

Mezinárodní gastronomie
(Italská gastronomie)

Osnova:

1. Gastronomie v historických souvislostech
2. Vlivy demografické – národnosti, náboženství, Vatikán...5 řádků
3. Vlivy geografické rozdělení Itálie (3 části) 10 řádků
4. Životní styl a stravování obyvatel
5. Svátky a slavnosti
6. Gastronomické fenomény – pizza, těstoviny, espresso, víno (ke každému dvě věty)
7. Sestava pokrmů dle menu
8. Pečivo
9. Sýry
10. Uzeniny
11. Nápoje

Přílohy

1. Gastronomie v historických souvislostech

Základ vznikl již ve starém Římě, který byl centrem všeho dění ve středomoří (dovoz koření a olejů, vín) a především křižovatka národů. Rozdílný je horký jih – Sicílie a sever Tyrolsko. Italské kuchyně jsou známy po celé Evropě a díky velkému přílivu emigrantů i v USA.

Typickými a specifickými produkty jsou pizza, pasta (souhrnné označení pro těstoviny) a rizota. Nadneseně se dá říci, že italská kuchyně je matka všech západoevropských kuchyní. Obchodníci z Benátek a Florencie a jiných městských států dováželi exotické koření a potraviny, které si kupovali zámožní občané, římské duchovenstvo a také šlechta, aby pak mohli náležitě reprezentovat svůj společenský status právě těmito drahými věcmi, které se vyskytovaly v jejich kuchyních.

2. Vlivy demografické – národnosti, náboženství, Vatikán

V Itálii má největší podíl katolické obyvatelstvo (85-90%). Je to dáno historií a velký vliv má i samotný Vatikán (městský církevní stát) a osobnost papeže. Ostatní obyvatelé jsou většinou ateisté.

Převažující národnost je italská (94%). Někteří Italové pocházejí z jiného národa a mají jiný mateřský jazyk. Týká se to Sardů na Sardinii, hovořících sardsky, Rétorománů u východní části hranic se Švýcarskem, hovořících rétorománsky, Tyrolanů na severu u hranic s Rakouskem, hovořících německy, a Provensálců na západě u hranic s Francií, hovořících francouzsky.

3. Vlivy geografické rozdělení Itálie

Podle produkce zemědělských plodin se dělí na tři základní oblasti: severní, střední a jižní.

V jižní Itálii jsou již po staletí denním pokrmem těstoviny, jež se vyrábějí v mnoha podobách a upravují na mnoho způsobů. Oblíbené jsou také těstoviny zelené, připravené se špenátem. Přestože na italském trhu jsou těstoviny kvalitní, mnohé hospodyně je připravují doma samy. Těstoviny se podávají obvykle jako samostatný chod, zřídka jako příloha. Některé druhy těstovin, např. cannelloni, ravioli, tortellini, se podávají s masovou, šunkovou nebo sýrovou náplní.

V severní Itálii je denním pokrmem rýže. Nejčastěji se podává jako hlavní pokrm (např. milánské rizoto), nikoliv jako příloha. Pro mnohé pokrmy se rýže dusí ve víně a vývaru, pak se míchá se šunkou, hráškem, kuřecím masem, játry, korýši apod.

4. Životní styl a stravování obyvatel

Italové neradi pracují, proto vymysleli siestu, která trvá v některých oblastech i půl dne. V průběhu siesty se Italové přemísťují ze svých pracovišť domů, nebo na pláže kde tráví čas koupáním v moři a opalováním. Italové jsou veselí, přátelští a pohostinní.

Rádi pijí víno, které je v jižní Itálii velmi levné, levnější než pitná voda (ta je tam dokonce dražší než benzín). Italové jsou pobožní snad ještě víc než Poláci, mají obrázky Otce Pia i ve svých hospodách, kde čepují kávu místo piva. Italské pivo je mizerné.

Italové práci často odfláknou, proto italská auta nedosahují kvality německých aut. Italové milují „fotbal“ a před zavedením eura byla italská měna „lira“ nejtvrdější měnou v Evropě.

Na rozdíl od nás, kteří máme zažitou zásadu dobře se ráno nasnídat, Italové snídají velmi skromně. To co odbudou snídání, si Italové dopřejí během polední siesty.

