejznámějšího českého šéfkuchaře Jaroslava Sapíka, který na sýry a čerstvé máslo v kuchyni nedá dopustit.

Palačinky se sýrovou náplní

8 palačinek o průměru 18 cm
olej na vymaštění formy • olej na smažení • 1 vejce • strouhanka na obalení
Náplň: 2 lžíce čerstvého másla La FORMAGGERIA • 2 lžíce hladké mouky • 300 ml čerstvého mléka La FORMAGGERIA • 120 g na kostičky krájeného sýra provolone dolce La FORMAGGERIA (popřípadě jiný tavitelný sýr) • sůl, čerstvě mletý pepř špetka mleté papriky • 2 žloutky

Na náplň rozehřejeme máslo ve vodní lázni, přimícháme mouku a za stálého míchání jíšku tepelně upravujeme 4 až 5 minut. Za stálého šlehání přidáváme postupně mléko. Omáčku necháme ve vodní lázni 30 minut, aby zhoustla. Do takto připravené omáčky přidáme na kostičky nakrájený sýr provolone dolce a prohříváme, až se sýr roztaví. Osolíme, opepříme, přidáme papriku a nakonec zašleháme žloutky. Směs nalijeme do vymaštěné obdélníkové formy a necháme vychladnout. Zatuhlou hmotu nakrájíme na 8 obdélníkových dílů. Doprostřed palačinky položíme 1 díl náplně a přiložíme protilehlé strany palačinky, které potřeme rozšlehaným vejcem a strany přitiskneme. Zabalené palačinky smočíme v rozšlehaných vejcích a obalíme ve strouhance. V pánvi rozehřejeme olej a palačinky osmažíme z obou stran. Podáváme s kouskem citronu.

Pražma (Dorade) zapečená sýrem Gran Moravia

2 ks pražmy (zlatá nebo červená)
• sůl, bílý pepř • 1 stroužek česneku
•1 cuketa • 20 ks cherry rajčátek
• sekaná petrželová nať • 2 lžíce strouhaného sýra Gran Moravia La FORMAGGERIA • 2 lžíce strouhanky
• 2 lžíce čerstvého másla La FORMAGGERIA

Rybu zbavíme šupin a ploutví, dobře omyjeme a osušíme. Břišní dutinu prosolíme a jemně opepříme, můžeme přidat bylinky (petrželová nať, tymián, rozmarýn). Porcelánovou zapékací misku vymažeme máslem, přidáme nakrájenou mladou cuketu, cherry rajčátka, pokrájený česnek a osmahneme. Smícháme strouhaný sýr Gran Moravia se strouhankou a sekanou hladkolistou petrželkou, rybu položíme na zeleninu a posypeme připravenou směsí, přelijeme rozpuštěným máslem a 10 až 12 minut rybu pečeme v troubě předehřáté na 200 °C, až zhnědne a vytvoří se křupavá kůrka. Jako přílohu můžeme podávat pouze zeleninu anebo pár vařených brambor.

Osvěžující letní moučník – citronový krém s ricottou

šťáva a strouhaná kůra ze 2 chemicky neošetřených citronů • 120 g cukru • 300 g ricotty speciale La FORMAGGERIA 2 žloutky • 1/4 l smetany ke šlehání 2 bílky • 250 g čerstvého ovoce (rybíz, maliny, ostružiny, jahody) • 20 ml maraschina • 1 lžíce včelího medu

Kůru nastrouháme, přidáme citronovou šťávu a část cukru a svaříme. Ricottu utřeme se žloutky, cukrem a přidáme svařenou šťávu s kůrou. Smetanu ušleháme do tuha a odložíme do chladu. Z bílků ušleháme tuhý sníh, vmícháme do tvarohové hmoty a opatrně nakonec vmícháme ušlehanou šlehačku. Do skleniček dáme trochu ovoce, zakápneme maraschinem a medem, doplníme krémem a zdobíme zbytkem ovoce. Necháme dobře vychladnout.

Všechny pokrmy byly podle receptů Jaroslava Sapíka uvařeny a nafoceny v olomoucké secesní restauraci Vila Primavesi. www.primavesi.cz

La FORMAGGERIA – k dostání v La Formaggeria Gran Moravia

Už jste vyzkoušeli?

Objevte další novinky a speciality z nabídky řetězce prodejen La Formaggeria Gran Moravia a vyzkoušejte je při přípravě některého z receptů, které vám přinášíme v tomto čísle magazínu.

Šafrán 3 cuochi

Šafrán je koření, které ve vaší kuchyni oceníte z mnoha důvodů: je zdrojem cenných látek, podporuje metabolismus a trávení, je skvělým antioxidantem. Je to také nepostradatelný pomocník mnoha šéfkuchařů, kteří jeho žlutého kouzla běžně využívají při dochucování svých pokrmů. Nejlépe si šafrán vychutnáte v rýžových pokrmech, ale také s vařeným bílým masem nebo s plody moře. Přidáte-li špetku šafránu do kynutého těsta, do těsta na sušenky nebo do sladkých krémů, vytvoříte rychle a jednoduše jedinečné moučníky. Pokud máte rádi tiramisu, zkuste své blízké překvapit jeho žlutou variantou. Stačí, když během přípravy do žloutků vyšlehaných s cukrem přidáte 1 sáček šafránu rozpuštěný v troše teplého mléka, aby se snadněji vmíchával.

Připravte si klasické šafránové rizoto podle receptu, který najdete v rubrice Krok za krokem na straně 19.

Balení: sáčky 2 x 0,15 g, výrobce: 3 cuochi, Itálie

Ricotta speciale

Ricotta speciale je syrovátkový sýr s mnohostranným využitím a nepřehlédnutelnými nutričními hodnotami. Je bohatý na proteiny, vápník, vitamíny a minerální soli. Pro nízké množství tuků a kalorií je vhodný k zařazení do nízkoenergetických diet. Ricottu můžete použít ve studené i v teplé kuchyni, do sladkých i slaných pokrmů.

Dětem pak můžete připravit rychlou svačinku, když smícháte ricottu s cukrem nebo s medem a navrch posypete kakaem. Další inspirace na použití ricotty ve vaší kuchyni nabízíme v Kuchařce tohoto čísla.

Balení: cca 300 g
Výrobce: Orrero a.s.

Extra panenský olivový olej Zucchi

Extra panenský olivový olej Zucchi z řady „100% italiano“ je vyroben výhradně z pečlivě vybraných italských oliv a je lisovaný za studena. Nejlepší je pro použití ve studené kuchyni, pro přípravu salátů, carpaccia, pro dochucení polévek či grilovaného masa. Vhodná teplota ke skladování olivového oleje je do 25 stupňů, zároveň by měl být olej vždy dobře uzavřen.
Extra panenský olivový olej Zucchi dodá chuť všem receptům z naší Kuchařky.

Balení: 250 ml, 0,5 l a 1 litr
Výrobce: Oleificio Zucchi, Itálie

Italská rýže a rizota

Vysoce kvalitní rýže pěstovaná v rodinném podniku Riseria delle Abbadesse na rýžových polích mezi italskými městy Vicenza a Padova je výsledkem dlouholetých zkušeností, precizní práce a použití té nejmodernější technologie. V našich prodejnách nabízíme odrůdy arborio a carnaroli, které se skvěle hodí na přípravu rizot (recepty na jarní rizoto a na šafránové rizoto najdete v tomto čísle magazínu). V sortimentu prodejen La Formaggeria Gran Moravia najdete ale i předem připravená rizota od téhož dodavatele, jako jsou rizoto s chřestem, s hříbky či s paprikou.

Balení: 1 kg rýže nebo rizoto v balení pro 2 porce. Výrobce: Riseria delle Abbadesse, Itálie

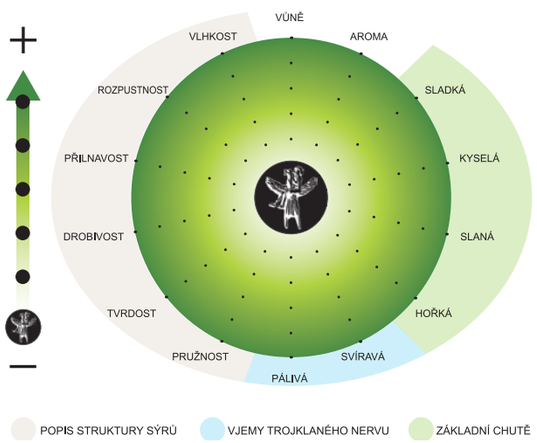
Model Etana:
Caciotta pepata

O sýru

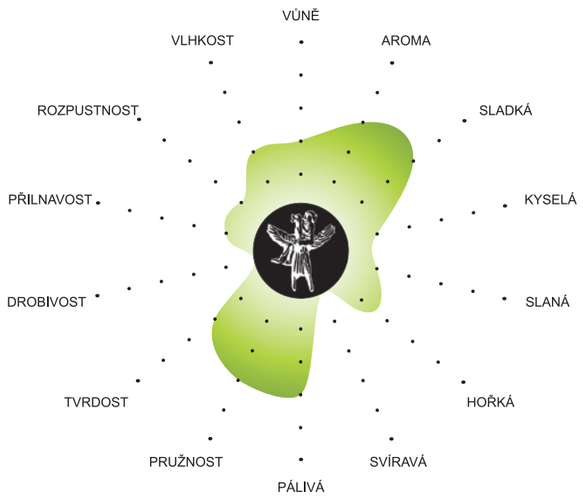
Název „caciotta“ pochází ze slova „cacio“, v latině „caseus“, tedy sýr. Caciotta je souhrnné označení pro početnou a pestrou skupinu sýrů, které bývají někdy nazývány i dalšími tvary tohoto slova: caciottina, caciottella, caciolla, caciottone a podobně. Obecně se jedná o sýry získané jednoduchými technologiemi zdokonalovanými podle individuálních zkušeností výrobců. V tomto smyslu caciotty skvěle reprezentují různé sýrařské kultury jednotlivých italských údolí. Obvykle se vyrábí v kulatých bochnících s hmotností mezi 500 a 2000 gramy a mohou být jak mladé, tak zrající 3 až 4 týdny. Technologicky nejsou limitovány žádnými přísnými výrobními standardy. Caciotty mívají v názvu bližší označení, které se vztahuje k typologii použitého mléka, k zeměpisnému původu nebo k výrobní technologii. „Caciotta pepata“ (tedy „caciotta s pepřem“), vyráběná v litovelské sýrárně, se vyznačuje plností své chuti dokládající sýrařskou zkušenost výrobce, svěžestí mléka a správnou dávkou intenzivního aromatického pepře.

