

Nejlepší recepty čtenářů Krkovička na mrkvi

Cena: 100 korun pro 4 osoby
Doba přípravy: 40 minut
Suroviny:
■ 4 plátky vepřové krkovičky
■ 2 větší cibule, 1 červené
■ několik stroužků česneku
■ 8 větších mrkví
■ 3 lžičce slunečnicových semínek
■ sůl, pepř, kmín, kari, olej na naložení masa, lžičce jablčného octa, petrželka



Rozetřete česnek, smíchejte spolu s kmínem, olejem, lžičkou octa a do směsi naložte maso asi na 2 hodiny. Oloupejte mrkev, podélně pokrájejte na čtvrtky a naskládejte do pekáčku. Osolte, posypte kari nebo jen čistou kurkumou, pokrájenou cibulí a slunečnicovými semínky. Navrch naskládejte plátky masa a dejte do trouby. Pečte 30 minut na 200 stupňů. Podávat můžete samotné, mrkev je jako příloha. Nebo k jídlu uvařte kuskus. Ozdobte petrželkou.

Recept od Milana Nováka z Chotouně

Vážené čtenářky a čtenáři,

pošlete nám svůj tip na letní jídlo. Autory zveřejněných receptů odměníme originálním DVD kuchaře Jamie Olivera. Recepty pošlete na prilohy@mfdnes.cz



Rybaření v Amazonii? Spíš lov než rybolov.



Jenom loví Sportovní rybář Jakub Vágnér rybu, kterou uloví, nesní ani nezabije

FOTO: MAFA – LUKÁŠ PROCHÁZKA

Pokračování ze strany D1

Takže vám vlastně dovolili se přiblížit.

Přesně tak, myslím, že byli i zvědaví. Jsou to izolované kmeny, byli jsme osm set kilometrů od nejbližší civilizace, takže pravděpodobně – i podle reakcí těch lidí – jsme byli vůbec první běloši, které viděli. Jinak Amazonie prochází velkými změnami, obrovská území jsou devastována kvůli plantážím, orné půdě nebo těžbě.

Jak jste během toho měsíce mezi sebou komunikovali? Předpokládám, že anglicky nemluví?

Jsou to národy o čtyřiceti lidech, mají vlastní řeč, která připomíná spíš zvířecí než lidskou. Běžná domluva není možná, musíte si pomoci rukama, nohama. V žádném případě nemůžu říct, že to jsou primitivní národy, naopak jsou velmi bystří, jinak by nepřežili.

Pomohli vám indiáni s rybařením, ukázali třeba, kde je nejlepší lovit?

Vůbec. Z vody mají téměř panickou hrůzu, je pro ně problém překročit potok. O rybaření nevědí nic, neumějí si vydlabat kánoe jako říční lidé. Tohle byli lesní lidé, kteří používají kurare, foukačky a oštěpy, žijí kočovně, chodí nazí, nic nevlátní a pohybují se tam, kde je potrava.

Prozradte mi, na co jste nako-

nec Arapaimu gigas chytil? Žížala na to asi nestačila.

Chytil jsem ji na jeden specifický druh ryby, u kterého jsme vypozorovali, že ho arapaima loví. Na to, jak je to obrovská ryba, má malou tlamu, pojídá jen malinké rybičky. Museli jsme zjistit, kde, jak, čím a v kterou denní dobu se živí. (Rekordní Arapaimu gigas, největší sladkovodní ryba na světě, chytil Jakub Vágnér loni v srpnu, měřila skoro dva a půl metru a vážila 130 kilogramů – pozn. red.)

Takže jste vlastně nejdřív museli chytil návnadu.

U arapaimy to byl velký otazník; byl to spíš lov než rybolov. Vody jsou plné piraní, jak něco dopadne do vody, okamžitě to sežerou. Takže představa klasické návnady napíchnuté na háčku tady nefunguje. Šanci chytil arapaimu máte jen v okamžiku, kdy se nadechne atmosférického kyslíku. Velká arapaima to udělá tak třikrát ráno, dvakrát večer. Vy nahazujete z čtyřiceti padesáti metrů z indiánské kánoe a musíte se trefit tak dvacet třicet centimetrů před tlamu.

Kdy jste začal jezdit na ryby do ciziny?

Jako malý kluk jsem jezdil na sumce do Itálie. Každý rok jsem taky strávil aspoň měsíc ve Švédsku, kde máme příbuzné, a v Norsku.

Zmínil jste sumce, vím, že to je vaše nejoblíbenější ryba. Proč zrovna on?

Dobrodruh Vizitka

Sedmadvacetiletý **Jakub Vágnér**, syn hudebníka Karla Vágnera, je jedním z největších odborníků na rybaření nejen u nás, ale i ve světě. Důkazem je třeba jeho smlouva s kanálem National Geographic, pro který točí dokumenty. V České televizi prováděl pořadem S Jakubem na rybách. Mezi jeho úspěchy patří ulovení největšího sumce světa o hmotnosti 190 kg. Všechny ulovené ryby v duchu hesla „chyť a pust“ vrací do vody.

To už je nějakých patnáct let zpátky, to býval sumec ještě nepokořená legenda. To byla doba, kdy jsme s kamarády sumcaři všechno objevovali – jak sumce chytat, kde, na co... Sumec mě naučil hrozně moc, je to pro mě taková platonická láska. Dřív jsem byl na sumcích přes tři sta dní v roce, to už pro mě byl spíš životní styl.

Jste známý tím, že ryby sice lovíte, ale nezabijete je ani nejíte...