Oběd - *il pranzo* - sestává většinou z několika chodů, zvláště když je slavnostnější: po předkrmu „*antipasto*“ následují těstoviny „*il primo*“ (tj. první chod, jen výjimečně se podává místo těstovin polévka), hlavní jídlo „*il secondo*“ se zeleninovou přílohou „*contorno*“ (většinou maso nebo ryby), potom sladký dezert „*dolce*“, sýr „*formaggio*“.

Večeře - *la cena* - se podává nejdříve od 19:30 hodin a bývá podstatně jednodušší než oběd. Velmi často to bývají ryby, pizza nebo zeleninová jídla.

5. Svátky a slavnosti

Vánoční tradice

V Itálii se v době Vánoc objevuje několik zajímavých tradic: *La Befana*: Befana je ošklivá stará žena, která přichází 6. ledna (Den Epifání). Hodným dětem přináší punčochu (la calza) plnou sladkostí a karamelu. Zlobivým dětem však nosí uhlí. Podle tradice Befana přilétá na svém koštěti. Například v Toskánsku však Befana přichází tiše přes sněhem poprášenou zahradu a dárky vhazuje dětem do oken. Děti jsou pak nadšeny ze stop, které Befana tajemně zanechá ve sněhu (velice praktické pro rodiče)... Váže se k ní ještě další způsob oslavy. V noci z 5. na 6. ledna se na předměstích italských měst rozhoří slavnostní ohně, uprostřed kterých je dřevěná "befana". Plameny ji za všeobecného veselí polykají. Pro pobavení Italů se však letos v některých italských městech neupalovala "befana", ale Byron Moreno. To byl rozhodčí osudového fotbalového zápasu Itálie – Jižní Korea na loňském mistrovství světa. Fotbaloví fanoušci tak měli možnost aspoň tímto způsobem se pomstít... A na závěr našeho povídání o Befaně malá říkanka: (filastrocca): "La befana viene di notte, con le scarpe tutte rotte". To lze velmi volně přeložit ve smyslu: Befana přichází v noci se všemi botami rozbitými...

Karneval

Počátkem března zaplaví Itálii karnevalové nadšení. Způsob oslavy se liší podle města. Určitě však znáte světoznámý karneval v Benátkách. Město zaplaví průvod masek, z nichž mnohé hledaly inspiraci už v renesanci a některé (velmi cenné, hýčkané a strážené) jsou originály ze 17. či 18. stol. Masky se pomalu vykrádají ze dveří domů, prochází úzkými uličkami minulosti a dodávají Benátkám zahaleným do ranní mlhy neopakovatelnou atmosféru... Atmosféra slavnosti, veselí i tajemna prosytí slaný vzduch benátské laguny. Je to jakási oslava hrdosti slavných Benátek - město z dob, kdy byly nezávislou republikou. Děti sypou před procházející masky barevné papírky - it. "coriéndoli". Známymi italskými maskami jsou např. pulcinella (pochází z Neapole) nebo pantalone (z Benátek). Mattacini je veselý kejklířský převlek, domino (původem ze Španělska) je tvořen dlouhým pláštěm se širokou kápí. Italové si karnevalu užívají i po stránce gurmánské. Slavností dobrůtkou těchto dní jsou sladké "frittelle" a "créstoli"... Karnevalovými reji ožije však i například městečko **Viareggio** poblíž Florencie. Na pořadu dne je tu pro změnu satira politického a sociálního života v podobě oživlých, alegorických a velmi vtipně pojatých vozů. Další typicky italskou

událostí těchto dnů je pomerančová bitva. Zajímavou ukázkou můžete shlédnout v městě **Ivrea** poblíž Torína. Vozy si zde razí cestu skrz dav oděný do "teamových uniforem"; team reprezentuje vždy určitou městskou čtvrť. Ivrejští na voze začínají bombardovat ty na zemi, ti si to samozřejmě nenechají líbit; takže je z toho pěkná pomerančová mela. Pokud máte tedy chuť na čerstvý pomerančový džus, zajedte si do Ivrea. A kam ještě na nefalšovaný italský karneval? Do měst: **Cento** (nedaleko Bologne), **Putignano** (v jižní Itálii poblíž města Lecce) či do **Acireale** (na Sicílii).

6. Gastronomické fenomény – pizza, těstoviny, espresso, víno

Pizza

Jedná se o vypracované kynuté těsto, ručně vytažené do tenkých plátů. Na těsto se pokládají různé suroviny, masa (pollo), uzeniny (proscuito), sýry (quattro formagi). Doplněné o ryby (ančovičky) a zeleninu, z níž má největší význam rajče, cibule, česnek. Koření bazalka, oregano (dobromysl).