Senzorický profil

Caciotta pepata má pěknou jasně bílou barvu zvýrazněnou tmavými zrnky přidaného pepře. Její vůně je jemná a zřetelně odkazuje na mléko a jogurt. Při dotyku sýr vykazuje pružnost typickou pro mladé sýry (doba zrání caciotty s pepřem je 9 dnů), sýrové těsto je charakterizováno značnou vlhkostí. V ústech můžete ocenit dobrou rozpustnost a bohatě kořeněné aroma se sladkým základem. Hlavní senzorickou vlastností tohoto sýra je kontrast (nebo lépe doplňování) vjemů trojklanného nervu se sladkou základní chutí (vjemy trojklanného nervu bývají dráždivé či agresivní, obvykle jsou doprovázeny pálením, svíravostí, horkostí). Kořeněné pikantní vjemy způsobené přidaným pepřem se rozpouští a zároveň zvýrazňují čerstvost a lehce nakyslou sladkost sýrového těsta.
Tento zajímavý sýr můžete kombinovat se svěžími bílými víny, jako je Lugana, skvěle se však Caciotta pepata hodí také k aromatickému červenému vínu, jakým je Nero d´Avola Borgo San Leo.



CACIOTTA PEPATA



Model Etana od: V. Bozzetti, B. Morara a M. Zannoni

Model Etana:
Caciotta stagionata

VINCENZO BOZZETTI
odborník na sýry, člen italské Národní organizace degustátorů sýrů ONAF, spoluautor metody senzorického hodnocení sýrů "Etana"

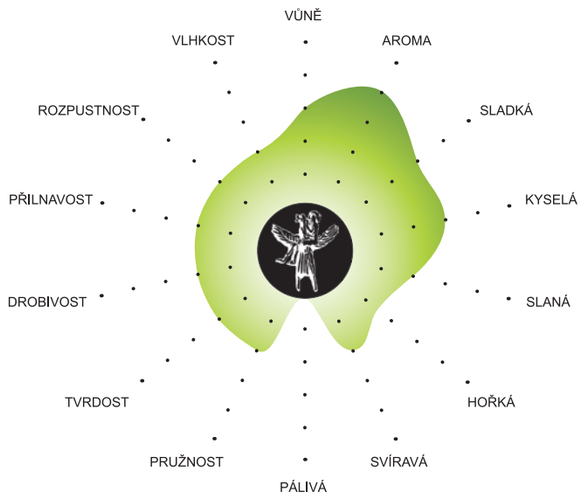
O sýru

Také Caciotta stagionata nachází smysl své existence, svou „raison d´etre“, ve své rozmanitosti vyplývající ze sýrařských zkušeností konkrétních výrobců. Caciotta stagionata se v Litovli vyrábí ze stejného vysoce kvalitního mléka jako ostatní sýry a její hlavní charakteristiky spočívají ve výrobní technologii a následném zrání se správnými časy a teplotami, v ručním zpracování a v neposlední řadě v umném použití mléčných bakterií, jež vede výrobní proces těmi nejvhodnějšími směry. Sýraři z litovelské sýrárny tak dokáží několika kroky dodat tomuto sýru osobitost a silný charakter. Tajemství sýrařského umění opravdu tkví jen v několika bodech: v kvalitě mléka a v dovedné sýrařské práci.

Senzorický profil

Caciotta stagionata má oproti své „sestřenici“ caciottě s pepřem odlišnou barvu. Intenzivní tóny žluté barvy jsou dokladem odlišné doby zrání, která je v tomto případě 3 až 4 týdny, a jiného procesu fermentace těsta, která se projevuje nepravidelnými malými oky typickými pro tento druh sýra. Vůně a aroma jsou ve srovnání s variantou s pepřem bohatší, dávají vyniknout esencím čerstvých bylin z pastvin, na kterých se dojnice pasou. Výrazné aroma sýra je dáno jak mlékem použitým na jeho výrobu, tak i fermentací použitých mléčných kultur. Základní chutě zralé caciotty mají následující postupnou tendenci: sladká – kyselá – – slaná – hořká. Velmi ceněna je pro svoji lehkou přilnavost na patře, která prodlužuje a zvýrazňuje její charakteristické aroma. Caciotta stagionata je vynikající s medem, italskými hořčicemi zvanými „mostarde“ a s marmeládami, skvěle se hodí k bílým, silně aromatickým vínům, jakými jsou Custoza či Chardonnay, a k plným červeným vínům, například k Montepulciano d´Abruzzo DOC Zaccagnini.

CACIOTTA STAGIONATA



Model Etana od: V. Bozzetti, B. Morara a M. Zannoni

Nejúspěšnější obraz prvního ročníku ceny „Premio Eccellenti Pittori – Brazzale" od mladého italského malíře Giovanniho Gasparra nazvaný Quum memoranda.

Cena Eccellenti Pittori – Brazzale

Rodina Brazzale, která aktivně působí v mlékárensko-sýrařském odvětví již více než dvě století, považuje za občanskou povinnost každého podniku, aby podporoval umění a tím obohacoval životy nás všech. Rodina už celé půl století organizuje a řídí mezinárodní festival klasické hudby – Asiagofestival, který se koná každé léto v italském městě Asiago, a podporuje také další kulturní oblasti, jako jsou literatura a malířství. A právě malířství se týká nová cena „Premio Eccellenti Pittori – Brazzale", již nedávno založila rodina Brazzale ve spolupráci s kritikem a novinářem Camillem Langone.

Mezi velkými italskými cenami v oblasti umění je tato jako jediná věnovaná výhradně malířství. Je také jedinou cenou, kde porota není tvořena odborníky, ale výhradně velkými milovníky všeho krásného, a jedinou cenou bez mondénních příkras, večírků a rautů. Její pozornost je upřena jen na to podstatné, tedy jak zviditelnit díla italského malířství vytvořená během posledních 12 měsíců. Cena navržená Camillem Langone vzala v úvahu všechny obrazy namalované v Itálii v roce 2014, které byly uveřejněny na webu www.eccellentipittori.it, a to bez diskriminace z důvodu věku, stylu či životopisu. Nebylo požadováno žádné zápisné, díla nemusela být dána v rámci soutěže k dispozici, a tak mohl vzniknout co nejucelenější přehled o té nejlepší současné malířské produkci - produkci tradiční, používající jen klasické náčiní: plátna, štětce, tempery, oleje, akrylové barvy. Porota nakonec za nejlepší obraz namalovaný v Itálii v roce 2014 označila **„Quum memoranda" od Giovanniho Gasparra**, malíře z Bari narozeného v roce 1983.

Porota prvního ročníku ceny „**Premio Eccellenti Pittori – Brazzale**" byla vskutku prestižní. K jejím italským i zahraničním členům patřili zástupci literatury (mezi jinými Giuseppe Culicchia známý i českým čtenářům díky překladům jeho knih Kolo, kolo mlýnský a Bla bla bla do češtiny), zástupci žurnalistiky, filozofie, architektury, hudby, enogastronomie, dále mecenáši a ekonomové (mezi nimi i Roberto Brazzale).

„Jsme nadšení, že můžeme tuto iniciativu podporovat. Věříme totiž, že i dnes má Itálie mimořádné talenty v oblasti malířství, které jsou hodny její dlouhé tradice. Jsou dědicové a pokračovatelé stejné přirozené náklonnosti ke kráse, která umožnila i kulinářské kultuře naší země, aby se za přispění úžasného přírodního i uměleckého bohatství stala tou nejoblíbenější na světě," uvedl k nové ceně vyzdvihující a podporující dnešní italské malířství Roberto Brazzale, prezident skupiny Brazzale.

Jarní rizoto

DOPORUČUJE RESTAURACE VILA PRIMAVESI

Suroviny

½ kg vyloupaného čerstvého hrášku
svazek mrkve
svazek chřestu
1,5 l kuřecího vývaru
2 dc bílého vína La FORMAGGERIA
500 g rýže arborio La FORMAGGERIA
1 nadrobno nakrájená šalotka
extra panenský olivový olej La FORMAGGERIA
sůl a pepř dle chuti La FORMAGGERIA
100 g sýru Gran Moravia La FORMAGGERIA
šťáva z 1 citronu

Příprava:

Zeleninu osolte a opepřete. Hrášek povařte krátce nad párou. Mrkev rozkrájejte na podélné plátky a vařte do poloměkka. Chřest oloupejte a uvařte nad párou. Zelenina musí zůstat křupavá. V hrnci osmahněte na olivovém oleji šalotku a rýži. Po pár minutách přidejte sůl a pepř. Zalijte bílým vínem a nechte odpařit. Postupně přilévejte vývar, ale vždy až se tekutina úplně vstřebá. Rizoto stále míchejte. Asi za 20 minut bude rýže hotová. Sundejte z ohně, zakapejte citronovou šťávou a vmíchejte sýr. Podle potřeby dochuťte solí a pepřem. Podávejte horké, obložené zeleninou.

La FORMAGGERIA – k dostání v La Formaggeria Gran Moravia

Chřest se sýrem Gran Moravia

Suroviny:

1 svazek zeleného chřestu • 100 g strouhaného sýru Gran Moravia La FORMAGGERIA • 100 g tyrolského špeku nakrájeného na tenké plátky La FORMAGGERIA • Extra panenský olivový olej na vytření pekáčku La FORMAGGERIA

Příprava:

Tvrdé konce chřestu jemně oloupejte. Do hrnce s vroucí osolenou vodou vložte chřest a vařte asi 5 minut. Chřest musí zůstat křupavý. Poté ho okamžitě zchlaďte v ledové vodě, tím si chřest zachová svěží zelenou barvu. Olivovým olejem jemně vytřete pekáček. Každý stonek chřestu obalte v tyrolském špeku. Rozložte vedle sebe do pekáčku. Zasypte bohatě sýrem Gran Moravia a nakonec zakápněte olivovým olejem. Pečte v troubě na 180 °C do lehkého zezlátnutí sýra. Podávejte s bagetkou.

