

DEN 1.

Egypt není jen o teplém počasí a krásném moři. Turistům nabízí i mnoho zajímavých míst, které stojí za to vidět. Pokud plánujete dovolenou v Egyptě, pak rozhodně navštivte Velkou sfingu v Gíze, Saharskou poušť nebo Údolí králů. Proč právě tato místa si nenechat ujít a jaké další egyptské památky stojí za to?

1. Pyramidy

Jestliže se chystáte vydat na dovolenou do Egypta, pak nesmíte ze země odjet bez navštívení pyramid, kterých je v Egyptě nespočet. Nejoblíbenějšími jsou ale ty v Gíze, které jsou zařazeny i mezi Sedm divů světa.

2. Sfinga v Gíze

Dostanete-li se do Gízy, pak si rozhodně nenechte ujít slavnou Sfingu. Socha dlouhá 74 m, široká 19 m a vysoká 21 m je kombinací lidské hlavy a těla lva. Sfinga je největší vytesanou sochou z jednoho kusu kamene a o jejím vzniku se stále vedou spory. Jedni tvrdí, že vznikla před 3 000 lety př. n. l., druzí si myslí, že tu byla už před 15 000 lety př. n. l.

3. Chrámový komplex v Karnaku

Chrámový komplex v Karnaku se nachází v blízkosti Luxoru, jeho součástí jsou tři hlavní chrámy a několik menších. Egyptský chrámový komplex začal vznikat 1 950 let př. n. l. a na jeho výstavbě se podílelo 10 faraonů.

4. Chrámy v Abu Simbel

Jestliže vás nadchnou chrámy v Karnaku, pak si nenechte ujít ani ty v Abu Simbel. Jejich zajímavostí je, že vznikly jen kvůli honbě za vyšším egem, kdy faraon Ramses II. chtěl zapůsobit na svou ženu Nefertari.

5. Údolí králů

Údolí králů je takzvaným pohřebišťem faraonů a mocných šlechticů, které také musíte vidět. Egyptských památek je opravdu více než dost, vhodné proto je zvolit k ubytování hotely v Hurghadě a do jednotlivých míst vyrážet z jednoho místa.

6. Káhira

Od památek a pyramid se dostáváme k městům. Hlavním městem Egypta je Káhira, která má také co nabídnout turistům. Za navštívení stojí Káhirská věž, citadela, mešita Mohammeda Aliho a Egyptské muzeum, kde je k vidění maska faraona Tutanchamona.

7. Luxor

Luxoru je přezdíváno jako „největší muzeum pod otevřeným nebem.“ Ve městě najdete Luxorské muzeum, Muzeum mumifikace, Luxorský chrám nebo Memnonovy kolosy. Pokud nechcete, aby vám některá z luxorských památek utekla, pak můžete využít poznávací zájezd do Egypta, díky kterému se dostanete na všechna nejznámější místa nejen Luxoru.

8. Sahara

Sahara je největší poušť světa, rozkládá se na území o velikosti 9 269 000 km², téměř totožnou plochu zaujímá například Čína nebo Spojené státy americké. Sahara se rozprostírá na území 10 států a jedním z nich je i Egypt.

9. Údolí velryb

Údolí velryb se nachází v oblasti Fayoum a jedná se o nejzachovalejší paleontologickou lokalitu na světě. Údolí velryb láká především všechny milovníky evoluce, najdete zde totiž ve zkamenělinách celý příběh vzniku velryb.

10. Jezero Nasser

Pokud místo moře dáváte přednost jezerům, pak si v Egyptě nenechte ujít jezero Nasser. I přestože se jedná o jezero vytvořené lidmi, přináší dechberoucí podívanou. V okolí jezera najdete tisíce ptáků, lišky, gazely, krokodýli i ještěrky.

Jednou z nejnavštěvovanějších destinací, pokud chcete výt u moře je Hurghada.

DEN 2.

Místní kuchyně

Egyptská kuchyně to jsou tradiční arabská jídla. V zemi je zakázáno jíst vepřové maso a pít alkohol. Základem místních jídel je rýže, pšenice a zelenina, skopové, kozí a jehněčí maso, drůbež (kachny, husy, holubi, křepelky) a samozřejmě čerstvé ryby z Nilu i ze Středozemního a Rudého moře.

