

Rozhovor s mistrem kuchařem Daliborem Navrátilem

17.srpna 2013

Rčení, že „všechno zlé je pro něco dobré“ platí u Dalibora Navrátila (38) stoprocentně. Možná jsme o něm mohli slýchat ve sportovních zprávách jako o úspěšném skokanovi na lyžích. Osud s ním měl jiné úmysly – po těžkém úrazu začal místo z můstku „skákat kolem plotny“, a stal se Mistrem šéfkuchařem, který patří mezi nejuznávanější odborníky u nás i v zahraničí.

Kdy jste se rozhodl pro kuchařské povolání?

Do třinácti let jsem měl o své budoucnosti jasno. Pocházím z Beskyd, skákal jsem na lyžích a rýsovala se přede mnou slibně nastartovaná kariéra vrcholového sportovce. Vážný úraz ale změnil moje plány a já i rodiče jsme najednou stáli před otázkou, co dál. Měl jsem podanou přihlášku na sportovní gymnázium, ale už jsem věděl, že tudy cesta nepovede. Když jsem zvažoval, co dál, uvědomil jsem si, že mě vždycky bavilo všechno, co se točí kolem kuchyně. **Po škole jste sbíral zkušenosti nejprve v českých restauracích, pak jste dostal příležitost i v zahraničí.**

To byla opravdu neocenitelná zkušenost. Hodně mi dal především pobyt ve Francii, kde jsem pracoval tři a půl roku v devíti kantonech. Dodnes si třeba pamatuji, jak jsem solil maso tak, jak jsme u nás zvyklí – dvacet plátků na prkýnku. Šéfkuchař ke mně přišel a povídá: Jak to solíš? To budeš mít spíš slané to prkno než maso. A ukázal mi, jak se správně solí.

A jak se správně solí?

Vezmete každý plátek masa do ruky a hezky zblízka stejnoměrně a pečlivě osolíte, promnete, aby se sůl vsákla. Totéž pak uděláte z druhé strany. Tím dosáhnete rovnoměrné perfektní chuti všude... A tak to bylo se vším. Třeba jsem krájel zeleninu a šéfkuchař mi říká: Jak to krájíš? Vždyť máš každý kousek jiný! Všechny kostičky přece musejí být stejné – paprika, cuketa, lilek – aby host poznal, že děláš svou práci poctivě a že si ho vážíš.

Loni se vám dostalo od francouzské vlády významného ocenění. Stal jste se držitelem rytířského řádu za přínos pro gastronomii. Nosíte ho někdy na svém rondonu?

Tohoto ocenění si moc vážím. Jedná se o nejstarší rytířský řád na světě Chaine des Rotisseurs a slavnostní inaugurace se konala loni na jaře v pražském Břevnovském klášteře.

Vyznamenání se uděluje lidem, kteří dosáhli výjimečných úspěchů ve svém oboru, u nás je to zatím asi osm lidí. Na rondonu ho ale nenosím, věnoval jsem rytířský řád své paní. Zaslouží si ho za to, jaké mi vytváří zázemí, abych se mohl naplno věnovat práci, která mě tolik baví.

Mezi vaše působiště ve Francii patřil i slavný hotel Ritz...

Měl jsem to štěstí, že jsem mohl ve Francii pracovat s kuchaři, kteří patří mezi deset nejlepších na světě. Samozřejmě bylo skvělým zážitkem vařit v pařížském hotelu Ritz, který je mekkou světové gastronomie, stejně jako v dalších významných podnicích, kde jsem mohl čerpat zkušenosti. Nesmírně mě například ovlivnilo osobní setkání se slavnými kuchaři Joelem Robuchonem a Paulem Bocusem. Ve Francii jsem pochopil základní filosofii gastronomie. A sice, že nejíme pro to, abychom si čímkoli naplnili žaludky, ale že

nadpřípravou a skladbou pokrmů musíme přemýšlet. Jídlo totiž z velké části rozhoduje o tom, kolik budeme mít energie a zda se budeme cítit zdraví, spokojení a fit.

Na to vám ale mnozí namítnou, že by se rádi stravovali lépe, jen zkrátka nemají čas...