Cannoli plněné krémem z ricotty

Suroviny:

trubičky cannoli La FORMAGGERIA
na náplň: ricotta La FORMAGGERIA • med • kandované ovoce, hoblinky čokolády na ozdobení

Příprava:

V míse zpracujte ricottu s medem a poté jí pomocí cukrářského sáčku naplňte cannoli. Na konci můžete trubičky ozdobit kandovaným ovocem nebo kousky čokolády.

Pasta alla checca

Suroviny:

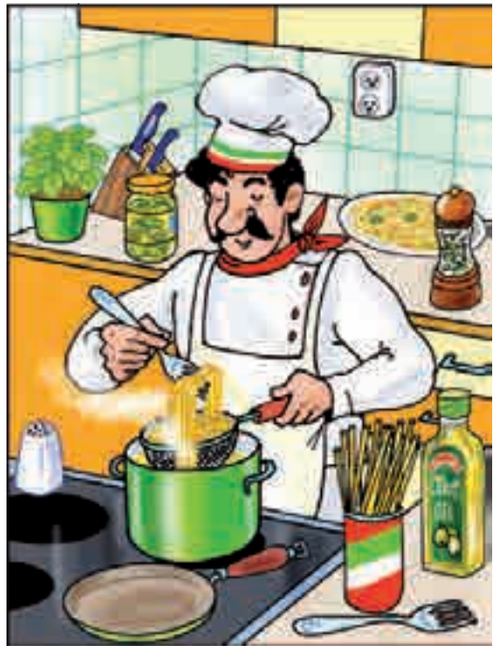
400 g krátkých těstovin La FORMAGGERIA • 200 g mozzarelly La FORMAGGERIA • 200 g sýru caciotta La FORMAGGERIA • 300 g cherry rajčátek • extra panenský olivový olej La FORMAGGERIA • sůl La FORMAGGERIA • mletý černý pepř • bazalka

Příprava:

Uvařte těstoviny al dente, přidejte trochu oleje, zamíchejte a nechte vychladnout. Nakrájejte mozzarellu a caciottu na malé kostičky, omyjte rajčátka a rozkrojte na čtvrtiny. Vložte vše i s těstovinami do skleněné mísy, dobře promíchejte, přidejte pepř, trochu soli, nasekanou bazalku a trochu oleje. Podávejte vlažné či za studena.

La FORMAGGERIA dětem

Najdi 10 rozdílů!

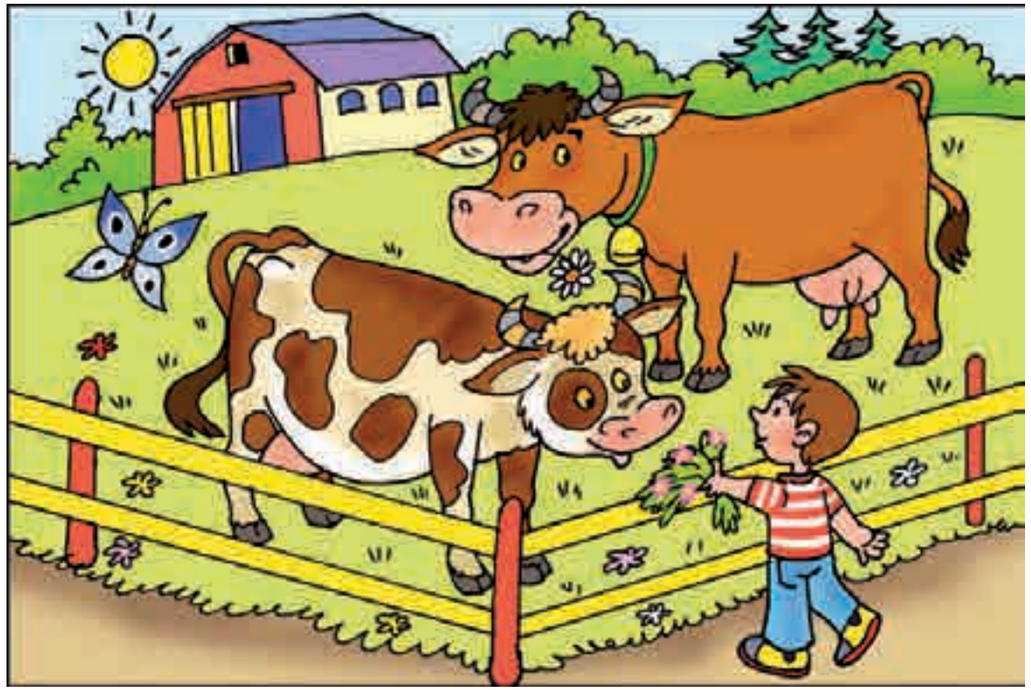


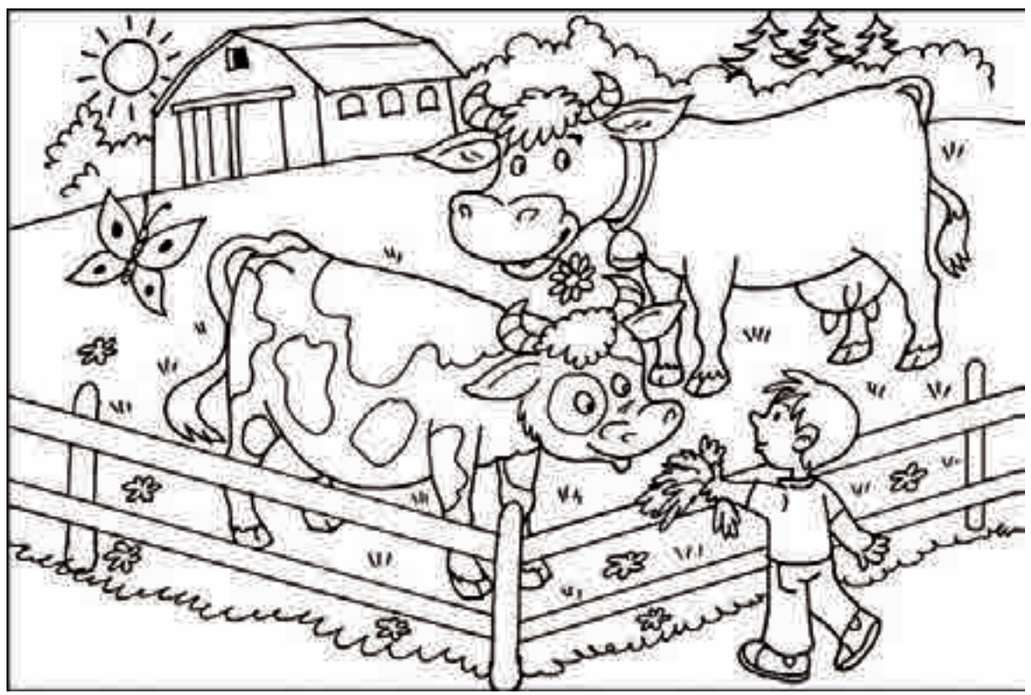
+ - x :

Doplň správné číslo místo otazníků.

24 : ? = 3
? x 11 = 55
12 + ? = 27
? : 1 = 100
64 - ? = 46
? + 75 = 109
14 x ? = 70
? - 27 = 32
99 : ? = 3
? + 99 = 132
16 - ? = 1
? : 6 = 14

Omalovánky





Tik tak, tik tak

a) Najdi stejné typy budíků.

b) Do prázdných nakresli ručičky tak, aby ukazovaly:

1. **za pět minut devět hodin**
2. **15:25 h**
3. **tři čtvrtě na jedenáct**
4. **za deset minut půl dvanácté**
5. **osm hodin a 15 minut**

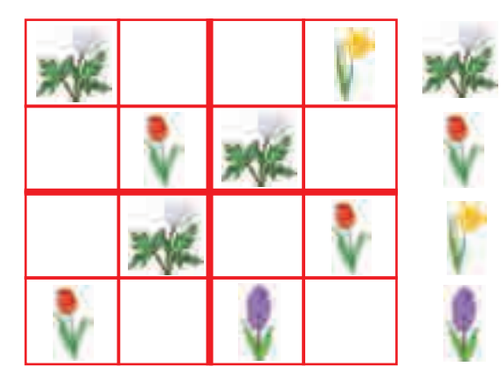
Hody, hody, doprovody

Najdi k pomlázce správnou mašličku.

Napůl

Dokresli obrázek.

Jarní sudoku



Do prázdných políček doplň chybějící květinku.

Žádná v řádku, sloupci nebo čtverci se nesmí dvakrát opakovat.

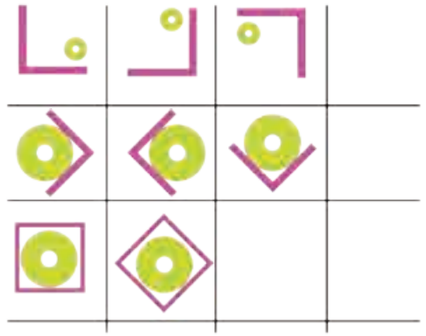
How do you say?

Vepiš do bublin správné věty.

This is my sister Jane.
This is my football ball.
Hi, I'm Tom.
We live here.
Our dog's name is Black.
These are our parents.

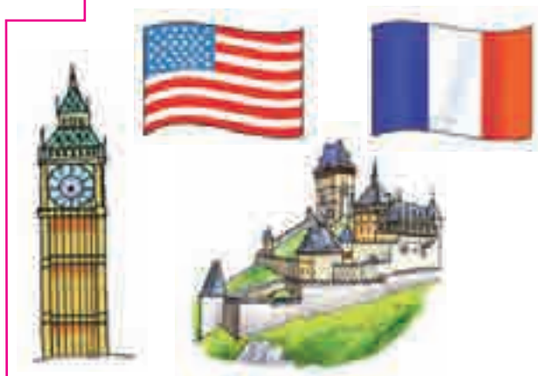
Co tam patří?