Co se týče typického egyptského jídelníčku, tak k snídani tu dostanete fazole, vajíčka, nakládanou zeleninu, džem a sýry. K obědu jsou podávány nejrůznější polévky a jako příloha k masu se kromě rýže nebo fazolí podává čerstvá nebo nakládaná zelenina a nekvašený chléb zvaný pita.

Téměř v každém jídelníčku najdete grilované kuře. Typickou večeří je v Egyptě zeleninová polévka, dalším chodem je kořeněné maso nebo ryby. Jako zákusek bývá podáváno nejrůznější ovoce, kterého je v této oblasti opravdu dostatek - banány, pomeranče, fiky, guava či datle, a to čerstvé nebo sušené. V současné době je ve velkých hotelech nabízena i evropská kuchyně.

Pokud budete chtít zahnat žízeň, zkuste místní pivo Stella nebo tmavá piva Marzen a Aswanli. Pochutnat si můžete i na vínech - buďto můžete ochutnat ta místní nebo drahá zahraniční. Místní vína poznáte podle tradičního názvu - například Pharaon, Nefertiti nebo Cleopatra.

Nejvíce se zde však popíjí čaj. Bývá podáván horký, slabý, v malých skleničkách, a to buď černý nebo mátový. Rubínově červený a velmi osvěžující nápoj ze sušených květů ibišku (karkádé) Vás osvěží zejména studený, ovšem Egyptřané jej popíjí i horký. Egyptřané si zakládají i na pití kávy. Nejčastěji pijí výrazně silnou a velmi sladkou kávu "zjada". Středně sladkou alternativou je "mazbut", a "sádeh" je káva zcela hořká.

Pro ty z vás, kdo budete chtít ochutnat typické egyptské speciality, uvádíme několik příkladů:

kebab - kousky masa na grilovací jehle

falafell - kořeněné karbanátky z cizrny

kofta - smažené pikantní kuličky většinou z mletého jehněčího masa, kořeněné koriandrem
švarmu - jehněčí opékané na svislém rožni, odkrajované tenké plátky se podávají se salátem (např. z červené řepy nebo okurek) a chlebem pita

molocheja - zeleninový vývar ochucený česnekem, pepřem, koriandrem

tabúla - drcená pšenice smíchaná s mátou, petrželí, nadrobno nakrájenými rajčaty a cibulí

támija - smažené kořeněné fazolové těsto se zeleninou a petrželí

baklava - vrstvy máslem nasáklého lístkového pečiva, které jsou proloženy oříšky a medem

Kofta

Suroviny

500 g hovězí maso mleté, ale lepší je jehněčí
1 vejce
1 hrst strouhanky
1 chilli paprička nasekaná najemno
1 cibule červená nasekaná najemno
Svazek hladkolisté petrželky nasekaná najemno
½ čl římský kmín
2x hřebíček
1 stroužek česneku - prolisovaný
Sůl
Pepř
Pita chléb
Jogurt - nejlépe řecký

Postup:

Na kofty smíchejte všechny suroviny kromě pity a jogurtu.

Pořádně zpracujte rukama. Vytvarujte dvanáct kuliček a naboďte je na špejle (namočené předtím na dvacet minut do vody) a vytvarujte do šišek.

Pokud spěcháte nebo nemáte špejle, stačí, když vytvarujete šišky. Pečte je deset minut na grilu, pod grilem, v troubě nebo na pánvi, aby zhnědly a propekly se.

Podávejte s pitou, jogurtem a čerstvou zeleninou.

DEN 3.

V egyptské gastronomii se během staletí promísily chutě arabské se středomořskými (zvláště turecké, řecké a syrsko-libanonské). Základem egyptské kuchyně je rýže, zelenina, těstoviny, luštěniny, maso drůbež a ryby. Egypťané milují „mezze“, kdy se položí všechna jídla na stůl a hosté si mohou libovolně nabírat. Nedá se proto mluvit o předkrmech a hlavních chodech, spíš o řadě specialit.

