go2 TRAVEL AKADEMIE

SRÍ LANKA

Na čem si pochutnáte na Srí Lance

+420 724 289 644, +420 216 216 438 | maledivy-srilanka@ckgo2.cz | www.maledivy-sri-lanka.cz

Na čem si pochutnáte na Srí Lance

Ck Go2 - z dílny specialistů na Srí Lanku

Srí Lanka má spoustu předností a jednou z nich je i jídlo. Ne nadarmo se Perle Indického oceánu říká i **Ostrov koření**. Důvod této přezdívky můžete cítit z každého místního pokrmu. Srílanská **kuchyně je velice pestrá**. Je ovlivněna hlavně sousední Indií, ale i bývalými koloniálními velmocemi z Arabského poloostrova a Evropy. Tento mix tvoří svět neznámých chutí a vůní, který by měly objevit chuťové pohárky každého z nás. Ještě předtím však s námi pojďte nakouknout pod pokličky srílanských kuchařů.

Ingredience

Hlavními ingrediencemi srílanské kuchyně jsou rýže, kokos, zelenina a nepřeberné množství exotického koření. Nejčastěji se používá chilli, díky němuž je skoro každé **jídlo na Srí Lance velmi pálivé**. Raději tedy v restauraci vždy požádejte o „no spicy food“. Jídlo s největší pravděpodobností trochu pikantní stejně bude, protože podle Srílančanů nemá bez chilli žádnou chuť. Hojně se ve srílanské kuchyni používá také červená, cibule, česnek, kari lístky, pepř, limetka, směs kari koření a praženého kari koření.

Na místních trzích se prodává **nepřeberné množství zeleniny**, která se buď pěstuje na vysočině, nebo se dováží, např. z Indie. Mrkev, zelí, okurky, různé druhy dýní, zelené fazolky, okra (lady fingers), pórek, zelí, květák, lilek, zelené chilli, červená řepa, jackfruit, zelené bylinky, ale i banánovníkové květy. To je jen malý výčet ingrediencí pro přípravu srílanského oběda.
Z masa se nejčastěji jí **ryby, krevety, kalamáry, krabi a kuřecí maso**. Hovězí maso Srílančané většinou nejí, neboť je drahé, a když už se na jídelním lístku v restauraci objeví, neumějí ho připravit.

Rice and curry - národní pokrm Srí Lanky

Rice and curry (kari s rýží) je na Srí Lance téměř synonymem pro hlavní chod. Jedná se o **národní pokrm**, který neodmyslitelně tvoří součást jídelního lístku ve všech místních restauracích a minimálně jednou denně se objeví na talíři každého Srílančana. Slovem curry zde není označováno kari koření, jak ho známe od nás, ale celý pokrm, který sestává z masových nebo zeleninových směsí, jejichž základ tvoří kokosové mléko a výrazný mix koření jako je kurkuma, kardamom nebo koriandr. K hromadě rýže dostanete 4-5 menších misiček, v nichž jsou různá masová a zeleninová "kari".

Zde je několik druhů kari, se kterými se setkáte nejčastěji:
Dhal curry - velmi oblíbené kari, jedná se o červenou čočku vařenou v kokosovém mléku
Polos curry – hlavní ingrediencí je plod žakie (baby jackfruit), která se svou texturou podobá například bramborám
Malu hodhi (fish curry) – základem tohoto kari je ryba (většinou čerstvý tuňák), která se vaří společně s kořením a malých množstvím vody.
Kukul mas hodhi (chicken curry) – kokosové mléko s nasekanými kuřecími kousky a kořením je nejčastější variantou masového kari.
Ala hodhi (potato curry) – brambory vařené v kokosovém mléce s kurkumou a kari lístky. Ano, čočka a brambory jsou na Srí Lance přílohou k rýži :-)

V další misce může být *papadam* (smažené křupavé chipsy), mango čatní, sekané bylinky s kokosem nebo *kokosový sambol*, což je směs z čerstvého nastrouhaného kokosu a sušeného chilli, limetkové šťávy, soli a pepře. **Ochutnejte určitě všechno.**
Když Vám jídlo přinesou, zabere celý stůl a vypadá třeba takto:

Jak si na rice and curry nejlépe pochutnat?

