



# Triki velikih žar mojstrov

**Žar ste uspešno pripravili in zakurili ter izbrali kose mesa, ki bodo očarali izbrano družbo. Preostane vam le še priprava. Predstavljamo vam nekaj ključnih trikov peke na žaru, na katere prisegajo izkušeni mojstri.**

## **Narežite pravilno**

Če kupite večji kos mesa in ga želite sami narezati na zrezke, to vedno storite tako, da meso narežete pravokotno na mišična vlakna. Meso se bo tako speklo hitreje, pa tudi žvečenje bo lažje.

## **Nikoli na žar iz hladilnika**

Preden meso vržete na žar, ga vedno ogrejte na sobno temperaturo. Manjši kosi mesa potrebujejo zato manj časa, večji pa več, zato to upoštevajte pri načrtovanju priprave žara.

## **Mariniranje – da ali ne?**

Splošno pravilo pravi, da kakovostnejši, kot je kos mesa, manj dodatkov potrebuje. Najbolj kakovostno meso bo odlično že, če ga boste začinili zgolj s soljo, poprom in z malce olja, saj bo tako ohranilo svoj naravni okus, ljubitelji bolj bogatih okusov pa lahko pripravite najrazličnejše marinade, ki bodo meso odišavile in okus oplemenitile z dišavnicami in zelišči. Marinade so ključne pri mesu, ki je samo po sebi bolj suho, predvsem so zato nepogrešljive pri perutnini in tudi svinjini, kot tudi pri trših kosih mesa – mariniranje v limonovem soku ali kisu jih namreč učinkovito zmehča.

Formula za dobro marinado? Zmešajte olivno ali drugo rastlinsko olje s sokom limone ali kisom, dodajte česar ali šalotko, sol in izbrane sveže in/ali suhe začimbe po okusu. Kadar želite nekaj posebnega, marinadi dodajte še vino ali sojino omako.

### Nikoli ne solite v naprej

Meso vedno solite približno 15 minut pred peko (večje kose pa lahko tudi nekoliko prej), nikakor pa ne nekaj ur ali celo dan poprej, saj sol nase veže vodo iz mesa, zaradi česar iz mesa izteče sok in z njim sočnost mesa.

### Nad meso s kladivom?

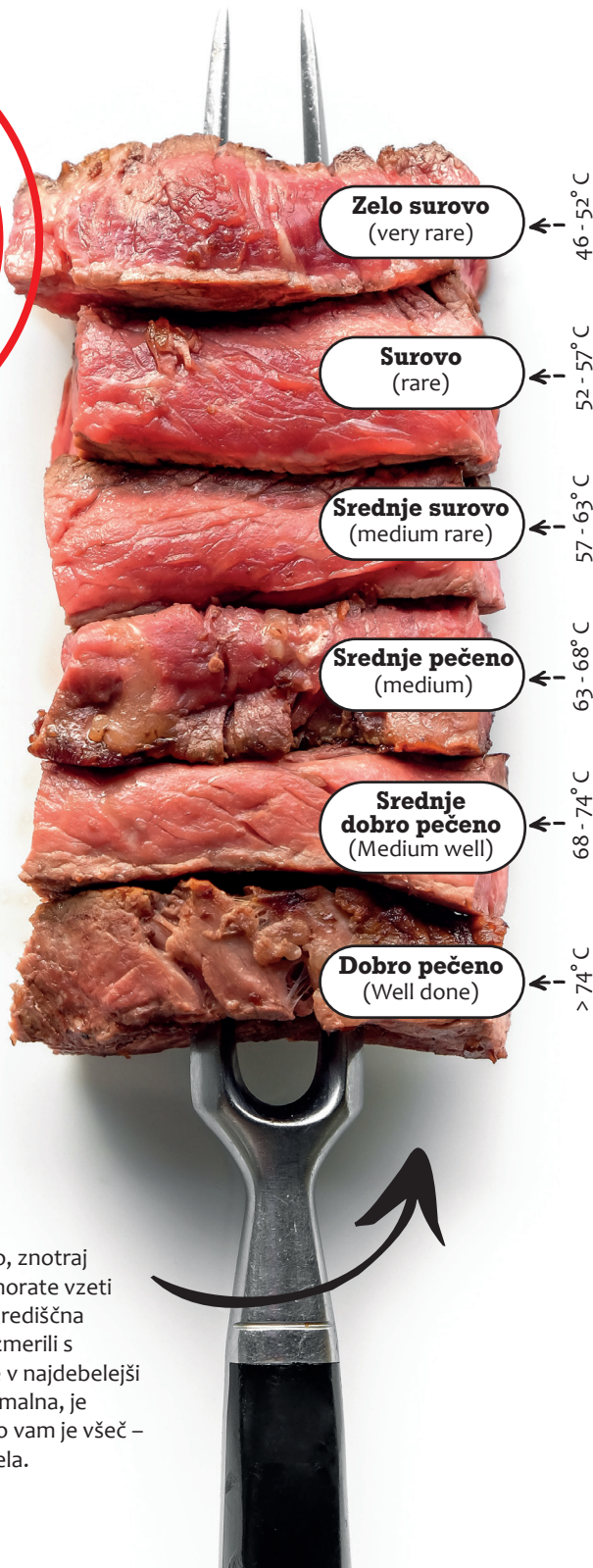
Zorjeno meso ne potrebuje obdelave s kuharskim kladivom, nezorjeno meso pa potolcite nežno, da ga ne poškodujete in ne zgubite preveč mesnega soka, saj bo pečeno meso tako manj sočno.