Tradiční speciality Egypta aneb co ochutnat

Na každém stole se objeví jako první 3 chuťovky na bázi sezamu – tahina (sezamový krém), hummus (cizrnové pyré se sezamem) a baba ganoush (lilkové pyré se sezamem). Následují saláty, např. tradiční salata baladi (okurky, rajčata, cibule) nebo tabouleh (bulgur s petrželkou, rajčaty, olivovým olejem a kořením).

Z doby faraonů pochází národní pokrm zvaný ful medames, pomalu vařené fazole s cibulí, česnekem a kořením. Další národní specialitou je košari (směs rýže, čočky, těstovin a cibule s pikantní omáčkou), oblíbené jsou plněné vinné listy wara einab. Chléb aish baladi na způsob pity se podává téměř ke všem jídlům.

Maso

V egyptské kuchyni nenajdete vepřové, zato se hojně konzumuje skopové, drůbež a samozřejmě ryby. Oblíbenou pochoutkou je nadívaný holub. Ve všech restauracích najdete kebab (kousky grilovaného jehněčího na jehle), koftu (špízy z mletého skopového) nebo šawarmu (egyptská verze tureckého döner kebabu).

Egyptské sladkosti

Jako všude v Orientu jsou dezerty velmi sladké a voňavé. Ochutnejte maehallabiya (krém z rýžové mouky ochucený růžovou esencí a posypaný pistáciemi), baklavu (listové těsto zalité medem a plněné pistáciemi či mandlemi) nebo atayef (lívanečky plněné krémem a ořechy, přelité sirupem).

Pozor na Faraonovu pomstu (nemoc)

Kdo by nechtěl navštívit starobylý Egypt a jít po stopách faraonů? Kdo by nechtěl odjet na dovolenou s koupáním a sluněním se na plážích? Možná se vám takový sen splní.

„faraonova pomsta.“

Zvracení, silné křeče a průjemy, které si v krajních případech vyžadují hospitalizaci, to je „faraonova pomsta.“. Dochází k častému vyprazdňování řídké stolice a nastupuje velmi rychle a hlavně bez varování, se stolicí odchází z těla i velké množství vody a dochází k rychlé dehydrataci organismu. Ta může vést až ke kolapsu a smrti.

Může se také jednat o jiné, závažnější onemocnění, jako je třeba postižení slinivky, jater, žlučníku, tenkého nebo tlustého střeva, různých zánětů, imunologických problémů nebo narušené funkce štítné žlázy.

Popsané problémy způsobují bakterie, které jsou přítomny v nevhodných, rychle se kazících nebo nedostatečně tepelně zpracovaných potravinách a ve vodě z nejistých zdrojů. Pokud této pomstě chcete uniknout, nikdy nepoužívejte vodu z vodovodu, ale výhradně vodu balenou, a to i na čištění zubů.

Zkušený cestovatel zná pravidlo nekonzumovat nic, co se nedá upéci, uvařit nebo oloupat. Ani toto pravidlo není bez výjimky, protože například v Tunisu nebo Egyptě bylo zjištěno, že pouliční prodavači vstříkují injekcemi do melounů vodu, aby byly těžší.

Kuřecí šavarma

Různé variace tohoto pouličního jídla (s různými názvy, které ovšem znamenají to samé – otáčející se) milují v Egyptě – a díky rychlým občerstvením s arabskou kuchyní jsme si ho oblíbili i my.

Je to vlastně maso s přílohou a salátem ve verzi do ruky. Profesionálně se připravuje na otočném vertikálním rožni – odtud jeho název –, ale podobného výsledku dosáhnete i v troubě. Domácí je holt domácí, hlavně díky pečlivě vybrané směsi koření. Naparfémujte si kuchyni vůněmi Orientu...