Zakresli tvary, které by měly následovat.



Cesta kolem světa

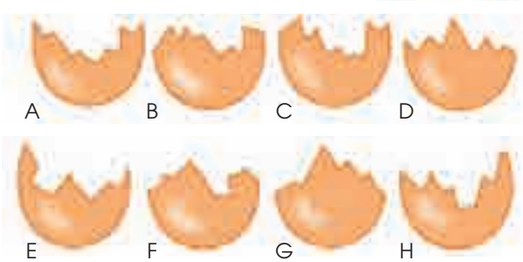
Přiřaď památky k zemi a spoj je s vlajkou.



USA, Česká republika, Francie, Velká Británie.

Vajíčko

Přiřaď správnou polovinu vajíčka.



Špenátový krém s ricottou

Suroviny:

500 g čerstvého špenátu • 1 najemno nakrájená šalotka • 4 stroužky česneku • čerstvé máslo la FORMAGGERIA • 1,5 l zeleninového vývaru • 150 ml smetany ke šlehání • 150 g ricotty la FORMAGGERIA • sůl, pepř • nadrobno nasekané oregano (může být i sušené) • 4 plátky opečené pancetty (nebo dle chuti) la FORMAGGERIA

Příprava:

V hrnci rozehřejte máslo a zpěňte na něm cibuli s česnekem. Přilijte vývar a nechte lehce provařit. Poté vložte špenát. Pár lístků si nechte stranou na ozdobu. Vařte dalších 10 minut. Dochuťte smetanou, solí, pepřem a bylinkami. Polévku rozmixujte na hustý krém. Ricottu rozšlehejte se dvěma lžícemi smetany. Na talíře tvořte dvěma lžičkami malé nočky. Zalijte špenátovým krémem a ozdobte plátky pancetty a čerstvého špenátu.

Vepřová panenka

s restovanými fazolovými lusky a sýrovou omáčkou

Suroviny:

200 g vepřové panenky • sůl, pepř la FORMAGGERIA • fazolové lusky • máslo la FORMAGGERIA • smetana • směs sýrů Verena, provolone a Gran Moravia la FORMAGGERIA

Příprava:

Panenku pokrájejte na medailonky, osolte a opepřete. Na rozpálené pánvi nechte maso ze všech stran zatáhnout a na mírném plameni dopečte. Fazolové lusky spařte a poté orestujte na másle. Připravte si sýrovou omáčku. Ve smetaně nechte rozpustit sýry Verena, provolone a Gran Moravia nakrájené na malé kostičky, pro posílení chuti můžete přidat trochu vývaru.

Kapustový list plněný ricottou s olivovou tapenádou

(soutěžní recept Zuzany Kopečné)

Suroviny:

250 g kapustových listů • 250 g ricotty La FORMAGGERIA • čerstvá pažitka • 125 g barevných paprik • 15 g plátkové želatiny • sůl La FORMAGGERIA • černé koření rozdrcené v hmoždíři • 100 g oliv La FORMAGGERIA • 20 g česneku • 1,5 dl extra panenského olivového oleje La FORMAGGERIA • balzamikový ocet bílý La FORMAGGERIA

Příprava:

Kapustové listy spařte ve vroucí vodě, zchlaďte a nechte osušit (studená voda na teplých listech způsobí, že si ponechají svoji barvu). Ricottu vyšlehejte a smíchejte s paprikou nakrájenou na maličké kousky, nasekanou pažitkou a rozpuštěnou želatinou. Dochuťte solí a kořením. Listy naplňte ricottou a srolujte pomocí potravinářské folie. Nechte ztuhnout a nakrájejte. Tapenádu připravte z vypeckovaných oliv rozmixovaných s upečeným česnekem, dochuťte octem, solí, kořením.

Sýrová roláda s ricottou a papájou

(soutěžní recept Dáši Janovské)

Suroviny: (2 porce)

½ papáji • 225 g sýru Piave Mezzano, Verena nebo provolone La FORMAGGERIA • 100 g prosciutto cotto La FORMAGGERIA • 150 g ricotty La FORMAGGERIA • 3–4 polévkové lžíce mléka La FORMAGGERIA • 1 čajová lžíce čerstvého koriandru • 1 polévková lžíce křenu • cukr

Příprava:

Z papáji odstraňte lžičkou semínka a nakrájejte ji na proužky délky 10 cm a silné 2 cm. Ricottu rozšlehejte s mlékem, ochuťte cukrem a mletým koriandrem. Vmíchejte lžíci křenu. Sýr Piave Mezzano nakrájejte na menší kousky, vložte do mikrotenového sáčku a pevně zavažte. Sáček vložte do horké vody a zahřívejte na mírném plameni, až zvláční. Zahřátou sýrovou hmotu rozválejte do obdélníkového tvaru. Potřete ho lehce ricottou, na ni položte plátky šunky a opět potřete ricottou. K jednomu kraji položte plátky papáji, přitiskněte, zarolujte. Dejte do chladničky dobře vychladit. Vychlazenou roládu příčně nakrájejte na plátky, narovnejte na talíř a podávejte s čerstvou zeleninou a pečivem.

Recepty byly připraveny v restauraci Vila Primavesi, Univerzitní 7, Olomouc, www.primavesi.cz.

Jak se v Litovli rodí caciotta

Je středa ráno a my vstupujeme spolu s fotografem a s vedoucím výroby Miloslavem Fidlerem do výrobní místnosti, kde se dnes bude připravovat přírodní sýr italského typu caciotta. Na programu je výroba sýra caciotta fresca (přírodního) a caciotta pepata (s pepřem).

U dveří do výrobny si kromě plášťů a pokrývek hlavy nasazujeme i roušky. Vcházíme a uvnitř se lesknou nerezové kotle, vany a vše na nás dýchá profesionální atmosférou. Sýraři dnes vyrobí cca 500 kg sýra – běžně je vyrobeno nejvíce sýra typu fresca (přírodního), ostatní typy, jako je pepata (pepřový), diavoletto (feferonkový) a stagionata (zrající), jsou vyrobeny v menším množství. Samotná výroba dnes bude sýrařům trvat přibližně 10 hodin. Hotový sýr pak zamíří do sítě vlastních prodejen La Formaggeria Gran Moravia v České republice. Nemá žádné sezónní výkyvy v prodeji, ve stejném množství odchází do prodejen celoročně.

Do kotle (výrobníku) se napouští plnotučné mléko o tučnosti 3,5 % a tepelně se upravuje. Do mléka se přidají mléčné kultury a půl hodiny se v kotli mléko míchá.

Pak se přidá syřidlo, díky němuž dochází ke srážení. Dvě minuty se zamíchává do mléka, které se sráží – tento proces srážení trvá asi dvacet minut.

Sýřenina se krájí velkými nerezovými noži přímo v kotli a poté zůstává stát. Následně se asi 5 minut opět krájí noži na drobné zrno. Sýřenina pak klesne na dno kotle a syrovátka, která zůstala nahoře, je odsávána pryč.

Ze základního kotle sýraři část sýřeniny přepustí do druhého kotle, v němž se bude vyrábět ochucená caciotta s pepřem.

Z kotle (výrobníku) se sýr vypouští do drenážní vany. Drobným bílým zrnem se plní formy, do kterých ho sýraři silou zatlačují. Ve formě sýr váží asi dva kilogramy.

fotoreportáž

Sledujeme ruční otáčení teplého sýra ve formě, který se „zatepla“ dobře tvaruje. Fascinují nás silné ruce sýrařů, kteří si s dvoukilovým sýrem zlehka pohazují. Teď už se caciotta spojuje v kompaktní hmotu.

Sýry se ještě jednou ručně otáčí a putují do 70 °C horké vodní lázně pro dosažení finálního tvaru. Po vytažení se ještě dvakrát otáčí ve formě a po dosažení správného pH odchází do solné lázně, kde se nasolují 4 hodiny.

Po nasolení je sýr převezen ve vozíku do zrací komory. Typ fresca a pepata zde zrají 9 dní při teplotě 4–5 °C, typ diavoletto a stagionata zrají 21 dní při teplotě 12–15 °C.

CACIOTTA FRESCA

Mladý přírodní sýr italského typu, je vhodný ke konzumaci s tmavým i světlým pečivem a do zeleninových salátů.

CACIOTTA PEPATA

Mladý přírodní sýr italského typu s přidáním čerstvě nadrceného pepře, je vhodný pro výrobu předkrmů a jednohubek a do zeleninových salátů.

CACIOTTA DIAVOLETTO

Sýr s delší dobou zrání s přidáním nakrájených sušených feferonek, je vhodný do pikantnější kuchyně – pro přípravu zeleninových salátů, na smažení i grilování.

CACIOTTA STAGIONATA

Polotvrdý sýr s delší dobou zrání, je vhodný jako vychlazený večerní dezert, jako součást obložených mís, na grilování.

Během zimy se i my lidé dostáváme do stavu určité letargie. Samozřejmě si nehledáme místo k zimnímu spánku jako mnozí živočichové, ale naše fyzická aktivita v tomto období chladna a krátkých dnů zpomaluje. Také více jíme, hlavně v době svátků si dopřáváme sice velmi dobrá, ale zároveň vydatná a vysoce kalorická jídla. Když pak jaro začne klepat na dveře a dny se prodlužují, snadno a nemilosrdně se ukáže nějaká ta zaoblená křivka navíc. Nemějte však obavy, stačí jen trocha píle a s radami profesora Pier Luigi Rossiho se před létem dostanete zpátky do formy. Vyzkoušejte následující stravovací schéma.

Všichni zpátky do formy, jaro je tady

Sluníčko, prodlužující se dny, chuť vyrazit na čerstvý vzduch – je tu jaro. A po zimě také nějaké to kilo navíc, kterého je potřeba se zbavit. Přinášíme vám několik rad profesora Pier Luigi Rossiho, jak se vrátit zpátky do formy.