Pasta – těstoviny

Základem je tvrdá pšenice. Nejznámější těstoviny – špagety, makarony, rigatoni, farfale, fetucini atd. s různými směsi z masa, omáčkami, pesto ala genovese (olej, bazalka, parmazán, kešu), boloňské špagety (mleté hovězí, mrkev, cibule, oregano, parmazán) carbonara (s česnekem), po uhlířsku (s vejcem). Používány jsou i plody moře (frutti di mare) a špenátové listy.

Těstoviny se ihned expedují, pokud vaříme „do zásoby“ musí se těstoviny prolít studenou vodou, aby se neslepily. Podstatou u většiny těstovin je vaření al dente, do polotvrda.

Espresso

Espresso je kávový nápoj původem z Itálie. Pravé italské espresso je ze 7 g pomleté kávy. Vytéká cca 25 sekund a obsahuje 30 ml tekutiny. Na hladině je pěna barvy lískového oříšku silná cca 1–2 mm.

Vína

Asti spumante – osvěžující zlatožluté víno, jemné muškátové vůně a sladké osvěžující chuti, s průměrným obsahem alkoholu 7 – 9 %. Podává se k moučnickům. Víno by mělo mít teplotu 8 °C.

Barbaresco – jiskrné, rubínově červené víno, výborné chuti a vynikající vůně, s průměrným obsahem alkoholu 12,5 – 13 %. Je to suché, jemné, vyzrálé víno, které se podává k tmavým masům. Víno by mělo mít teplotu 18 °C.

Barbera – tmavě rubínové červené víno, charakteristické chuti a vůně, s průměrným obsahem alkoholu 12 – 15 %. Podává se ke zvěřině a silně kořeněným jídlům. Víno by mělo mít teplotu 17 – 18 °C. Je to jedno z nejstarších druhů vín a spolu s chianti jsou považována za nejlepší vína italské vinařské tradice.

Barolo – jasně rubínově červené víno, které „vyzrává“ asi po šesti až sedmi letech a dostává oranžovou barvu. Pokud je mladé, je poněkud drsné, stářím však vyraje a zjemní. Průměrný obsah alkoholu 13 – 16 %. Podává se k tmavým masům a ke zvěřině. Víno by mělo mít teplotu 18 – 20 °C.

Cortese – suché víno světle žluté barvy, jemné, avšak ne příliš výrazné chuti, s průměrným obsahem alkoholu 10 – 11%. Podává se k předkrmům a rybám. Víno by mělo mít teplotu 10 – 12 °C.

Gattinara – víno výrazně rubínově červené barvy, s vysokým obsahem taninu. Vyzrává po několika letech a dostává jemnější chuť i vůni. Průměrný obsah alkoholu je 13 – 14 %. Podává se k silně kořeněným pokrmům a zvěřině. Víno by mělo mít teplotu 16 – 18 °C.

Vermouth di Torino – temně žluté barvy, s průměrným obsahem alkoholu 15 – 16 %. Vyrábí se z bílého vína, do kterého se přidávají hrozny Moscato d' Asti, aromatické byliny, koření, hořké silice, alkohol a cukr. Tento vermuth je bílý a červený. Podává se jako aperitiv, a to bílý vychlazený a červený za normální pokojové teploty.

Capri (bílý) – světle žluté víno osvěžující chuti a výrazné vůně, s průměrným obsahem alkoholu 11 – 13 %. Podává se k předkrmům a rybám. Víno by mělo mít teplotu 7 – 8 °C.

Capri (červený) – rubínově červené slabě kořeněné víno harmonické chuti i vůně, s průměrným obsahem alkoholu 11,5 – 12,5 %. Stářím získává na kvalitě. Podává se ke specialitám. Víno by mělo mít teplotu 18 – 20 °C.

Falerno (bílý) – suché slámově žluté víno vynikající chuti a výrazné vůně, zvláště u starších ročníků. Průměrný obsah alkoholu je 11 – 14 %. Víno se připravuje z vybraných hroznů. Podává se ke specialitám. Mělo by mít teplotu 8 – 10 °C.