Ale vždyť to není pravda. Například italská kuchyně umožňuje připravovat skvělá jídla, která jsou nenáročná na čas i přípravu. Vezměte si takové špagety, rizota nebo různé saláty. Stačí přidat kvalitní olivový olej, mozzarellu... Proč hned sahat po párku nebo salámu? Vždyť co je špatného na tom udělat jednou za čas rodině k večeři dobrou krupicovou kaši s čerstvým máslem posypanou kakaem? Nebo uvařit široké nudle, posypat oříšky, sušeným ovocem... Během chvilky tak získáte kvalitní jídlo, které dodá potřebnou energii, ale i vitamíny a minerály. Že není čas, to je jen výmluva. Spíš jde o nedostatek fantazie. Ale už se to zlepšuje, k osvětě přispívají časopisy, televizní pořady zaměřené na gastronomii i internet.

A také třeba kurzy pro veřejnost, které se pořádají tady u vás, v Pražském kulinářském institutu. Jaký je o ně zájem?

Zájem je veliký a my jsme za to rádi. Nabízíme rozmanitý výběr kurzů, ze kterých si vyberou zkušení kuchaři i úplní začátečníci. Naším cílem je rozšiřovat vzdělání v tomto oboru a pěstovat v lidech lásku ke gastronomii.

Pro přípravu jídla určitě nestačí mít jen kvalitní suroviny, ale důležité jsou i spotřebiče nebo nádobí, na kterých pokrmy připravujete.

Vždycky platí, že obě složky musí být kvalitní – to, co jíte, a to, na čem vaříte. Já osobně neuznávám lávové grily. Protože při úpravě masa, ryb nebo zeleniny na tomto typu grilu šťáva skapává na porézní povrch kamenů, napaluje se, vznikají karcinogenní zplodiny, které následně ulpívají na pokrmu. V dnešní době svět od lávových grilů upouští a griluje se především na pevných tálech. To je mnohem čistší příprava a také šetrnější k surovině, protože nevzniká suché agresivní teplo (jako v případě lávových kamenů), teplota je všude stejnoměrná, nic neodkapává, nehoří, grilování je celkově zdravější.

Co by si měl člověk před nákupem grilu rozmyslet?

Měl by vybírat především podle toho, pro kolik lidí bude pokrmy nejčastěji připravovat. Pokud pouze pro rodinu, tak mu stačí menší spotřebič, je-li ale zvyklý zvat si přátele, měl by si rovnou pořídit gril o větší kapacitě. Protože snažit se udělat deset steaků na malé grilovací ploše je velmi náročné a většinou to nedopadne dobře...

V čem lidé při grilování nejčastěji chybují?

Především v tom, že maso nakládají – do oleje nebo do různých marinovacích směsí. Pak jej dají na rozpálený gril, kde se olej, koření, bylinky napalují, hoří, povrch masa černá, takže je nutné kropit gril vodou, tím se snižuje teplota a maso se místo grilování dusí. Maso, ryby nebo mořské plody jsou pak houževnaté a tvrdé. Další chybou je maso předem nasolit. Sůl se totiž rozpouští při 70 °C, poté se z ní stává jakási kyselá „žiravina“, která proniká do svalových vláken, ta prasknou, vyteče z nich šťáva a maso zůstane suché a tvrdé.

Jak bychom měli správně postupovat?

Když víte, že budete třeba v sobotu večer v šest hodin grilovat, stačí maso, ryby nebo mořské plody vyndat v poledne z lednice a nechat je při pokojové teplotě odpočívat až do grilování. Lidé se často dopouštějí zásadního omylu, když nechají do poslední chvíle maso v lednici, kde

jsou 4 °C. Pak ho dají rovnou na gril, kde je 220 °C. Co se stane? Vznikne teplotní šok, maso ztuhne a už nepovolí. A ještě jedna důležitá připomínka: maso před grilováním nikdy nenaklepávejte!

A kdy tedy máme maso ochutit, v průběhu grilování?

V žádném případě, až úplně na závěr. Když sundáte například steaky z grilu, přeložte je na prkénko, a dokud z nich jde pára, nechte je vydýchat. Protože ve středu masa se kumuluje teplo, a pokud byste do něj předčasně zakrojili, všechna šťáva by vytekla. Až když pára vyjde, je ten správný čas pokapat steaky olivovým olejem, osolit, dochutit kořením nebo bylinkami.

