Třeboňský kapr nejen na Vánoce, jak ho připravit a zařadit do jídelníčku

Kapr má u nás trochu zvláštní postavení, většina lidí si ho spojí především se Štědrým večerem, smaženým řízkem a bramborovým salátem. Přitom právě na podzim, kdy vrcholí tradiční rybářská sezona, je dobrá příležitost podívat se na něj trochu jinak. Kapr se dá připravit na mnoho způsobů a nemusí čekat až do Vánoc.

Třeboňský kapr je tradičním produktem jihočeského rybníkářství a od roku 2007 nese evropské Chráněné zeměpisné označení (CHZO). Tato ryba se vyznačuje kvalitním masem, nízkým obsahem tuku a specifickou chutí. Nejjednodušší způsob, jak kapra dostat do našeho jídelníčku častěji, je přestat ho vnímat jen jako celou rybu, kterou je potřeba složitě zpracovat. Chlazené filety nebo naporcovaného kapra můžete v kuchyni připravit podobně jednoduše jako jiné maso, možností je překvapivě hodně. Kapří maso upečte se zeleninou, připravte na grilu, přidejte do rybí polévky nebo z něj udělejte karbanátky. Kapr se tak může objevit třeba jako součást běžného oběda místo kuřete nebo vepřového masa.

A pokud hledáte **tip na rychlou večeři,** zkuste kapří hranolky – z vykostěného filetu jsou hotové raz dva a na talíři vypadají přece jen trochu jinak než klasický smažený kapr.

A co tolik obávané kůstky?

Právě drobné kosti jsou důvodem, proč se někteří lidé kaprovi vyhýbají. Tak co se s tím dá dělat? Pokud koupíte celého kapra, doma jej pak naporcujte příčně na takzvané podkovy, jak doporučují jihočeští rybáři. Z podkov pak můžete připravit jednotlivé porce nebo maso dále zpracovat na filety. Na filetování si připravte především ostrý nůž a pevnou podložku. Pokud chcete omezit množství drobných kůstek v mase, prořežte ho jemnými příčnými zářezy. Při

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však názory a stanovisky autorů a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie nebo orgánu poskytujícího podporu. Evropská unie ani orgán poskytující podporu za ně nenesou odpovědnost.

www.slunickakvality.cz

KAMPAŇ FINANCOVANÁ S PODPOROU EVROPSKÉ UNIE

EVROPSKÁ UNIE PODPORUJE KAMPANĚ ZAMĚŘENÉ NA PROPAGACI ZEMĚDĚLSKÝCH PRODUKTŮ VYSOKÉ JAKOSTI

ENJOY IT'S FROM EUROPE

následné tepelné úpravě se kůstky zkrátí a v hotovém mase budou méně patrné.

Pokud si na porcování celé ryby netroufáte, není důvod se kaprovi vyhýbat. Chlazené filety nebo již naporcované porce jsou pro domácí kuchyni výrazně praktičtější a jednodušší variantou a Třeboňský kapr se v těchto podobách běžně prodává.

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však názory a stanovisky autorů a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie nebo orgánu poskytujícího podporu. Evropská unie ani orgán poskytující podporu za ně nenesou odpovědnost.

www.slunickakvality.cz

KAMPAŇ FINANCOVANÁ S PODPOROU EVROPSKÉ UNIE

EVROPSKÁ UNIE PODPORUJE KAMPANĚ ZAMĚŘENÉ NA PROPAGACI ZEMĚDĚLSKÝCH PRODUKTŮ VYSOKÉ JAKOSTI

ENJOY IT'S FROM EUROPE