Pokud si chcete rice and curry vychutnat jako pravý Srílančan, zapomeňte na příbory! Srílančané **konzumují jídlo pouze rukama**, konkrétně pravou rukou. Ptáte se, jak jíst rýži jednou rukou? Správný Srílančan nejprve rukou promíchá všechnu směs (rýži s přílohami) na talíři, a poté si nahrabe pokrm do jednotlivých hromádek a následně do dlaně. V rychlém záklonu pak strčí tuhle hromádku do pusy a vše pak zapije nejlépe horkou vodou. Tomuto stylu hodování se na Srí Lance určitě nevyhnete, nemusíte se však ničeho bát, pro turisty jsou všude v restauracích i hotelech, čisté příbory vždy připravené!

Co k obědu nebo večeři kromě rice and curry

Devilled chicken/fish/calamari/prawns

Jde o směs větších kousků kuřecího masa, ryby, kalamár nebo krevet a lehce opečených rajčat, pórku, cibule, papriky v kečupové pálivé omáčce s rýží (foto vlevo)

Smažené nudle, smažená rýže (fried noodels, fried rice)

Smažené nudle a rýže jsou na jídelním lístku vždy v několika provedeních. Nejčastější jsou nudle nebo rýže zeleninové, kuřecí, s mořskými plody nebo s rybou.

Grilované ryby

Grilované ryby si dejte v některé restauraci na pláži, kde jsou nejčerstvější. Výborná je ryba coral reef fish.

Jídlo z pouličních stánků

Nemusíte mít obavy zastavit se u pouličního stánku a koupit si, na co právě máte chuť. Jídlo je vždy čerstvé. Nejvíce jídla se prodává se začátkem soumraku, od 18. hodiny.

Rótí

Chlebové placky z pšeničné mouky jsou výbornou přílohou k omáčkám. Mohou se však konzumovat i samostatně různě dochucené. Pol rótí obsahují strouhaný kokos, uraippu rótí zase zelené papričky a cibuli.

Kottu rótí

Mezi místními oblíbený tamilský pokrm, jehož základem jsou nasekané velmi tenké placky rótí smíchané s masem, vejci a zeleninou. Připravuje se pomocí dvou širokých čepelí, kterými se celá směs mísí na rozpálené plotně. Na blízkost stánku s kottu rótí vás upozorní jejich pravidelné klepání. K dostání většinou navečer po 18. hodině.

Hoppers

Tato specialita, také nazývaná appam, jejíž těsto připomíná těsto na palačinky. Připravuje se z rýžové mouky, kokosového mléka a kvasnic a smaží se v malé kónické pánvi, takže hoppers mají tvar misky, která je po stranách tenká a křupavá a uprostřed silnější a měkká. Doprostřed se mohou přidat různé ingredience podle toho, jestli se připravují na sladko nebo na slano. Nejoblíbenější variantou jsou hoppers s vajíčkem. K dostání na snídani nebo po 18. hodině.

String hoppers

V sinhálštině nazývané „indiappa“. Jedná se o tenké rýžové nudle z rýžového těsta, které jsou vytlačované přes síto na malá kulatá sítka. Sítka se naskládají na sebe a napařují se v hrnci. Na talíř se nudle nabírají po malých slepených hromádkách a servírují se jako příloha ke curry směsi. Jí se obvykle ráno ke snídani.

Vadai

Smažené placičky (malé karbanátky) z luštěnin (ulundhu vadai) nebo krevet (prawns vadai). Krevety se konzumují celé, včetně krunýřů. Vadai obsahují i chilli.

