Grilování - 3.díl: Před grilováním

Vloženo: 17.07.2015 Admin Senzarecepty.cz

Pokračujeme v našem seriálu o grilování. V tomto dílu se budeme věnovat tomu, co musíme udělat před samotným grilováním.

Maso jsme si již vybrali v obchodě a přinesli jej domů. Kdybychom se rozhodli pro okamžitou spotřebu, maso do lednice vkládat nemusíme a můžeme ho začít okamžitě zpracovávat, ale vzhledem k tomu, že jsme se rozhodli, že jej uděláme až později , uložili jsme ho do lednice.

Po vyjmutí z lednice necháme maso odpočinout, aby získalo pokojovou teplotu.

Zmražené maso nechte rozmrznout venku nebo jej nechte rozmrazit ve studené vodě.

VYVARUJTE SE TĚMTO NEŠVARŮM:

Nikdy nerozmrazujte maso v mikrovlné troubě nebo v teplé vodě. Maso bychom tímto způsobem nenávratně poškodili.

Nikdy nevhazujte maso z lednice přímo na gril. Došlo by k teplotnímu šoku.

Maso zkrátka potřebuje svůj čas, jak před grilování, tak po grilování.

Maso po rozmrazení a po odpočinutí odblaňte a očistěte od přebytečného tuku. Je však dobré u masa část tuku ponechat. Tuk je nositel chuti a díky tuku bude maso šťavňatější . Maso nakrájejte na plátky. Maximálně však do šířky 2,5 – 3 cm. Silnější plátky by se špatně grilovaly. Maso po obvodu na několika místech nařízněte, aby se nám na grilu nekroutilo.

Plátky masa nikdy nenaklepávejte paličkou!! Rozmlátili byste všechna svalová vlákna, která drží v

mase šťávy a maso by bylo suché.

Krájíte li maso na plátky, používejte na to vždy vlastní krájecí prkno. Nejlépe plastové, které má výhodu, že v něm neulpívají tak snadno bakterie jako na prkně dřevěném, kde se mohou držet v rýhách po krájení. Nikdy nekrájejte na stejném prkénku maso a například syrovou zeleninu, maso nebo pečivo. Tyto suroviny, které neprochází tepelnou úpravou by se mohli bakteriemi kontaminovat a mohlo by to mít pro vás vážné zdravotní následky. Stejné je to s nožem nebo kleštěmi.

Maso po nakrájení osuště papírovým ručníkem a máte je připravéné ke grilování. Osušení masa způsobí to, že povrch masa se krásně opeče a nebude se zvenku vařit.

Po práci se syrovým masem si nezapomeňte pečlivě umýt ruce čistícím prostředkem, abychom došli ke kontaminaci dalších surovin.

MARINOVÁNÍ ANO ČI NE?

Pokud si chcete vychutnat přirozenou chuť masa, stačí maso opepřit a vložit na rozpálený gril.

Teď spousta z Vás si říká a co sůl a nějaká marináda?

Co se týká soli, tak sůl způsobuje to, že maso vysuší, proto je lepší maso osolit až po grilování, když maso odpočívá než před ním.

A ohledně té marinády. Zde se spousta kuchařů a odborníků na výživu pře, jestli jí používat nebo ne.

Proti marinádám hovoří to, že se většinou jedná o marinády na bázi koření a oleje, které se při grilování pálí a vytváří se zde karcinogenní látky.

Také si nevychutnáte přirozenou chuť masa, ale přebijete ho kořením.

Patříte li do druhé skupiny lidí, kteří si grilované maso bez marinády nedokážou představit, můžete

si marinádu připravit například tak, že použijete mírně zahřátý olej do kterého vložíte rozmarýn a trochu rozmáčknutý česnek a necháme v něm tyto suroviny macerovat až olej vychladne. Zahřátý olej způsobí to, že se lépe uvolní silice z česneku a rozmarýnu.

Do vychladlého oleje pak vložte maso a dle chuti marinujte.

Maso vyjměte z marinády, otřete koření a olej z masa a pečlivě jej osušte. Nyní jej můžete začít grilovat.

V dalším díle si povíme, jak připravit gril a správně grilovat a čemu se při grilování vyhnout

WWW.SENZARECEPTY.CZ