### S pokrovom ali brez?

Zaprti žar med peko zadrži vročino, vlago in dim, zato je peka s pokrovom priporočljiva, saj je tako spečena hrana tudi bolj sočna in aromatična. Če pa prisegate na meso z zelo zapečeno skorjo in pol presno pečeno sredico, poskusite peko z odprtim pokrovom.

### Optimalen čas

Kako speči zunaj ravno prav zapečeno, znotraj pa sočno meso? Ob pravem času ga morate vzeti z žara, edini pravi kazalec za to pa je središčna temperatura mesa. Najlaže jo boste izmerili s termometrom za hrano, ki ga zapičite v najdebelejši del mesa. Kakšna temperatura je optimalna, je odvisno od tega, kako zapečeno meso vam je všeč – pri tem naj vam bo v pomoč naša tabela.



SUROVO



SREDNJE SUROVO



SREDNJE PEČENO



SREDNJE DOBRO PEČENO



DOBRO PEČENO



Kako pečeno je vaše meso, lahko preverite tudi s prsti. Stisnite palec in kazalec leve roke, nato pa s prstom potipajte venerin grič (mesnati del pod palcem). Trdota mišice ustreza trdoti surovo pečenega mesa. Kazalec zamenjajte s sredincem, trdota mišice ustreza trdoti srednje surovo pečenega mesa ... in tako dalje, stik palca in prstanca je čutiti podobno kot srednje pečeno meso, palca in mezinca pa kot dobro zapečeno meso. Z malce vaje trik odlično deluje!

### Prava temperatura

Kadar želimo jesti pol presno pečeno meso z rdečo sredico in zapečenim robom, kar Angleži imenujejo *rare*, je treba meso peči na visokih temperaturah kratek čas, pri tem pa paziti, da med peko iz mesa ne izteče preveč soka. Bolj klasične priprave mesa na žaru pa zahtevajo srednje temperature in daljši čas pečenja, saj s tem preprečimo preveč zapečeno zunanost in surovo notranjost. Perutnino in ribe je treba peči nekoliko dlje (središčna temperatura mora biti 85° C).

### Ne drezajte

Ko meso postavite na žar, ga pustite pri miru in ga obrnite šele takrat, ko je to res potrebno. Poleg tega ne uporabljajte vilic, saj boste meso prepičili in povzročili iztekanje soka, namesto tega ga obračajte s prijemalko oziroma lopatko.

### Privoščite mu počitek

Pečeno meso mora po peki počivati, da se sokovi enakomerno porazdelijo. Kako dolgo mora trajati počitek, je odvisno od velikosti mesa, za manjše zrezke bo dovolj nekaj minut, florentinec naj bi denimo počival vsaj 10 minut, večjim kosom pa privoščite vsaj pol ure.



# Presenetite z omakami

## **OMAKA Z ZELENIH ČILIJEM**

2 dolga zelena čilija, ki ste ju prej popekli na žaru, v električnem mešalniku grobo zmešajte z 2 mladima čebulama, 2 žlicama svežega koriandra in s strokom česna. Vmešajte 2 žlici kisle smetane, limonov sok in začinite s soljo in poprom. Poda se prav k vsem vrstam mesa.

## **OMAKA IZ LIMETE IN ČESNA**

V skledi zmešajte lupinico in sok ene bio limete, 2 na drobno nasekljana stroka česna, 150 g majoneze, 200 g jogurta in 1 jedilno žlico sojine omake.

## **OMAKA IZ BRESKEV IN PARADIŽNIKA**

Na olivnem olju prepražite nasekljano čebulo in strok nasekljanega česna, dodajte na koščke narezano olupljeno in razkoščičeno zrelo breskev, 200 g pretlačenega paradižnika, žlico belega balzamičnega kisa, žlico sladkorja in malce vode, zavrite in kuhajte 20 minut, da dobite gosto omako. Do gladekega obdelajte s paličnim mešalnikom in postrezite z govedino.