Několik obecných rad

Jezte pětkrát denně, tedy snídani, oběd a večeři a dvě svačiny na bázi ovoce a zeleniny, jednu v polovině dopoledne a druhou během odpoledne. Do jedné z těchto svačinek můžete zahrnout také jogurt, který si vychutnáte s čerstvým ovocem. V každém případě ovoce, a to i ve formě šťávy nebo rozmixované, je skvělým spojencem pro zahnání hladu. Zelenina a ovoce by měly představovat velkou část konzumovaných potravin. Obecně se doporučuje jíst více v první části dne, tedy k snídani až k obědu, a nikoli večer. Nezříkejte se sacharidů, jen jejich konzumaci rozumně omezte, právě ony jsou totiž díky svým uklidňujícím vlastnostem důležité při boji se stresem.

Snídaně

V dnešní době je již všeobecně známo, že je snídaně základním jídlem celého dne, pomáhá hubnout a předcházet některým onemocněním, navíc dodává nezbytnou energii při startu do nového dne. Snídaně může být dvojího druhu: s převahou sacharidů, nebo s převahou bílkovin. V prvním případě si k teplému nápoji dejte müsli nebo vločky s jogurtem či s mlékem a tři ořechy nebo mandle. Dáte-li přednost proteinové snídani, připravte si 100 g ricotty nebo 30 g Gran Moravia, 50 g dušené šunky nebo bresaoly. Jezte s plátkem celozrnného chleba, sezónním ovocem a 3 ořechy nebo mandlemi, zapíjejte opět teplým nápojem. Rozhodně nepijte na lačno kávu, tím

totiž dráždíte žaludeční sliznici a ta pak začne vylučovat více žaludečních šťáv.

Oběd

Tento chod si vychutnejte v klidu a pokud možno vsedě. Stejně jako u snídaně i zde můžete volit mezi alternativou s bílkovinami, nebo se sacharidy, nikdy ale oběd nezapomeňte doplnit porcí syrové nebo vařené zeleniny. K obědu si tedy dejte jeden pokrm spolu s míchanou syrovou nebo vařenou sezónní zeleninou dochucenou lžící olivového oleje. Pokud si chcete dát oběd na bázi sacharidů, připravte si těstoviny (50 g) nebo rýži (50 g) nebo jiné obilniny, jako je špalda (60 g) a proso (60 g), a k nim rybu, například tuňáka, nebo sýr, v případě této obědové alternativy vynechte pečivo. Proteinový oběd se naopak může skládat například ze sýrů (60 g Vereny, 50 g Gran Moravia, 150 g ricotty), vajec (2), prosciutto crudo nebo bresaoly (70 g) či kuřete (170 g) konzumovaných spolu s celozrnným pečivem. Obecně platí, že ryby se mají konzumovat alespoň dvakrát týdně. Vynikající je čerstvý losos (170 g), sardelky nebo makrela (u obou 100 g).

Večeře

U posledního chodu dne je vhodnější proteinová alternativa, která umožňuje kontrolovat glykemii a hladinu cukru v krvi, a tím i tvorbu cholesterolu během noci. Začněte syrovou sezónní zeleninou a přidejte živočišné či rostlinné bílkoviny, dále vařenou zeleninu a plátek celozrnného chleba, večeři nezapomeňte dochutit lžící extra panenského olivového oleje. V chladných dnech si můžete uvařit zeleninovou polévku, nejlépe dochucenou kostičkami sýru Gran Moravia a opečenými kostičkami celozrnného chleba. Dohlížejte na to, abyste v průběhu týdne konzumovali sýry, ryby, bílé i červené maso a rostlinné bílkoviny, které jsou např. v luštěninách.

PIER LUIGI ROSSI
Lékař se specializací na výživu

Odborník na výživu, působí jako profesor na univerzitách v Boloni a v Republice San Marino.

Trocha fyzické aktivity

Dostat se po zimě do formy, to vyžaduje také trochu fyzické aktivity. Začněte třeba obyčejnou každodenní procházkou trvající alespoň 30 minut. Každodenní provozování tohoto druhu pohybu by se mělo stát součástí zdravých návyků stejně jako správné stravovací zvyky. Navíc jde o činnost, která nevyžaduje žádné speciální vybavení, stačí pár pohodlných sportovních bot a pohodlné oblečení. Není zapotřebí ani speciální fyzická příprava. V pracovních dnech můžete k procházce využít i polední pauzu. Ideální je, samozřejmě pokud to podmínky umožní, vyrazit pevným krokem na procházku do parku nebo někam do přírody. Pro milovníky nejrůznějších technologií se nabízejí krokoměry nebo elektronické náramky, které změří ušlou vzdálenost a poskytnou mnoho dalších informací.

Deníček zdraví

Užitečným pomocníkem se vám může stát skutečný deníček zdraví, kam si budete pravidelně zapisovat vlastní hmotnost a tělesné proporce, informace o konzumovaných potravinách a o vyvíjené fyzické aktivitě a případně i hodnoty krevního tlaku nebo údaje zjištěné během kontrol u lékaře. Monitorování vlastního organismu v průběhu času může pomoci pochopit, co vaše tělo opravdu potřebuje, a vést vás i v budoucnu k dodržování správného stravovacího režimu.

Balzámový elixír
Aceto Balsamico di Modena

Aceto Balsamico di Modena je starobylá kořenící přísada pocházející z Modeny, která se skvěle hodí pro všechny typy kuchyně, včetně té moderní, a lze ji použít v tradičních i méně obvyklých kombinacích.

Jedno staré, zřejmě toskánské přísloví praví: *„Nikdy vesničanovi neprozraď, jak lahodný je sýr s hruškami“*. Kdyby ale toto přísloví tvořili labužníci jen o sto kilometrů dál, bezpochyby by nezapomněli přidat *„a s balsamikem“*. Právě v Modeně, v srdci regionu Emilia Romagna, vznikl autentický elixír, plod země, vína, vzácného dřeva a starobylé tradice: **Aceto Balsamico di Modena Igp.**
Původ tohoto výrobku můžeme hledat dokonce už u starých Římanů. V Modeně vždycky existovaly různé druhy octa z moštu z vinných hroznů podle toho, jak se historicky vyvíjely různé receptury, metody přípravy a zrání. Aceto Balsamico di Modena vděčí za své kouzlo také místům, kde dozrává a získává svoji typickou chuť, která z něho dělá nezaměnitelné a vysoce ceněné koření. Je v pravém smyslu výsledkem rituálů a tajemství jednotlivých octáren zvaných „Acetaie“, ty mají totiž podkrovní prostory zaručující vhodné klimatické podmínky pro zrání výrobku v souznění s tradičními metodami, s nezbytným větráním a přirozenými výkyvy teploty, jež jsou pro správné zrání Aceto Balsamico di Modena naprosto zásadní. Za své jméno (balsamico znamená v překladu balzámový) tento produkt vděčí blahodárným vlastnostem, které mu byly v minulých staletích přikládány. Různé důkazy například hovoří o používání balsamika jako léku v době moru, lidová tradice mu přisuzuje také afrodiziakální účinky. Dnes je Aceto Balsamico pro své vlastnosti a schopnost dodat pokrmům jedinečnou chuť jedním z nejoblíbenějších italských produktů na světě. Jeho skladování je jednoduché, můžete ho mít v kuchyni hned vedle olivového oleje a dalšího koření. Důležité je, aby bylo místo chráněno před přímým slunečním světlem. Díky snadnému používání najde Aceto Balsamico své místo v každé kuchyni, tak jako sůl a pepř.

Aceto Balsamico zraje v dřevěných sudech.

Aceto Balsamico má tmavou barvu a především nezaměnitelnou chuť, která se hodí k velké škále pokrmů. Foto Andreas Levers

Jak se získává

Tento produkt se získává z vinných odrůd Lambrusco, Sangiovese, Trebbiano, Albana, Ancellotta, Fortana a Montuni. Vinné hrozny se slisují a pak se mošt získaný z lisování koncentruje, až dosáhne té správné hustoty. Následuje proces kvašení a čištění, který probíhá v sudech z drnákového, kaštanového, dubového, morušovníkového či jalovcového dřeva.

Aceto Balsamico di Modena v kuchyni

Jeho aromatická chuť a kyselost se skvěle hodí k vařené i syrové zelenině, ale také ke všem druhům masa a ryb. Obzvláště vhodný je také k ochucení čerstvých i zralých sýrů, sladkých pokrmů, zmrzliny a ovoce. Na mnoho pokrmů lze použít redukci z balsamika, glassa di aceto balsamico, která má sladší chuť.

Jahody zakápnuté balsamikem jsou obvyklou italskou pochoutkou. Vyzkoušejte lahodnou chuť jahod zalitých kvalitním balsamikem smíchaným s trochou medu a delikatesu posypejte čerstvě drceným barevným pepřem a ozdobte bazalkou.

Inspirace pro vás:

Vyzkoušejte několik receptů s balsamikem, v nichž se snoubí jednoduchost s chutí.

Předkrm

Carpaccio s hoblinkami Gran Moravia a balsamikem
Základem chutného hovězího carpaccia je opravdu čerstvé a vysoce kvalitní maso – nejlépe svíčková, roštěnec nebo zadní kýta. Velmi tence nakrájené plátky masa rozložte na servírovací talíře a okořeňte extra panenským olivovým olejem, solí, pepřem a redukcí z Aceto Balsamico. Tuto redukci připravíte jednoduše tak, že do kastrůlku nalijete Aceto Balsamico a přivedete ho k varu. Když začne vřít, pozvolna přidáte lžíci bramborového škrobu předem rozpuštěného v troše studené vody a stále míchá dřevěnou vařečkou až do zhoustnutí. Před použitím nechte redukci vychladnout. Na závěr přidejte vydatné množství hoblinek Gran Moravia.

První chod

Rizoto s Gran Moravia, cibulí a balsamikem
Dvě cibule nakrájejte na tenké plátky a na másle je na mírném ohni orestujte. Přidejte tři lžíce Aceto Balsamico, sůl, pepř a vařte, až plátky změknou. Na extra panenském olivovém oleji orestujte 350 gramů rýže, přelijte bílým vínem a za postupného přidávání zeleninového vývaru a občasného míchání nechte vařit. Když je rýže hotová, přidejte trochu másla a nastrouhaného sýru Gran Moravia, nechte pár minut pod pokličkou odstát a servírujte na talíř. Navrch dejte připravené plátky cibule, zakápněte ještě trochou balsamika a podávejte.