Něco sladkého na zub

Kdo si potrpí na sladké, na Srí Lance ho rozhodně nebude mít problém najít. Zdejší dezerty se **od českých kynutých buchet výrazně liší** a stejně jako je tomu u slaných jídel na Srí Lance, důležitou roli při jejich přípravě hraje koření. Sladkosti se většinou nepečou, ale vaří nebo smaží. V pekárně je možné koupit sladké bulky. Ale pozor na záměnu sladké bulky se zeleninovou. Ta zeleninová ukrutně pálí. V obchodech koupíte různé sušenky - dobré jsou např. kokosové Hawaian cookies.

Wattalappam
Pudink, který se připravuje z kokosového mléka, vajíček, kardamomu a palmového cukru.
Pittu
Zákusky z rýžové mouky a kokosu mají tvar válce. Vyrábí se totiž celkem originálním způsobem, a to nad parou v bambusové trubce.
Curd and honey
Jogurt z bůvolího mléka je dalším nevšedním dezertem, který byste mělo chutnat. Dochucuje se medem nebo palmovým sirupem a má větší obsah tuků než tvaroh, který je k dostání v českých supermarketech.
Pani pol pancake
Palačinky z vody, mouky a kurkumy se plní směsí ze skořice, kokosu, vanilky, hřebíčku, kardamomu a palmového cukru.

Ovoce na každém kroku

Čerstvé tropické ovoce utržené přímo ze stromu se dá na Srí Lance za pár drobných koupit doslova na každém kroku. Nejčastěji je k dostání **v pouličních stáncích nebo na trzích**. Celoročně si tu pochutnáte na banánech, ananasech a papájách. Od dubna do června jsou k dostání manga a rambutany, od července do září je zase sezóna durianů a mangostanů.

Nealkoholické nápoje

Čaj
Srílanský čaj je známý po celém světě. Navzdory horkému klimatu je oblíbený i v zemi, v jejímž srdci se sbírá. Do čaje se zde přidává hodně cukru, a pokud jste příznivci anglického způsobu jeho podávání, tak i mléko.
Káva
Přestože káva nemá na Srí Lance tradici, v turistických oblastech najdete spoustu kaváren západního stylu s výbornou kávou, např. Starbeans. V odlehlých oblastech počítejte pouze s rozpustnou kávou. Turecká káva není moc dobrá, na naše chutě je příliš slabá.
Voda
Balenou vodu zakoupíte bez problémů ve stáncích u silnic nebo v supermarketech.

Ovocné džusy
Lahodné džusy se vyrábí z čerstvého ovoce. Zkuste třeba mangový, ananasový, banánový nebo limetkový se sodou.
Ginger beer
Ač nese označení "beer", jedná se o osvěžující nealkoholickou limonádu se zázvorovým extraktem.

Alkoholické nápoje

Alkohol je na Srí Lance k dostání ve specializovaných licencovaných obchodech, tzv. **Wine shopech**. V turistických oblastech si ho můžete objednat k jídlu v restauraci nebo rovnou zajít do baru. Ne všechny hotely a restaurace ale mají na prodej alkoholu licenci.

Pivo
Místní pivo se jmenuje Lion a dokáže pořádně osvěžit. Komu by nezachutnalo, dováží se sem i světové značky jako je Heineken nebo Carlsberg.
Arak
Srílanský arak je pálenka vyráběná z fermentované šťávy kokosového květu. Nejlépe chutná v kombinaci s nealkoholickým nápojem jako je kokosová voda nebo džus.

Ceny jídla a pití

Jídlo v pouličním stánku: 30 Kč
Jídlo v bufetu: 40 – 50 Kč
Běžné jídlo v místní restauraci: 70 – 100 Kč
Běžné jídlo v restauraci pro turisty: 100 – 150 Kč
Grilovaná ryba nebo mořské plody: okolo 150 Kč
Pivo (0,5l): místní 40 Kč, z dovozu 70 Kč, v hotelu i 120 Kč
1,5 l láhev vody: 12 Kč