Falerno (červený) – suché rubínové červené víno příjemné chuti a výrazné vůně, s průměrným obsahem alkoholu 13 – 13,5 %. Je to víno s velmi starou tradicí. Ve svých dílech se již o něm zmiňoval Horatius, Ovidius, Vergilius, Plinius a mnoho dalších. Toto vynikající víno získává stářím na kvalitě. Podává se ke zvěřině, pečením a kořeněným pokrmům. Víno by mělo mít teplotu 18 – 20 °C.

Ischia (bílý) – žlutozelené víno lehké vůně a osvěžující chuti, s průměrným obsahem alkoholu 9 – 10 %. Podává se k rybám. Víno by mělo mít teplotu 10 – 12 °C.

Ischia (červený) – suché červené osvěžující víno příjemné vůně, s průměrným obsahem alkoholu 12 %. Podává se ke všem pokrmům. Víno by mělo mít teplotu 18 – 20 °C.

Lacrimae Christi (bílé) – suché víno světle jantarové barvy, jemné slabě aromatické vůně, s průměrným obsahem alkoholu 12 – 13 %. Podává se k rybám. Víno by mělo mít teplotu 8 – 10 °C.

Lacrimae Christi (růžové) – růžové víno vynikající lahodné chuti a vůně, s průměrným obsahem alkoholu 12,5 – 13 %. Podává se ke specialitám. Víno by mělo mít teplotu 18 °C.

Lacrimae Christi (červené) – jasně rubínové červené víno jemné chuti a příjemné vůně, s průměrným obsahem alkoholu 11,5 – 12 %. Stářím získává na kvalitě. Podává se ke specialitám. Víno by mělo mít teplotu 18 – 20 °C.

7. Sestava pokrmů dle menu

Tradiční italské menu má pět chodů. Není nutné dát si všechny chody, ale většinou si lidé dají alespoň dva. Správný Ital si jídlo užívá, takže mu jídlo může zabrat 1-2 hodiny i déle. V Itálii se chody podávají v určitém pořadí:

L'antipasto (teplý nebo studený předkrm)

Jako předkrm se v Itálii podávají sýry, domácí uzeniny, bruschetta nebo místní speciality. V některých restauracích se můžete setkat s předkrmem typu *antipasto misto* (několik předkrmů v jednom – více jídla za zajímavou cenu) nebo *antipasto buffet* (bufet, kde si vybíráte předkrmy vlastní).

Il primo (první chod)

Po předkrmu následuje první chod. Nejčastěji jsou to polévky (např. minestrone), rizoto nebo různé těstoviny.

Il secondo (druhý chod)

Druhým (hlavním) chodem bývá maso, drůbež, zvěřina nebo ryby. Žádná zelenina, někdy se na jídelním lístku může objevit i vegetariánské jídlo.

Il contorno (příloha)

Jako příloha k hlavnímu jídlu se servírují brambory, zelenina (špenát, lilek) nebo salát.

Il dolce (dezert)

Na závěr vám v restauraci nabídnou dezert. Může to být mísa s ovocem, zákusek nebo káva. K jídlu se pije nejčastěji víno nebo minerálka.

8. Pečivo

a) BRUSCHETTA

- používá se jako součást teplých předkrmů italské kuchyně
- pochází ze střední části Itálie
- jde o grilovaný chléb potřeny česnekem, přelity kvalitním extra panenským olivovým olejem, sypaný solí a pepřem

b) CIABATTA

- bílý chléb připravovaný z pšeničné mouky, vody, oleje a droždí
- měla by mít podlouhlý a poněkud plochý tvar (ciabatta znamená „pantofel“)
- ve své současné podobě byl vyroben v roce 1982, v 90. letech se stal populární v Evropě i v USA a je hojně používán jako sendvič chleba
- struktura a kůrka se v různých oblastech liší - např. v oblasti kolem jezera Como je struktura chleba hodně pórovitá, kůrka křupavá a měkká, zato v oblasti Toskánska je kůrka pevná a struktura pevnější a méně pórovitá
- opečený sendvič vyrobený z malých bochníků ciabatty je známý jako „*panino*“
- „*ciabatta integrale*“ = chleba vyrobený z celozrnné mouky
- „*ciabatta al latte*“ = chleba vyrobený z těsta, do kterého bylo přidáno mléko
- v Římě se ciabatta často dochucuje solí, majoránkou a olivovým olejem