SUROVINY (8 PORCÍ)

mletý římský kmín 3/4 lžice

mletá kurkuma 3/4 lžice

sušený granulovaný česnek 3/4 lžice

mletá paprika 3/4 lžice

mletý hřebíček 1/2 lžičky

chilli koření nebo kajenský pepř 1/2 lžičky

kuřecí stehenní řízky bez kůže 8 ks

velká cibule, nakrájená na tenké plátky 1 ks

šťáva z 1 citronu

olivový olej

sůl

chlebové placky, například pita

tzatziki nebo tahini promíchané s bílým jogurtem k podávání

POSTUP

1. Všechno koření promíchejte v misce. Maso z obou stran posolte a pak nakrájejte na malé delší kousky.
2. Ve větší míse promíchejte kousky masa s kořením, cibulí, citronovou šťávou a olejem, aby byly pokryté. Přikryté nechte nejméně 3 hodiny až přes noc marinovat v ledničce. Vyndejte cca půl hodiny před přípravou.
3. Troubu předehřejte na 180 °C. Kuře se vším ostatním rozestřete na plech, vložte do trouby a pečte asi 30 minut, až maso zezlátne a bude propečené. Na posledních pár minut můžete zapnout funkci horního grilu a maso prudčeji opéct, aby bylo vypečenější.
4. Zatímco se kuře peče, připravte si chlebové placky. Máte-li silnější, jako je pita, nakrojte do nich kapsu, tenké nechte tak, jak jsou. Vnitřek kapsy nebo placku potřete trochou tzatziki nebo tahini omáčky a buď napěchujte, nebo poklad'te masem. Máte-li tenkou placku, stočte ji.

DEN 4.

Když se řekne arabská kuchyně, co se nám vybaví? Spíš než jakékoliv jídlo představíme si poušť, Araba na velbloudu, slyšíme muezzína, jak monotónním hlasem vzývá Alláha, vidíme mešitu a dav věřících, pravidelně sklánějících hlavy k vzorkům svých modlitebních koberečků. Ale co jedí ti lidé, s nimiž si dnes, bohužel, tak trochu neoprávněně spojujeme i souslovný pojem mezinárodní terorismus? Spíš si vzpomeneme, že pijí kumys, osvěžující nápoj z kobyliho mléka.

Jí se tu i ibišek

Ale arabská kuchyně je, ostatně jako kuchyně jiných národů, velmi pestrá. Stejně jako v jiných středomořských zemích i tady se hodně používá zelenina, ovoce a čerstvé byliny i koření, které je na zdejších trzích k dostání nepřetržitě. Kromě běžně známých druhů zeleniny, jako je cibule, česnek, rajčata, okurky, zelí, kapusta, mrkev, papriky, salát, pórek a další, se v arabských zemích více jedí olivy, kapary, také baklažán čili lilek a jedlý ibišek zvaný "okra". Jehněčí ano, vepřové ne.

Z mas se nejvíc konzumuje jehněčí a skopové, méně hovězí. Vepřové maso ne, neboť to pravověrný muslim prostě nevezme do úst. Zato drůbež, ta je i v arabských zemích velmi oblíbená. Naopak méně se tu jedí ryby. Totiž maso obecně je tu považováno za pokrm luxusní a maso rybí pak patří k tomu úplně nejvzácnějšímu. A to i přesto, že ryby umějí Arabové obzvlášť chutně upravit.

Víte, co je hummus?

Klasickou součástí arabské kuchyně, která při žádném stolování opravdu chybět nesmí, je arabský chléb, jemuž se říká "pita". Ten si můžete zkusit sami doma vyrobit. Pita se jí buď jen tak, nebo se konzumuje plněný. Většinou tím, čemu se v arabských zemích říká "hummus" nebo také "hommos" a což je pyré čili kaše z cizrny. Cizrna nebo také římský hrách je luštěnina z čeledi bobovitých, ale i ostatní luštěniny mají na arabských stolech své nezastupitelné místo. Běžně se tu jí i čočka, hrách, fazole a klasické boby. Pita, arabský chléb, se však plní i kaší z lilku, sezamovým puré nebo sýrem. Základem je kuskus. Tradiční základní součástí velkého množství pokrmů je zejména v severní Arábii tzv. "couscous" čili kuskus. Jedná se o kuličky z pšeničné krupice, které se můžou vařit s mlékem nebo jako dezert s ovocem, kuskus se dává do salátu, podává se s vařenou zeleninou, luštěninami či masem. Kuskus se také vaří v páře a podává se asi jako u nás rýže. Je to základní potravina v severní Africe, Maroku a Alžíru, kde je jeho název často synonymem pro jídlo obecně. Suchý kuskus vypadá trochu jako těstovina, ale vyrábí se úplně jinak. Krupice se, většinou v kotlíku, kropí slanou vodou a prsty arabských hospodyněk z ní "žmolí" malé kuličky o jeho stěnu. Občas se kuličky prosévají sítím, aby byly stejnoměrné a nakonec se usuší. Běžný druh kuskusu jsou kuličky o průměru dva milimetry.