Ale nejsem ortodoxní, myslím, že ryba na talíř patří. Nikdy bych ale nezabil stokilovou rybu, která v přírodě žije desítky let a je extrémně ohrožená. To radši zajdu do

supermarketu, protože je lepší, když mi na talíři skončí ryba ze sádek, která byla odchována v zajetí. Když chytím padesátikilového sumce, tak ho hned nepraším do hlavy, připravil bych ostatní o možnost ho chytil, o to, že se znovu vytře a že tu budou další generace původního genofondu, který se vytváří tisíce let. Pokud si nějací lidé myslí, že vodu vydrancují a pak ji uměle dosadí rybami, tak takhle to nefunguje a spěje to k přírodním katastrofám.

Necháváte si také někdy na cestách čas na běžnou turistickou prohlídku?

To není nic pro mě. Když cestuju, chci vidět kouty, kde nejsou lidé a civilizace je ještě nezničila, do těch ostatních se můžu vydat klidně za deset nebo dvacet let.

Kdy jste byl naposled na dovolené, na které jste nerybařil? A co jste tam dělal...

Za posledních dvanáct let jsem byl jen jednou na dovolené a byla to asi nejnáročnější expedice ze všech. Byl jsem s přítelkyní a jejím synem v egyptské Hurghadě a byl to pro mě nesmírný zážitek, který začal už na letišti, kde bylo padesát lidí se zabalenými řízky. A pak samozřejmě ty hotely, válení se na pláži, švédské stoly... Z organizovaných zájezdů mám hrůzu, ale na druhou stranu jsem se neskutečně bavil tím světem, který jsem vůbec neznal. Pro mě to byl takový šok, jako kdybych normálního člověka vzal do Amazonie. **Jiří Sotona**

Tip Dnes Pro rodiny



Vypravte se na Pohádkovou Šumavu. Najdete ji v **Mlázovech u Kolince** a uvnitř vás čeká **výstava pohádkových bytostí**. Uvidíte vilu Šumavu, muzikanty, skřítky a mnoho jiných. Další překvapení čekají v okolí chalupy, jako třeba pohádková stezka skřítků. V ateliéru si děti mohou nakreslit nebo vymodelovat svou vlastní pohádkovou postavu. Vstupné je 50 korun, děti 40. Informace na www.pohadkovasumava.cz.

Chci mezi lidi

Ojedinělá **prohlídka Špilberku** začíná sestupem do hloubky sedmi metrů a pokračuje galerií s unikátními naslouchacími chodbami (pro sledování přibližovacích manévrů nepřítelů). Mimořádné prohlídky od úterý do neděle, je nutné se objednat na tel. 542 123 614. Trasa prohlídky mírně fyzicky náročná. Informace www.spilberk.cz.

Adrenalin

Zkuste **segway**. Je to **dvoukolé vozítko, na kterém stojíte, držíte říditka a náklonem dopředu nebo dozadu se rozjedete žádným směrem**. Vyrazit můžete do přírody, dojezd vozítka je až 40 kilometrů. Hodinová vyjížďka vyjde asi na tisícikorunu. Informace například www.nasegway.cz (Benešov) či www.balickyzazitky.cz (Frenštát pod Radhoštěm), www.dvoukolky.cz (Brdy).

Chci mít klid



Vypravte se na podvečerní procházku. Kdyby se vám nechtělo „jen tak“, najdete si cíl. **Natrhejte na kraji cesty třezalku**. Doma nappěte žluté květy a nať do sklenice, zalijte olejem, zavřete a dejte na 3 týdny za okno na sluníčko. Až pak olej přecedíte, bude tmavě červený a voňavý. Výborný je třeba na drobná poranění nebo když se spálíte na sluníčku.

Dovolená čtenářů Voda na vašich snímcích

Rajče.net – největší české internetové fotoalbum

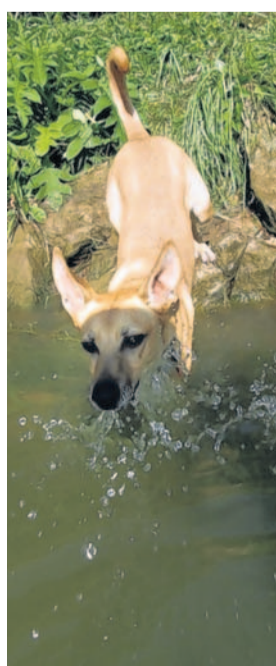
U fotek je uvedeno uživatelské jméno autora z rajče.net. Chcete-li nám zaslat svoji fotku z dovolené, přihlaste se do projektu na adrese www.rajce.net/leto



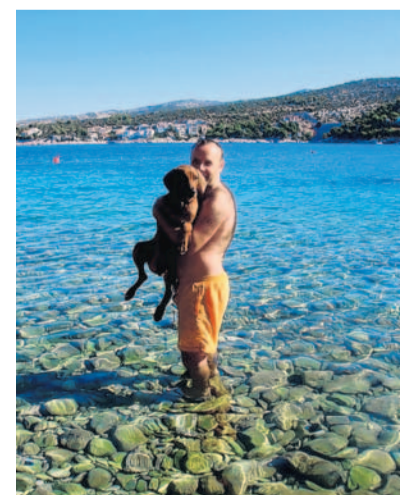
Pod vodou Snímek z egyptské Hurghady v listopadu 2007 (romanke)



Chvilku neprší Skupinové foto z letošní červencové dovolené na Ohři (petrabrozka)



Discovery Cove Plavání s delfíny na Floridě (habakkuk)



Šany sportuje Zábava u vody s pánickem v chorvatském Primoštenu (andrea-p)

Rybníkové mámení To květnové vedro se nedalo vydržet, šup do vody (elma)