c) FOCACCIA

- jedná se o plochý pečený chléb
- je v Itálii velmi populární
- je často dochucen olivovým olejem, bylinkami či zeleninou a posypán může být sýrem nebo masem
- ovšem nejtypičtější focaccia je pečené těsto, které je dochucené olivovým olejem, bylinkami (rozmarýn, šalvěj) a solené hrubou solí
- focaccia se používá jako příloha k mnoha pokrmům, ale také může tvořit základ pro výrobu pizzy
- „*focaccia col formaggio*“ (se sýrem) = specialita vyráběná v Reccu, poblíž Janova
- „*focaccia dolce*“ (sladká varianta) = focaccia posypaná jemně cukrem, rozinkami, nebo politá medem, tato varianta je populární v některých částech severozápadní Itálie

- kuchaři musí často chléb propichovat nožem, aby se uvolnily vzduchové bubliny, pro vytvoření děr v těstě se používá speciální náčiní a tato činnost se provádí ještě před zapečením
- pro zachování vlhkosti těsta je nutné chléb potírat olivovým olejem
- focaccia je rozšířen po celé Itálii („*focaccia alla Genovese*“- z Janova, „*focaccia alla Barese*“- z Bari, „*focaccia alla Messinese*“- z Messiny)

d) GRISSINI

- jsou to jemné, dlouhé, křupavé tyčinky
- jsou vhodné jako příloha k teplým i studeným pokrmům nebo k nápojům
- mají nízkou energetickou hodnotu
- k jejich přednostem patří dlouhá trvanlivost a chuťová stálost
- „vynalezl“ je pekař ve městě Lanzo Torinese (severní Itálie) v roce 1679
- bývají často umístěny v restauracích na stole k lehkému občerstvení
- vyrábějí se převážně z celozrnné mouky, vody, panenského oleje, droždí a soli

e) CORNETTI

- Italové je velmi často snídají
- jsou to máslové rohlíčky plněné různými náplněmi (čokoládovou, vanilkovou aj.)
- přestože je známe i u nás, v Itálii mají nesrovnatelně lepší chuť

f) PANINO

- sendvič (bageta) vyrobený z malého bochníku chleba, většinou ciabatty
- obvykle se rozřízne a naplní masem, salámem, šunkou, sýrem, apod.
- podává se teplý
- ve střední Itálii je populární verze, která je naplněná porchettou (plátky pečeného vepřového masa)

g) TRAMEZZINO

- jedná se o sendviče trojúhelníkového tvaru vyrobené ze dvou plátků měkkého bílého chleba s odstraněnou kůrkou
- jsou oblíbeným a rychlým občerstvením dostupným v Itálii v mnoha barech
- populárními „náplněmi“ těchto sendvičů jsou tuňák, olivy, prosciutto
- začaly se vyrábět v Turíně jako alternativa sendvičů podávaných k čaji v Anglii
- podávají se např. jako lehká odpolední svačina se sklenicí vína

h) PANE CARASAU

- tradiční pečivo ze Sardinie
- jde o tenké, křupavé placky
- recept je velmi starý- původně byli placky připravované pro pastýře, kteří zůstávali i několik měsíců mimo domov
- pokud se pečivo uchovává suché, vydrží až 1 rok
- může být konzumováno suché nebo s vodou, vínem i různými omáčkami

i) PANE DI ALTAMURA

- jedná se o druh chleba z tvrdé pšeničné mouky, který pochází z města Altamura v jižní Itálii
- v roce 2003 byl tomuto produktu udělen PDO status (PDO znamená „Protected Designation of Origin“, je to tedy označení chránící regionální potraviny a garantující originalitu daného výrobku)
- podle zákona musí být vyroben pouze z určitých odrůd pšenice, podle specifických výrobních metod a kůrka musí být více než 3 mm silná

j) COPPIA FERRARESE

- je to druh kváskového chleba
- má zkroucený tvar
- začal se vyrábět okolo 12. stol. ve městě Ferrara
- je mu udělen PGI status (PGI znamená „Protected Geographical Indication“, tedy chráněné zeměpisné označení)

k) FARINATA (CECINA)