Falafel

Dalším typickým pokrmem Arabů je "falafel". My bychom tomuto jídlu řekli nejspíš karbanátky. Jsou ovšem výhradně zeleninové. Falafel je totiž starobylé vegetariánské jídlo, které pochází z Egypta. Oblíbil si jej ale celý Blízký východ. Jeho hlavní ingrediencí je cizrna, a proto je bohatý na proteiny a vitamíny. Falafel se používá i jako náplň do chleba, který se pak konzumuje třeba s jogurtem a nasekanou zeleninou a s naloženými papričkami chilli.

A konečně kebab

My ze střední Evropy jsme ovšem typickými masojedy. A protože právě masa jsme si s Araby až dosud moc neužili, i ono teď přichází na řadu. Z jehněčího nebo z drůbežího masa se v arabských zemích připravuje tzv. "kebab" někdy "kebáb". Po našem tak trochu někdy ražniči, jindy karbanátek. V Turecku se například kebab rovnou dělá tak, že se plátky masa řádně prokoření, pak se rožní a podávají se v housce a se zeleninou. V jiných arabských zemích se kebab zase připravuje z mletého masa. Nejběžnější arabský kebab je osolené maso nakrájené na kostky, které se hodí na zpěněnou cibuli, opeče se a pak se dusí ve vlastní šťávě. Asi v polovině dušení se přidává česnek a brambory. Když je maso měkké, přidá se ještě skořice a i s ní se to nechá ještě chvíli dusit.

A jak Arabové stolují?

Arabové jsou velmi pohostinní. U jídla se neřeší žádná závažná témata, vládne u něho většinou uvolněná atmosféra. V tradičním pojetí se pokrmy servírovaly v miskách na ubrus, který ležel buď na koberci či na nízkém stolku. Strávníci se většinou uvelebili na polštářích a jídlo si brali pravou rukou, většinou za pomoci kousků chleba. Dnes se ale takové stolování vidí v arabských zemích čím dál řidčeji, i tady zavládl klasický evropský způsob a jí se příborem. Tradiční arabské jídlo je časově náročný obřad, který začíná podáváním "mezzé" čili bohatých zeleninových i masových předkrmů jak teplých, tak i studených. Někdy pak následuje polévka a po ní hlavní chod, který většinou sestává z nejrůznějších druhů zeleninových kaší a kousků rožněného masa. Jídlo Arabové nejčastěji zapíjí kávou. Nejdřív tzv. bílou, což je odvar z okvětních lístků pomerančovníků nebo růží. Ta totiž pomáhá dobrému zažití. Klasická silná arabská káva přichází na řadu až nakonec.

Hummus:

Suroviny

cizrna 250g vařená nebo konzervovaná, scezená
tahini 1 PL (sezamová pasta)
olivový olej 3 PL
česnek 2 stroužky
petrželka 2 PL
sůl 1 špetka
pepř 1 špetka

citronová šťáva 1 PL
chilli sušené 1 špetka

Postup:

Vařenou nebo konzervovanou cizrnu vsypte do robotu, přidejte sezamovou pastu tahini a rozmixujte. Postupně při tom přilévejte olej; trochu si však ponechte stranou na zakápnutí. Na závěr přidejte kořenící přísady a krátce prošlehejte, aby se vše spojilo do hladké pasty.