Druhý chod na grilu

Marinované jehněčí kotlety s červenou čekankou a balsamikem
Jehněčí kotlety naložte do marinády z oleje, soli, pepře a několika snítek tymiánu. Omyjte a nechte oschnout listy čekanky. Mezitím velmi najemno namačkejte pár stroužků česneku. V dostatečně velké míse smíchejte česnek se třemi lžícemi balsamika, přidejte špetku soli, šest lžic oleje, pepř a snítku rozmarýnu. Nyní ogrilujte kotlety, na gril přidejte na chvíli také listy čekanky. Zlehka ogrilovanou čekanku vložte do mísy s připravenou zálivkou, promíchejte, přidejte nasekanou petrželku a servírujte spolu s grilovanými kotletami.

Sladký dezert

Zmrzlina s balsamikem, jahodami a oříšky
Zpracujte 400 gramů kvalitní smetanové zmrzliny se čtyřmi lžícemi Aceto Balsamico. Podávejte v pohárech posypané nasekanými oříšky a jahodami nakrájenými na kostičky.

Balsamico v kostce

Skladování
Aceto Balsamico di Modena můžete uložit na jakékoliv místo v kuchyni, které je chráněné před přímým slunečním světlem. Nádoba s balsamikem musí být dobře uzavřená.

Použití
Jde o kořenící přísadu s velmi širokým uplatněním, od předkrmů až po sladká jídla a ovoce. Spolu s extra panenským olivovým olejem se skvěle hodí na přípravu zálivky „vinaigrette“.

Vlastnosti
Chuť vyvážená, hořkosladká, vůně lehce nakyslá, jemná, přetrvávající, s lehkými tóny dřeva.

Původ jména
Přídavné jméno „balsamico“, tedy balzámový, je odvozeno od předpokládaných blahodárných účinků, které mu byly v minulých stoletích přisuzovány. Existují různé důkazy o jeho použití jako léku v dobách moru.

Kozí sýry – to je chuť a lehkost na vašem stole

Výrazné, lehké, snadno stravitelné – tyto tři charakteristiky skvěle vystihují výrobek, kterému se věnujeme v tomto čísle magazínu, tedy sýry z kozího mléka. Jde o vlastnosti, díky kterým výživoví specialisté stále častěji doporučují konzumaci těchto živočišných bílkovin, vhodných i pro ty, kdo hledají alternativu ke kravskému mléku.

Velké oblibě se kozí sýry těší také mezi gurmány a sýrovými nadšenci. Konzumují se mladší i starší nebo také extra zralé, často se pro jejich zrání používají speciální postupy. V dnešní době jsou zkrátka kozí sýry důležitou součástí kuchyně, oceňovanou jak pro chuť, tak pro specifické vlastnosti mléka, z něhož jsou vyráběny. Ty obzvláště vyzrálé jsou oblíbené kvůli své silné a pronikavé chuti a charakteristickému aroma. V Itálii byla výroba kozích sýrů dříve soustředěna v severních a jižních regionech, dnes se však rozšířila i do dalších oblastí. Dlouhá tradice a široká škála druhů tohoto sýra se uchovává v regionech Sardínie, Lombardie a Lazio.

Jak si vychutnat kozí sýry

Mladší kozí sýry se skvěle hodí například na přípravu chutného a velmi jednoduchého ochuceného sýra. Na talíř dejte sýr nakrájený na kostičky, okořeňte trochou kvalitního extra panenského olivového oleje, případně solí a posypte dostatečným množstvím namletého pepře. Takto připravený sýr si nejlépe vychutnáte s tmavým chlebem nebo s lehkým sezónním salátem. Kozí sýr je vynikající také k ochucení těstovin. Na troše oleje opražte pancettu, pak k ní na pánev přidejte uvařené těstoviny a kozí sýr (nakrájený na kostičky nebo nastrouhaný) a vše dobře promíchejte. Vyzkoušet ho můžete také k těstovinám s rajčatovou omáčkou a lilkem, které bohatě posypete právě nastrouhaným kozím sýrem. Starší, vyzrálejší kozí sýry jsou vynikající nejen jako ingredience do dalších pokrmů, ale hlavně k přímému servírování na stůl. Spolu s dobrým chlebem a zeleninovou přílohou jsou výživným, chutným a rychlým jídlem. Ty nejzralejší sýry se v kombinaci s plnými víny či tmavým pivem výborně hodí ke skutečným degustacím. Dobře se dají použít i k ochucení slaných koláčů, k obohacení masových pokrmů, jako je masová roláda se sýrem a špenátem, nakrájené na silné plátky jsou vynikající na grilování.

výrobek měsíce

Jak skladovat kozí sýry

Mladé kozí sýry uložte v ledničce do těch nejchladnějších přihrádek, zralé naopak uložte do méně chladné části. Pro ostatní druhy jsou vyhovující průměrné teploty a pro skladování menších zbytků sýru je pak ideální přihrádka na zeleninu. Je-li to možné, uchovávejte kozí sýry v původním obalu, ve kterém jste je zakoupili. V případě krájených kousků či plátků sýru dbejte na to, aby byla nakrojená strana dobře chráněná vnitřní stranou obalu. Pokud sýr správně zabalíte, udržíte jeho aroma dobře oddělené od ostatních uskladněných výrobků. Před servírováním sýr nezapomeňte vyjmout z ledničky alespoň půl hodiny předem.

Výrobek měsíce v kuchyni našich zákazníků:

Pečená červená řepa s gnocchi a kozím sýrem (recept Dáši Janovské)

Suroviny: červená řepa • kozí sýr Caprottino Stagionato La FORMAGGERIA • gnocchi La FORMAGGERIA • extra panenský olivový olej La FORMAGGERIA • máslo La FORMAGGERIA • mořská sůl La FORMAGGERIA • krém balsamico La FORMAGGERIA • celý pepř • bobkový list • nové koření

Příprava:
Na alobal potřený olivovým olejem položte neoloupanou syrovou červenou řepu. Přidejte 2 ks bobkového listu, sůl, celý pepř a pár kuliček nového koření. Pevně zabalte a pečte 40 minut při 180 °C. Řepu oloupejte, nakrájejte na kostky a orestujte ji na másle. Přidejte uvařené gnocchi, prohřejte a zakápněte balzamickým krémem. Na závěr posypte strouhaným kozím sýrem.

Vlastnosti sýrů z kozího mléka

– bílkoviny kozího mléka jsou lépe stravitelné než u kravského mléka
– dobré, lehce stravitelné a dobře snášené
– bohaté na vitamín A, selen a taurin

La FORMAGGERIA – k dostání v La Formaggeria Gran Moravia

Šafránové risotto se sýrem mascarpone

Krok za krokem

Suroviny:

• 320 g rýže arborio La FORMAGGERIA • 40 g másla La FORMAGGERIA • 1 cibule • 1 litr vývaru (nejlépe zeleninového) • 100 g smetanového sýru mascarpone La FORMAGGERIA • nasekaná čerstvá petržel • 1 sáček šafránu La FORMAGGERIA • ½ sklenice bílého suchého vína La FORMAGGERIA • 2 polévkové lžíce extra panenského olivového oleje La FORMAGGERIA • strouhaný sýr Gran Moravia La FORMAGGERIA

Příprava:

1. Na hlubokou pánev dáme 2 lžíce olivového oleje, cca 30 g másla, přisypeme najemno nakrájenou cibuli, kterou necháme zpěnit. Trochu osolíme (cibule se nepálí a nezhořkne).

2. Přidáme rýži, ztlumíme oheň a cca 2 minuty rýži mícháme a pražíme.

3. Přilejeme bílé víno a postupně pomalu přiléváme teplý vývar vždy, když se předchozí dávka vstřebala do rýže.

4. Za stálého míchání necháme vývar postupně vstřebávat do rýže. Opepříme. Doba varu je cca 18 minut.

5. Dvě až tři minuty před koncem přidáme sáček mletého šafránu.

6. Dále přidáme sýr mascarpone, petržel a promícháme. Na zjemnění chuti přidáme zbytek másla, promícháme, odstavíme a přidáme strouhaný sýr Gran Moravia.

Doporučujeme servírovat do hlubokého talíře, tak aby rizoto udělalo „vlnu“ – all´onda. K šafránovému rizotu se skvěle hodí bílé víno Chardonnay. Rizoto je uvařeno al dente – uvnitř je rýže tvrdší, nahoře uvařená v krémové konzistenci.

DOBROU CHUŤ, BUON APPETITO!

RESTAURACE VILA PRIMAVESI

Dnes jsme pro vás připravili typické italské jídlo – šafránové risotto. U Italů má ještě dovětek „alla Milanese“ – po milánsku. Podle legendy ho vymyslel malíř chrámových oken, který při barvení oken používal šafrán. Sklízel za to posměch, tak ho přidal i do svatební rýže svého mistra a svatebčané byli nadšeni. Pokud ho správně uvaříte z výše uvedených surovin, věřte, že budete jíst i očima a stane se favoritem vašeho jídelníčku.

Restaurace Primavesi

provozovaná skupinou Brazzale nabízí jedinečný gastronomický zážitek v malebném prostředí olomoucké secesní vily Primavesi. Hosté tu mohou objevovat vynikající pokrmy italské kuchyně, často připravené se sýry a dalšími delikatesami, které lze zakoupit v prodejnách La Formaggeria Gran Moravia. Vedle typických italských jídel jsou v menu také originální pokrmy připravené italským šéfkuchařem a nechybí ani jídla moravské kuchyně.
V teplých měsících lze využít příjemného prostředí letní zahrádky.
Restaurace Primavesi, Univerzitní 7, Olomouc, ***www.primavesi.cz****, tel.: 585 204 852.*

Mimo veronské hradby není světa,
vše očistec a muka, peklo jen.
Být vyhnán z nich je ze světa být vyhnán,
a vypuzení ze světa je smrt.
Tak »vyhnanstvím« jest jiné jméno smrti,
a »vyhnanstvím« když označuješ smrt,
mně hlavu stínáš zlatou sekerou,
a usmíváš se k ráně, jež mne vraždí.
(William Shakespeare, Romeo a Julie, přeložil J. V. Sládek)

Tak chutná Verona

Italské město Verona je městem Romea a Julie, Arény, slavných náměstí a věží. A je to také kolébka moučníku Pandoro, rýže a kvalitního vína.