- je to druh tenké, nekvašené placky
- vyrábí se vmícháním cizrnové mouky do směsi vody a olivového oleje, těsto se peče v otevřené troubě
- může být ochucená čerstvým rozmarýnem, pepřem a mořskou solí
- tradičně je nakrájena na plátky nepravidelného trojúhelníkového tvaru
- v Toskánsku se jí říká „cecina“ (z italského „ceci“ – cizrna)
- poblíž Janova je známější varianta „farinata bianca“ (je vyrobena z pšeničné, ne cizrnové mouky)
- nejznámější „odvozeninou“ tohoto výrobku je „fainâ co i gianchetti“ (varianta se sledí)

l) FILONE

- jedná se o klasický italský kvasnicový chleba

- jeho struktura je podobná francouzské bagetě

m) PANDORO (PAND'ORO)

- tradiční italský sladký kvasnicový chleba
- nejvíce populární je v období Vánoc a Nového roku
- vyrábí se ve tvaru osmibokého jehlanu
- často je podáván sypaný vanilkovým moučkovým cukrem, aby připomínal zasněžené vrcholky hor
- k ozdobení jednotlivých kousků může sloužit zmrzlina
- moderní historie tohoto pokrmu začala v říjnu roku 1894, kdy Domenico Melagatti získal patent

n) PANETTONE

- je to druh sladkého chleba původem z Milána
- obvykle se připravuje také na Vánoce nebo Nový rok, a to nejen v Itálii, ale i na Maltě, ve Švýcarsku a Jižní Americe
- pečivo má tvar kupole o výšce asi 15 cm, váží asi 1 kg
- obsahuje kandované pomeranče, citróny a citrónovou kůru, ale také rozinky
- je podáván se sladkými horkými nápoji nebo sladkým vínem, jako je Asti Spumante nebo Moscato d'Asti
- v některých částech Itálie je podáván s „crema di mascarpone“ (s krémem ze sýru mascarpone)

9. Sýry

Sýr ve všech podobách, chutích a vůních obohacuje náš život již po několik tisíc let. Avšak mnohem dřív, než se z něj stala vytríbená pochoutka a nezbytná součást mnoha pokrmů, měla jeho výroba zcela praktické důvody - v dobách, kdy ještě neexistovaly ledničky, sloužil sýr jako způsob, jak uchovat mléko. Ne náhodou jsou jeho počátky spojovány s kočovníky, kteří učinili nesmírný objev: mléko uložené ve vacích pod sedlem vytvářelo v důsledku natřásání a teploty sraženiny, které se kazily jen velice pomalu. Od nenadálého objevu byl jen krůček k cílené výrobě. Dnes se sýr vyrábí na celém světě a v některých národních kuchyních hraje dokonce nezastupitelnou roli.

Jednou takovou je právě italská kuchyně. Sýr je v Itálii jedním z pilířů národní identity. Kam vás v Itálii vítr zavane, tam narazíte na místní specialitu.

Hrubé odhady hovoří o více než 450 druzích sýra vyráběných v Itálii, přes 30 z nich má ochrannou známku Evropské unie PDO „chráněné označení původu“ a PGI „chráněné zeměpisné označení“. Značka PDO je velmi přísná a její vydání je podmíněno tím, aby veškeré kroky produkce i suroviny pocházely z dané oblasti a při výrobě se použilo pouze dané specifické know-how. V případě PGI musí alespoň jedna z důležitých fází produkce probíhat v dané oblasti.

Na severu se vyrábějí tvrdé sýry na krájení, jejichž výrobu zvládají prakticky dvě firmy, a to Parmigiano Reggiano a Grana Padano. Společně ovládají více než dvě třetiny celého trhu s italskými sýry. Dalšími sýry pocházejícími ze severu jsou Gorgonzola, Fontina, Taleggio, Asiago, Stracchino či Robiola. Ve střední a jižní Itálii převládají ovčí sýry, z nichž nejznámější je Pecorino. Jižní Itálie dává vzniknout měkkým sýrům používaným především k těstovinám, na pizzu či do salátů, jako je např. mozzarella nebo caciocavallo.