Hummus můžete podávat ihned, chutná za tepla i studena. Pokud vám nějaký zbude (v chladu vydrží i několik dnů), zakápněte ho olejem, aby pasta neosychala. Podávejte jako pomazánku na chléb nebo jiné pečivo, s drobným slaným pečivem, případně s chipsy jako dip. S hummusem samozřejmě skvěle ladí i chlebové placky.

DEN 5.

Egyptská kuchyně v sobě spojuje mnoho vlivů, což ostatně při její poloze a historii není zvláštností. Svě stopy tu zanechaly arabská a turecká kuchyně, místy se dá vystopovat i anglický a francouzský vliv. Většinu z těchto vlivů Egyptané přijali a přetvořili ke své chuti. Tak se například na klasickém egyptském stole setkáte se špagetami a ostatními druhy těstovin, chuť je ale vzhledem k používanému koření velmi odlišná od toho, co bychom očekávali.

V egyptské kuchyni hraje velkou roli koření všeho druhu. Tato kuchyně kombinuje maximální množství sušeného i čerstvého koření, k nejoblíbenějším patří cumin (aromatictější kmín, odlišný od evropského vzhledem i chutí), černý pepř, chilli, kurkuma, koriandr, šafrán, hřebíček, zázvor, sezam, z bylinek je to petržel, máta a kopr. Stačí navštívit některý z četných bazarů a do nosu vás udeří těžká vůně všelijakého koření. Jídlo není založeno na masu, poněvadž patří mezi dražší komodity. To, kde egyptská kuchyně maso zanedbává, je na druhé straně vyváženo pečivem a přílohami. K dostání je tu všechno od různých placiček, pita chlebů až pod francouzské bagety. Častou přílohou je také rýže. Mezi častá jídla patří, stejně jako v Turecku, kebab, čili kousky maso na mnoho způsobů. Především je nutné zmínit, že v jídelníčku je úplně vyloučeno vepřové maso a alkohol. Naopak velmi často je zde užíváno skopové, kozí a jehněčí maso, kachny, husy, holubi (hamam), křepelky a zejména jsou častým pokrmem čerstvé ryby z Nilu, Středoziemního a Rudého moře. Z příloh je základem rýže, z obilnin je to pšenice a samozřejmě je hojně užívána zelenina.

Historie egyptské kuchyně

Ve starém Egyptě zabezpečovalo údolí Nilu dostatek jídla a pití Egyptanům a to i v dobách, kdy v sousedních zemích zuřil hladomor. Základním jídlem starých Egyptanů byl chléb a pivo. Měli mnoho druhů chleba, pečiva a koláčů. Nepoužívali cukr, pouze bohatší vrstva sladila medem a chudí lidé používali datle a ovocné džusy. Egyptané měli rádi výraznou zeleninu, jako česnek nebo cibuli. Mysleli si, že je to dobré pro zdraví. Také jedli hrách a fazole, salát, okurky a pórek. Zeleninu často servírovali s olejovou nebo octovou zálivkou. Fíkům, datlím, granátovým jablkům a hroznům se dobře dařilo v teplém klimatu. Bohatší lidé si mohli dovolit vyrábět víno z hroznů. Obyčejní lidé jedli ryby a drůbež. Při zvláštních příležitostech si dopřáli ovci nebo kozu. Ale vzhledem k tomu, že pastviny byly málo dostupné a tudíž toto maso drahé, tak ho většina lidí jedla jen při slavnostních příležitostech. Egyptané ukládali jídlo do kameninových hrnců a spíží. Ryby a maso byly speciálně upravované pro uskladnění. Jednou z metod bylo solení. Další třeba sušení, kdy ryba byla zavěšena na slunném místě. V běžných rodinách vaření obstarávala hospodyně, ale větší domácnosti zaměstnávaly služebnictvo pro práci v kuchyni a vařil šéfkuchař - obvykle muž. Egyptané měli pece, a uměli péct a smažit. Ale měli jen málo kuchyňského náčiní: paličky, hmoždíře a síta.