„Mimo veronské hradby není světa", říká Shakespearův tragický hrdina Romeo Montek, který je spolu s Julií Kapuletovou hlavní postavou dramatu Romeo a Julie, příběhu, který se stal archetypem dokonalé a neumožněné lásky. Shakespeare Veronu nikdy nenavštívil, popisy města rozkládajícího se na březích Adiže z pera jiných spisovatelů ho ale zaujaly natolik, že se rozhodl právě na její náměstí, do hradeb, věží a uliček umístit drama dvou mladých lidí. A tak se Verona časem stala městem zamilovaných a místa, kde se tragédie odehrává, jsou každoročně navštěvována tisíci turisty. Spatřit chtějí mimo jiné pověstný balkon Juliina domu (na snímku). Ve skutečnosti jde o **Stallo del Cappello**, starý dům s věží postavený kolem roku 1200, který byl podle lidové tradice **domem rodiny Kapuletů**. Staletími poškozený dům i jeho podmanivý dvůr, kam vede slavný balkon, byly zrestaurovány a doplněny architektonickými a dekorativními prvky inspirovanými středověkou dobou.
Křivdili bychom však Veroně, pokud bychom z ní chtěli udělat pouze město Romea a Julie. Město i jeho okolí totiž stojí za návštěvu i z mnoha jiných důvodů. Až zavítáte do Verony, navštivte kromě míst, která jsou součástí itineráře vedoucího po stopách slavné tragédie, také slavná veronská náměstí. Na nejslavnějším z nich zvaném **Piazza delle Erbe** se nachází veronské římské fórum. Náměstí, které je obklopené nádhernými paláci a středověkými věžemi a v jehož středu se nachází kašna ze 16. století, je tradičním místem setkávání místních obyvatel i turistů. Nezapomeňte zajít i na aristokratické náměstí **Piazza dei Signori**, prohlédnout si veronský dóm, jehož křtitelnice se honosí krásnými freskami, a **veronskou Arénu**, kde se koná prestižní operní festival.
Seznam památek by byl ještě hodně dlouhý. Jediným pohledem se můžete krásami Verony pokochat z neobvyklého stanoviště. Stačí vystoupat na věž **Torre dei Lamberti**, vypínající se do výšky 84 metrů, odkud dohlédnete i k nedalekému Lago di Garda. Turista, který vystoupá až sem, okamžitě pochopí, proč se UNESCO rozhodlo chránit historické centrum Verony a prohlásit ho světovým dědictvím UNESCO.

Výtečné sušenky z Verony si můžete koupit v prodejnách La Formaggeria Gran Moravia.

Jídlo a pití ve Veroně a jejím okolí

Stejně jako mnohá další italská města, také Verona je kolébkou některých tradičních italských pochoutek, počínaje nepřekonatelným moučníkem Pandoro, k němuž se řadí i mnohé další sladké speciality. Díky nim a jejich významným výrobcům můžeme Veronu označit za italské hlavní město sladkého pečiva. Nezapomeňte vyzkoušet l´amor di polenta, fritole, které patří k období karnevalu, nebo nadalin.
Další chloubou veronské oblasti, známou po celém světě, je zdejší rýže, jejíž pěstování tu má velmi dlouhou tradici. Rostliny mají kořeny zapuštěné v průzračných podzemních vodách úrodné veronské nížiny, díky nimž má zdejší rýže své vysoce ceněné vlastnosti a hodí se na přípravu risotta, polévek i nákypů. V největší pěstební oblasti rýže, kterou je Isola della Scala, se každoročně pořádá tradiční rýžový festival, kde si můžete pochutnat na typickém "rizotu po isolánsku" (risotto all´isolana). **Isola della Scala je kouzelným místem s kostely, vilami a věží Scaligera, které jsou obklopeny řekou Tartaro** a tzv. "Pile da riso", což jsou zařízení na vodní pohon, která se dříve používala pro oddělování rýžových zrn od slupek. Oblast veronské nížiny nabízí mnoho zajímavých turistických tras v místech, která zůstala po staletí takřka nedotčená. Zkuste navštívit třeba slatinu Pellegrina na Isola della Scala nebo park Valle del Menago v Bovolone.
Z této okouzlující italské oblasti určitě neodjíždějte dříve, dokud neochutnáte zdejší vína. Provincie Verony je se svojí kopcovitou krajinou zemí vín ceněných po celém světě. Zvlněné oblasti Lessinia a Valpolicella, kolébka vína Amarone, nabízejí nezaměnitelné panorama. Kraj kolem Valpolicelly je zajímavý i z architektonického hlediska. Může se pochlubit krásnými benátskými vilami, zdobí ho sloupoví, kostelíky, fary, široké ulice a nádvoří dokládající dlouhou historii této oblasti. A když už jsme u vína, nesmíme zapomenout na návštěvu **městečka Soave, kde se vyrábí stejnojmenné víno** a které se nachází uprostřed vinic táhnoucích se několik kilometrů. Město sálá více než kterékoliv jiné podmanivou středověkou atmosférou. Centrum obklopují dokonale zachované hradby s mnoha strážními věžemi a vévodí mu pevnost postavená na vrchu kopce Castello di Soave. Úzkými uličkami dojdete do samého srdce městečka k Palazzo di Giustizia a jeho nádherné lodžii se sloupořadím. Právě zde začíná prudké stoupání, které vás dovede k pevnosti, která je příkladem středověkého vojenského stavitelství a jedním z nejhonosnějších příkladů benátské hradební architektury. Pevnost byla během své dlouhé historie svědkem feudálních pří, bojů, barbarských nájezdů, nadvlád i porážek. Z jejích hradeb je krásný výhled na město a na okolní vinice, na Monti Lessini a na Pádskou nížinu. A právě na tomto podmanivém místě, kde ožívá historie, se s touto oblastí pohledem na její přírodní bohatství a při popíjení vína Soave rozloučíme.

Pile da riso - zařízení, kde se dříve oddělovala rýžová zrna od slupek.

Chiesa della Formica – kostel na břehu řeky Tartaro v Isola della Scala.

Torre Scaligera

Risotto all´isolana

Suroviny pro 4 osoby:
300 g rýže na risotto la FORMAGGERIA
600 ml kvalitního vývaru
100 g libového telecího
100 g vepřového hřbetu
40 g másla la FORMAGGERIA
40 g Gran Moravia la FORMAGGERIA
pepř, sůl, skořice a rozmarýn dle chuti

Příprava tohoto pokrmu je poměrně jednoduchá. Maso nakrájejte na kostičky, posypte solí a čerstvě namletým pepřem a nechte asi hodinu odpočívat. Na pánvi rozpusťte máslo, přidejte snítku rozmarýnu a opečte na něm maso. Na mírném plameni vařte, až je maso hotové, a pak odeberte rozmarýn. Nyní přiveďte k varu vývar, přidejte rýži a vařte 20 minut na mírném plameni, až rýže nasákne všechen vývar. K rýži přidejte předem připravené maso a rizoto po isolánsku dochuťte nastrouhaným sýrem Gran Moravia a skořicí.

Ptáme se zákazníků

anketa

Jak často chodí nakupovat do prodejen La Formaggeria Gran Moravia? Co si nejčastěji vybírají? Jak jsou spokojeni s produkty, s nabídkou a personálem? Zeptali jsme se zákazníků, kteří právě nakoupili v prodejnách La Formaggeria Gran Moravia:

Jana Rejtharová a Jaroslav Kalaš
Praha

Co jste dnes v prodejně La Formaggeria Gran Moravia v Letňanech nakoupili?
Fontinu, pecorino, Montasio a mozzarellu.
Zavítáte sem často?
Průměrně jednou za měsíc, ale nakupujeme i v jiných prodejnách Gran Moravia v Praze.
V kombinaci s čím je pro vás sýr neodolatelný?
Milujeme míchaná vajíčka s Fontinou. Jinak sýry jíme většinou i samotné – nakrájíme si je na prkýnko s olivami nebo brusinkami. Takže „zobačka“ večer (smích).
Potěšil by vás sýr jako dárek?
Máme vizi jednou koupit celý ten velký bochník Gran Moravia, takže by nás sýr určitě potěšil. To by byl úžasný dárek třeba k Valentýnovi, ale asi hned snědený (smích). My ale sýry běžně jako dárek dostáváme, protože jsme vyhlášeni tím, že jsme nadšení konzumenti sýrů.

Nikola Ostianová
Slatinice

Jak jste se dozvěděla o prodejně La Formaggeria Gran Moravia?
Již před přestěhováním prodejny přímo na olomoucké Horní náměstí jsem byla jejím pravidelným zákazníkem. Teď kolem sýrárny projdu minimálně dvakrát denně. Zatím si pro sýr zajdu „naštěstí“ jen jednou až dvakrát týdně.
Co si tu obvykle koupíte?
Kromě klasiky Gran Moravia jsem si oblíbila váženou ricottu a často sáhnu i po dalších přísadách na přípravu italských těstovin. Vždy se tu najde nová inspirace, sortiment je pestrý a nápaditý.
Vyhovuje vám poloha prodejny a personál?
Pro pěší chodce je poloha na náměstí výborná, zákazníci s autem musejí zaparkovat trochu dál. A personál? I přesto, že obchod většinou praská ve švech, je vždy velmi milý a ochotný. Mají snad naordinovanou denní dávku sýra pro lepší náladu (smích).
Jak vám chutná dlouhozrající sýr Gran Moravia?
Velmi. Musím ještě něco dodávat?
Dáváte si ho jen tak samotný, nebo jste ho ochutnala i v nějakém zajímavém receptu?
Obojí. Ctím ale zásadu, že v jednoduchosti je krása, a většinou vařím bez návodu. Takže se s vámi bohužel o žádný super inovativní recept nepodělím.