Kde jste se naučil připravovat steaky tímhle způsobem?

V Brazílii, byl jsem tam na pozvání, a Jižní Amerika je především v přípravě steaků z hovězích býků neprekonatelná. A řeknu vám zajímavou story. S kolegy jsme si chystali v jedné z tamních restaurací maso na druhý den na grilování, připravovali jsme si různé marinády, česneky, bylinky... Místní kuchaři byli naším počínáním velmi udiveni a ptali se nás, co to děláme? Odpověděli jsme jim, že přece musíme maso naložit. Necháпали to a ptali se, proč chceme maso ničit, když je kvalitní... Pak navrhli, že si porce masa rozdělíme a každá skupina ho připraví po svém – oni bez marinování, my naložené, a druhý den dáme hostům porovnat, které jim bude víc chutnat. Ve všech sedmi druzích masa vyhráli na celé čáře. Od té doby dělám steaky jako oni.

Vy připravujete pokrmy na grilu značky Catler. Jak jste s tímhle spotřebičem spokojený?

Když jsem dostal možnost si tenhle gril vyzkoušet, využil jsem to opravdu stoprocentně. Hodně jsem experimentoval, zajímalo mě, jak si poradí s různými druhy potravin, dokonce jsem ho i poléval mlékem... Zkoušel jsem, jak se dá regulovat teplota a jak snadno se čistí. Musím objektivně říct, že obstál na jedničku, představuje výborný poměr mezi cenou a kvalitou. Jeho velkou výhodou jsou dvě polohy – na grilu, který má dvě části, můžete připravit jak steaková masa (pevná deska), tak třeba krkovičku, ryby, mořské plody, zeleninu, žampiony nebo třeba ovoce (žebrovaná plocha). Rozhodnutí, na které části budete maso grilovat, záleží na jeho tučnosti. Libové maso se nejlépe připraví na suchém pevném povrchutálu, zato pro tučnější je zapotřebí žebrovaný podklad, kde tuk při grilování stéká do drážek a neodvádí teplotu. V opačném případě by se totiž maso dusilo.

Objevil jste ještě nějaké další výhody tohoto grilu?

K nesporným výhodám patří snadná a rychlá údržba. Třeba u lávového grilu by se správně měly kameny po každém použití vyvařit, ale to se nikomu nechce... Elektrický gril Catler se po přípravě jídla jenom otře ubrouskem nebo vlhkým hadříkem, zaklapne a schová. To je velmi praktické. Navíc – oproti spotřebičům, které musíte různě převážet na kolečkách a mít pro ně vyhrazený dostatečný prostor, nezabere téměř žádné místo. Přitom jakkoli se může zdát na první pohled malý, hned vás vyvede z omylu, když jej otevřete. Najednou máte dvě prostorné plochy, na nichž se dá připravit skvělé jídlo pro mnoho lidí.

Měl jste možnost vyzkoušet si ještě nějaký další spotřebič od značky Catler?

Jsem velký milovník čaje, takže jsem ocenil varnou konvici Catler, u které se dají nastavovat různé stupně teploty. Každý druh čaje – bílý, zelený, černý... totiž vyžaduje jinou teplotu vody. A skvělá je i funkce, pomocí níž se po dlouhou dobu udržuje nastavená teplota. To je

pro nás, co stále spěcháme a snažíme se toho stihnout co nejvíc, k nezaplacení. Takže zatímco se ráno holím, konvice mi chystá vodu na čaj a trpělivě na mě čeká...

Dovolte ještě poslední otázku... Nedělá vám problém jít do běžné restaurace, když tam vidíte a vnímáte mnohem víc než obyčejný smrtelník?

Máte pravdu, trpím profesionální slepotou, ale když mám čas, chodím do restaurací strašně rád, nejraději s rodinou. Dáme si dobré jídlo, dezert, kávu, přitom si hezky popovídáme... Ale je pravda, že moje paní se většinou předem trochu bojí a upozorňuje mě, abych byl tolerantní, zkusil případné chyby kuchařům odpustit a zdržel se pokud možno komentáře... A musím říct, že se mi to už docela daří.