Současná egyptská kuchyně

Všední jídlo je většinou bezmasé, ale vydatné. Dnešní kuchyně vychází z bohatých zdrojů zeleniny, která je základní součástí každodenního jídelníčku Egyptů. K oblíbeným jídlům patří ryby a mořské plody. V turistických oblastech mají restaurace na jídelním lístku vedle pokrmů egyptské kuchyně středomořskou, zejména libanonskou, tureckou, řeckou a italskou. Národním jídlem je foul. Pod tímto názvem se skrývají hnědé boby se zeleninou zapečené v chlebové placece. Na pouličních stáncích často objevíte i polévku, jejíž hlavní ingrediencí jsou jmenované boby. K polévce je pak tradičně podáván chléb s názvem aish.

V poslední době dorazil do nabídky mnohých českých čajoven pokrm s názvem hummus. I tahle pochoutka je doma v Egyptě. Sestává se z cizrnového pyré a sezamu. K tomu často dostanete nějakou tu zeleninu, olivový olej a pravý pita chleba.

Oblíbenou specialitou je také firaakh mashwi, grilované kuře, které najdete v těch nejlepších restauracích i pouličních občerstveních. Kuřátko je hojně kořeněné, takže pozor na to. Při všem tom psaní o specialitách by nebylo záhodno zapomenout na mahší, což je pokrm sestávající se z kořeněné rýže, která slouží jako náplň a nějakého „obalu.“ Jako onen obal může sloužit vinný list, rajče, lilek, zelný list, zkrátka cokoli, co se dá naplnit.

Nesmíme opomenout ani národní dezert umm ali, což je koláč s rozinkami namáčený v mléce, servírovaný zčerstva za tepla. Skutečnou egyptskou specialitou jsou však pečení holubi. Egyptané je umí skvěle připravit a dokořenit, počítejte však s tím, že tahle specialitka už něco stojí. Holub se nadívá kořeněnou rýží a pak se poměrně dlouho připravuje na grilu. Jídlo je rodinnou událostí, připravuje dlouho a má mnoho chodů, které jsou však podávány zároveň. Jako předkrm se většinou podává osvěžující salát, následuje nějaké masité jídlo a nakonec sladoučký dezert. Nakonec se podává káva připravovaná po tureckém způsobu v džezvě.

Na co si dát pozor

Egyptané můžou jíst všechno, my však ne. Zeleninu a ovoce vždy omývejte nebo pokud možno loupejte. Pozor si dávejte na saláty a čerstvou zeleninu. Zmrzlinu si kupujte vždy čerstvou a dobře mraženou. Raději se vyhněte málo propečenému masu, škeblím, mušlím a ústřicím. Vyvarujte se syrovému masu. Nejčastější příčinou nepříjemných střevních potíží bývají příliš studené nápoje. Také nejezte raději vajíčkové omáčky v kebabech.

Voda z vodovodu je silně chlorovaná, takže nejlepší je pít vodu kupovanou. Dávejte však pozor, zda je víčko neporušené (lahve plní vodou a znovu prodávají).

Baklava

Kdo by neznal lepkavé tisícivrstevnaté kosočtverečky plné oříšků! Baklava je zkrátka synonymem pro dezerty z Orientu – koncentrovaná sladkost, které stačí malý kousek.

Suroviny

mouka pšeničná hladká 450 g

vejce 2 ks

olej 2 PL

sůl 0.5 ČL

vlašské ořechy 150 g - nasekané

máslo 100 g

kypřicí prášek do pečiva špetka

citronový sirup 250 ml

Postup:

Osolenou mouku s kypřicím práškem, vejce, olej a 100 ml vlažné vody smíchejte a udělejte hladké těsto. Rozdělte je na 10 dílů a z každého vytvořte kouli. Jednu po druhé rozválejte na pomoučněné ploše na placku o průměru 25 cm. Potřete placky po obou stranách máslem a naskládejte je do dortové formy. Na každou třetí placku nasypete nasekané ořechy. Na poslední placku naznačte ostrým nožem řezy (kosočtverce), na které budete po upečení baklavu krájet.

Pečte ve velmi horké troubě dozlatova. Ještě zahorka polijte baklavu citronovým sirupem. Po vychladnutí nakrájejte na kosočtverečky.