10. Uzeniny

a) BRESAOLA

- je to vzduchem sušené, solené hovězí maso
- suší se dva až tři měsíce, dokud neztvrdne a jeho barva nebude tmavě červená až purpurová
- plátky masa jsou libové a křehké, má zatuchle nasládlou vůni
- pochází z údolí Valtellina v Alpách (region Lombardie)
- hovězí maso je zbaveno tuku a je okořeněno hrubou solí, kořením (např. jalovcem, muškátovým oříškem nebo skořicí), pak jsou ponechány sušení
- během sušení maso ztrácí až 40 % své původní hmotnosti
- nejčastěji se konzumuje bez ničeho, může ale být pokapáno olivovým olejem a citronovou šťávou nebo octem balsamico, podáváno může být s rukolou, opepřeno černým pepřem a posypáno parmezánem
- Bresaola je zaměnitelná s Carpacciem

b) CAPOCOLLA (nebo COPPA)

- je to tradiční studený řez z vepřové plece nebo krkovice, pocházející z Kalábrie
- při výrobě se nejprve lehce okoření -většinou červeným, někdy bílým vínem, česnekem a různými bylinkami a kořením, pak se maso nasolí a zavěsí se na háky na dobu až 6 měsíců, aby se vysušilo
- méně běžná, vařená verze se nazývá „*Coppa Cotta*“
- Capocollo má jemnou chuť, je křehký, má mastnou texturu
- v mnoha zemích je prodáván jako gurmánská pochoutka
- je populární ve Švýcarsku nedaleko hranic s Itálií a na francouzském ostrově Korsika
- rozlišujeme:
 - „*Coppa Piacentina*“ - je označen značkou DOP
 - „*Capocollo di Calabria*“ - také značen jako DOP
 - „*Capocollo di Basilicata*“
 - „*Capocollo di Lazio*“
 - „*Capocollo Tipico Senese*“ - varianta z Toskána
 - „*Capocollo di Umbria*“

c) CIAUSCOLO

- je to druh italského salámu z regionu Marche, ačkoli je široce známý i v Umbrii
- je známý tím, že je možné jej namazat na chleba
- tvoří ho směs mletého vepřového masa a tuku okořeněná solí, pepřem a česnekem
- má mírně načervenalou barvu, je měkký, jemný a má mírně pikantní chuť

d) CARPACCIO

- je to oblíbený předkrm- na velmi tenké plátky krájené syrové hovězí maso ze svíčkové, na talíři pokapané citrónem, olivovým olejem a čerstvě mletým pepřem
- ale dá se tak nazvat vše, co je nakrájeno na tenké plátky a podáváno za syrova
- Carpaccio se dělá i ze syrových ryb (tuňáka, lososa)
- v poslední době je módní i carpaccio z ovoce (jahod, ananasu)
- pokrm vymyslel v roce 1950 jistý Giuseppe Cipriani

e) GUANCIALE

- jedná se o neuzenou italskou slaninu připravenou z prasečího laloku nebo líček
- maso je potřeno solí, okořeněno pepřem a paprikou, pak se suší 3 týdny
- je bohatší a silnější chuti a jemnější konzistence než „*panchetta*“
- je to pochoutka z centrální Itálie
- je poměrně tučná, není příliš slaná
- kromě „*prosciutta*“ je jediným masným produktem vyrobeným bez konzervantů

f) JANOVSKÝ SALÁM

- originální název je „*Salame Genovese di Sant'Olcese*“
- pochází z kopcovitého terénu regionu Ligurie
- je vyroben z převážně z vepřového masa, bývá ochucený solí, černým i bílým pepřem, česnekem, fenyklem, červeným nebo bílým vínem
- ve skutečnosti to není produkt z Janova, jen se tak jmenuje

g) LARDO

- jedná se o jedinečný marinovaný produkt z Itálie
- je vyroben ze silné vrstvy tuku přímo pod kůží prasete, tuk je pečlivě odstraněn a naložen v soli, rozmarýnu, dalších bylinkách (oregáno, muškátový oříšek, šalvěj, anýz) a koření
- v minulosti bylo Lardo považováno za jídlo chudých a pohrdalo se jím
- dnes jej Italové považují za pochoutku
- nejslavnější Lardo je z toskánské vesničky Colonnata, kde se vyrábí po staletí („*Lardo di Colonnata*“ - tradičně se k jeho výrobě používají mramorové kádě, tuk je umístěn v kádi ve vrstvách - každá vrstva je proložena vrstvou bylin a koření)

h) MORTADELLA

- jedná se o druh italské klobásy z vepřového masa
- maso je pomleto, obsahuje nejméně 15 % malých kostiček vepřového tuku
- je jemně ochucená - pepřem, bobulemi myrty, muškátovým oříškem, koriandrem, pistáciemi nebo piniovými ořechy, olivami
- Mortadella byla a je nejčastěji vyráběna v Bologni (hlavím městě regionu Emilia Romagna)
- je to populární součást sendvičů Panino