Šárka Nováková
Praha

Pro co jste si přišla do prodejny La Formaggeria Gran Moravia?
Dnes jsem koupila máslo. Častěji sem ale chodím pro syrovátku, kterou si dnes neodnáším, protože mají už jen ochucenou a já kupuji spíš tu přírodní.
Darovala jste někdy sýr jako dárek?
Ano, většinou když má někdo z rodiny narozeniny.
Máte nějaké oblíbené recepty ze surovin, které zde v prodejně nakoupíte?
Určitě, nejoblíbenější jsou sýrové sušenky. Na jednu dávku potřebujete 100 gramů polohrubé mouky, 80 gramů másla, 100 gramů sýra – ten si můžete vybrat, jaký chcete, nejlépe kolem 50 procent tuku. Potom přidáte sladkou papriku, pepř, trochu soli a dvě lžíce smetany. Vše smícháte a vyválíte placku asi půl centimetru vysokou, vykrajovátkem uděláte tvary a potřete žloutkem. Před pečením můžete přidat hrubozrnnou sůl, kmín a nastrouhaný sýr. Zrovna dneska jsem je pekla.

Eva Rubačíková
Hlušovice

Co nakupujete tady v olomoucké prodejně La Formaggeria Gran Moravia?
Nejčastěji tu kupuji máslo a sýry a občas taky těsto na pizzu.
Jak často sem zavítáte?
Chodím sem tak jednou nebo dvakrát týdně.
Vyhovují vám ochutnávky v prodejně? Koupíte někdy něco nového, co vyzkoušíte?
Ochutnávky jsou skvělé a docela často mě inspirují k nákupu.
Jaký je podle vás rozdíl mezi sýry a máslem nabízenými tady a těmi v běžných obchodech?
Rozdíl je velký, zejména v chuti a kvalitě.
Chutná vám dlouhozrající sýr Gran Moravia?
Ano, chutná mi velmi.
Jak ho nejraději konzumujete?
Nejraději si ho dáváme k vínu.
Připravujete sýrová jídla i vašim dětem?
Občas ano, mají rády hlavně špagety se sýrem.
Dostala jste někdy sýr jako dar? Potěšil by vás?
Bohužel nedostala, ale určitě by mě takový dárek moc potěšil.

Markéta Dvořáková
Praha

Co si odnášíte z prodejny La Formaggeria Gran Moravia?
Koupila jsem sýr Gran Moravia a také slané tyčinky.
Máte nějaké oblíbené recepty ze surovin, které zde v prodejně nakoupíte?
My milujeme těstoviny, takže doma hodně vaříme právě těstoviny, které tady nakoupíme v kombinaci se sušenými rajčaty a dlouhozrajícím sýrem. To je taková rychlá a jednoduchá klasika.
Jste vyznavačkou zdravé kuchyně?
To určitě ano. Záleží samozřejmě hlavně na přípravě, aby se jídlo nepřipravovalo na velkém množství tuku, nejíme smažené a snažíme se právě vybírat zdravější potraviny.
Který z výrobků je váš nejoblíbenější?
Úplně nejoblíbenějším výrobkem je právě Gran Moravia a sušená rajčata.

V prodejně Praha-Letňany se o zákazníky starají (zleva): Zuzana Mottelová, Jan Gregor, Tereza Cajthamlová, Lucie Škrabalová, David Kocfelda

La Formaggeria Gran Moravia PRAHA 9 OC LETŇANY

Prodejna v Letňanech byla nově otevřena v polovině ledna tohoto roku. Své původní místo v obchodním centru prodejna po dvou letech opustila a přesunula se blíž k prodejně Tesco. Nové prostory nabízejí více prostoru pro zákazníky a usnadňují komunikaci s personálem.

Prodejna denně přivítá okolo dvou set zákazníků, jejich počet se však zvyšuje během víkendu a také s nepříznivým počasím. „Když venku prší, lidé jsou v obchodních centrech, když je venku krásně, jdou zase raději do menších krámků v ulicích,“ říká vedoucí prodejny Tereza Cajthamlová.

Čerstvé a kvalitní

Prodejna se může pyšnit mnoha stálými zákazníky, kteří se pravidelně vracejí i čtyřikrát do týdne. Zákazníci nejvíce oceňují čerstvost výrobků a kvalitní tuzemskou výrobu. Nejvýše se na žebříčku prodeje dlouhodobě drží máslo a sýr Gran Moravia. V poslední době se však velké oblibě těší také Giuncata s rukolou a syrovátka. Oblíbenost výrobků se však mění i v závislosti na ročním období. „Když je léto, tak lidé kupují mozzarellu na saláty a teď se začátkem jara, kdy lidé chtějí víc sportovat, tak jde na odbyt syrovátka,“ dodává vedoucí prodejny.

Oblíbený prodej na váhu

Zákazníci si pochvalují příjemný tým zaměstnanců, kteří se jim snaží co nejvíce přiblížit chuť výrobků – oceňují především pultový prodej na váhu, kdy si domů mohou odnést třeba jen malý kousek másla na ochutnávku. Pokud jim zachutná, příště už si třeba odnesou kousek větší nejen pro sebe, ale i pro svou rodinu. Zákazníci se pro máslo vrací pravidelně, což se potvrdilo i na konci loňského roku, kdy prodejna zaznamenala velký prodej másla na přípravu těsta na cukroví.

Jak popsat chutě

Rozhodně nelehkým úkolem je co nejvěrněji přiblížit chutě produktů svým zákazníkům. „Vždy se první ptáme, jakou má zákazník představu, abychom mu nenabízeli zralejší typ sýrů, když má rád mladé sýry. Až na základě jeho představy mu můžeme udělat doporučení. Ale jak říkám: sto lidí, sto chutí,“ dodává Tereza Cajthamlová. Zákazníkům jsou samozřejmě nabízeny ochutnávky, kterými jsou nejčastěji přirozeně sýry.

Od devíti do devíti

Prodejna v nákupním centru ctí specifika svého místa, která se projevují především na délce otevírací doby. Prodejna má otevřeno každý den od devíti hodin ráno do devíti hodin večer, což umožňuje zákazníkům, kteří jsou třeba zvyklí nakupovat i v jiné prodejně La Formaggeria, kdykoliv přijet a případně si dokoupit své oblíbené produkty.
Pro zákazníky, kteří zatím prodejnu La Formaggeria Gran Moravia po jejím přestěhování v rámci obchodního centra stále hledají, dodejme, že se nově nachází jenom kousek od prodejny Tesco a informačního koutku.
Zákazníci, kteří v prodejně již v minulých letech nakoupili, jistě prodejnu na jejím novém místě najdou a ocení krásné otevřené prostory, které nyní nabízí. To vše spojené s milým a přátelským přístupem týmu určitě zpříjemní pobyt v leckdy jinak neosobním obchodním centru.

Víkendové recepty v nové letňanské prodejně

TIP

Letňanská prodejna by svým zákazníkům u příležitosti nového otevření ráda připravila překvapení v podobě prezentace receptů, na které by se vázal prodej potřebných surovin za zvýhodněnou cenu. Vždy o víkendu bude na zákazníky čekat jeden recept, který si tým prodejny sám vyzkouší a bude tak moci zákazníkům přiblížit nejenom chuť, ale i postup přípravy.
Jedním příkladem za všechny může být oblíbené tiramisu. Zákazník se dozví nejenom o samotném postupu přípravy, ale také si bude moci zakoupit kompletní seznam surovin, včetně mascarpone a piškotů.

prodejny

KDYŽ dobře nakoupit, tak…

…v řetězci specializovaných prodejen La Formaggeria Gran Moravia.

Najdete zde bohatou nabídku čerstvých a zrajících sýrů z České republiky, Itálie a Francie, široký sortiment italských vín, krájených uzenin, omáček, těstovin a dalších italských specialit. Přijďte a nechte se inspirovat. Ochutnávky a gurmánské tipy jsou u nás samozřejmostí.

BRNO
Zelný trh 19
tel.: 542 214 836
po–pá: 9.00–18.30
so: 9.00–12.30

BRNO-KRÁLOVO POLE
Nákupní centrum
Královo Pole
Cimburkova 4
tel.: 541 216 290
po–ne: 9.00–21.00

BRNO-MODŘICE
OC OLYMPIA
U Dálnice 744, Modřice
tel.: 547 385 131
po–ne: 9.00–21.00

ČESKÉ BUDĚJOVICE
Hypermarket Tesco
J. Boreckého 1590
tel.: 383 134 060
po–ne: 9.00–20.00

HRADEC KRÁLOVÉ
OC ATRIUM
Dukelská třída 1713
tel.: 495 585 936
po–pá 9.00–20.00
so: 9.00–18.00
ne: 10.00–15.30

LIBEREC
Pražská 36
tel.: 486 311 365
po–pá: 9.00–18.30
so: 9.00–12.00

LITOVEL
Tři Dvory 98
tel.: 585 152 362
po–pá: 8.00–17.30
so: 8.30–12.00

OLOMOUC
Horní náměstí 8
tel.: 585 242 931
po–pá: 9.00–18.00
so: 8.00–12.30

OSTRAVA
Puchmajerova 3
tel.: 596 112 981
po–pá: 9.00–18.00
so: 9.00–12.00

PRAHA 1
Palác Fénix
Václavské náměstí 56
tel.: 222 233 508
po–pá: 9.00–19.30
so: 10.00–18.30
ne: 10.00–18.00

PRAHA 1
Florentinum
Na Poříčí 1048/30
tel.: 230 234 436
po–pá: 9.00–20.00
so–ne: 10.00–20.00

PRAHA 3
Vinohradská 1418/135
tel.: 222 232 679
po–pá: 9.00–19.30
so: 9.30–13.00

PRAHA 7
Milady Horákové 499/62
tel.: 230 234 435
po–pá: 9.00–19.30
so: 9.00–13.00

PRAHA 9
OC Letňany
Veselská 663
tel.: 234 002 618
po–ne: 9.00–21.00

PRAHA 1
Spálená 23
tel.: 230 234 454
po–pá: 9.00–19.30
so: 9.30–14.00

Najdete nás také na Facebooku!

facebook

La Formaggeria Gran Moravia

www.laformaggeria.cz
www.orrero.cz

e-shop:
www.laformaggeriaonline.com