i) PANCETTA

- jedná se o sušený solený vepřový bůček, není uzený
- nakládá se do koření, jako je muškátový oříšek, fenykl, pepř, česnek, pak se suší po dobu nejméně 3 měsíců
- mimo Itálii (např. ve Španělsku) má panchetta mnohem častěji kulatý tvar („*rotolata*“), aby vynikla její barevnost
- jinak je panchetta obdélníkového tvaru, vrstva tuku je na jedné straně, vrstva masa na druhé
- je podobný slanině, ale krájí se na tenčí plátky

j) PITINA

- jedná se o italský studený řez
- pochází z horských údolí regionu Friuli Venezia Giulia
- připravuje se z různých druhů uzených mas
- vznikla pravděpodobně proto, že v minulosti byla snaha zakonzervovat nějakým způsobem zvěřinu
- příprava není složitá a nevyžaduje žádné speciální vybavení
- v dnešní době jej vyrábí několik rodin v provincii Pordenone

k) PORCHETTA

- jedná se o chutnou, tučnou, vykostěnou vepřovou pečení
- je obvykle silně osolená, plněná česnekem, rozmarýnem, fenyklem a jinými bylinkami
- ačkoli je populární v celé zemi, vznikla v centrální Itálii
- je považována za slavnostní jídlo, bývá součástí pikniků
- Porchetta je jedním ze dvou kulinářských ikon regionu Lazio (druhou je sýr Pecorino Romano)
- dnes je populární v benátské kuchyni

l) PROSCIUTTO

- je druh sušené, vepřové šunky
- vyrábí se z vepřové kýty, které je nejprve několik týdnů až měsíců naloženo v soli a pak se po několik měsíců až let suší na dobře větraném místě
- nakládat se mohou celé kýty nebo jen části masa
- suchá, sušená šunka, nakrájená na tenké plátky a podávaná tepelně neupravená = „*prosciutto crudo*“, vařená šunka = *prosciutto cotto*“
- druhy:

„*Prosciutto di Parma*“ - je to typický produkt oblasti mezi Emílijskou cestou z Milána do Rimini a korytem řeky Enza poblíž města Parmy, je známá již od dob antického Říma, výrobek nese označení PDO, má lehce ořechovou chuť

„*Prosciutto di San Daniele*“ (PDO)

„*Prosciutto di Modena*“ (PDO)

„*Prosciutto Toscano*“ (PDO)

„Prosciutto Veneto Berico-Euganeo“ (PDO)

„Prosciutto do Carpegna“ (PDO)

„Prosciutto di Norcia“ (PGI)

„Prosciutto di Sauris“ (PGI)

„Crudo di Cuneo“ (PDO)

„Prosciutto Cotto Verona“ - dušená šunka

11. Nápoje

Pokud se podává před jídlem aperitiv, bývá to alkohol (klasické Cinzano, Martini) nebo i nealkoholický nápoj, kterých je k tomuto účelu k dostání celá řada.

V některých částech severní Itálie (především Trentino – Alto Adige a zčásti Veneto) se pije stolní víno s minerálkou jako střík. Je to otázka určité tradice, zásluhu na tom má někdejší příslušnost těchto regionů k rakousko-uherskému mocnářství (i název odpovídá: „spritz“). Pozor, v ostatních částech Itálie se však míchání vína s vodou považuje za projev barbarství.

Na závěr dobrého jídla se podává italská káva espresso, do které se někdy přidává koňak či grappa – takové kávě se potom říká *caffè corretto*.

K jídlu si v Itálii můžete objednat pivo (mimo italských piv zde dostanete běžně i kvalitní zahraniční značky), ale většinou se zde běžně podává stolní víno *vino di tavola* nebo minerální voda *acqua minerale* . Označení D.O.C. (*Denominazione di Origine Controllata*) označuje velmi kvalitní, výběrová vína, zato vína s označením D.O.C.G. (*Denominazione di Origine Controlata e Garantita*) představují už vína nejvyšší kvality. Nenechte se ale mýlit – označení stolní víno zdaleka neznamená něco podřadného, např. sicilská Marsala nebo toskánská bílá stolní vína jsou vyhlášena svou kvalitou.

Přílohy

Italské sýry: Parmigiano Reggiano



Alpilatte – Mozzarella



Fiorucci - Pecorino Romano



Itálie se dělí na dvacet regionů:

