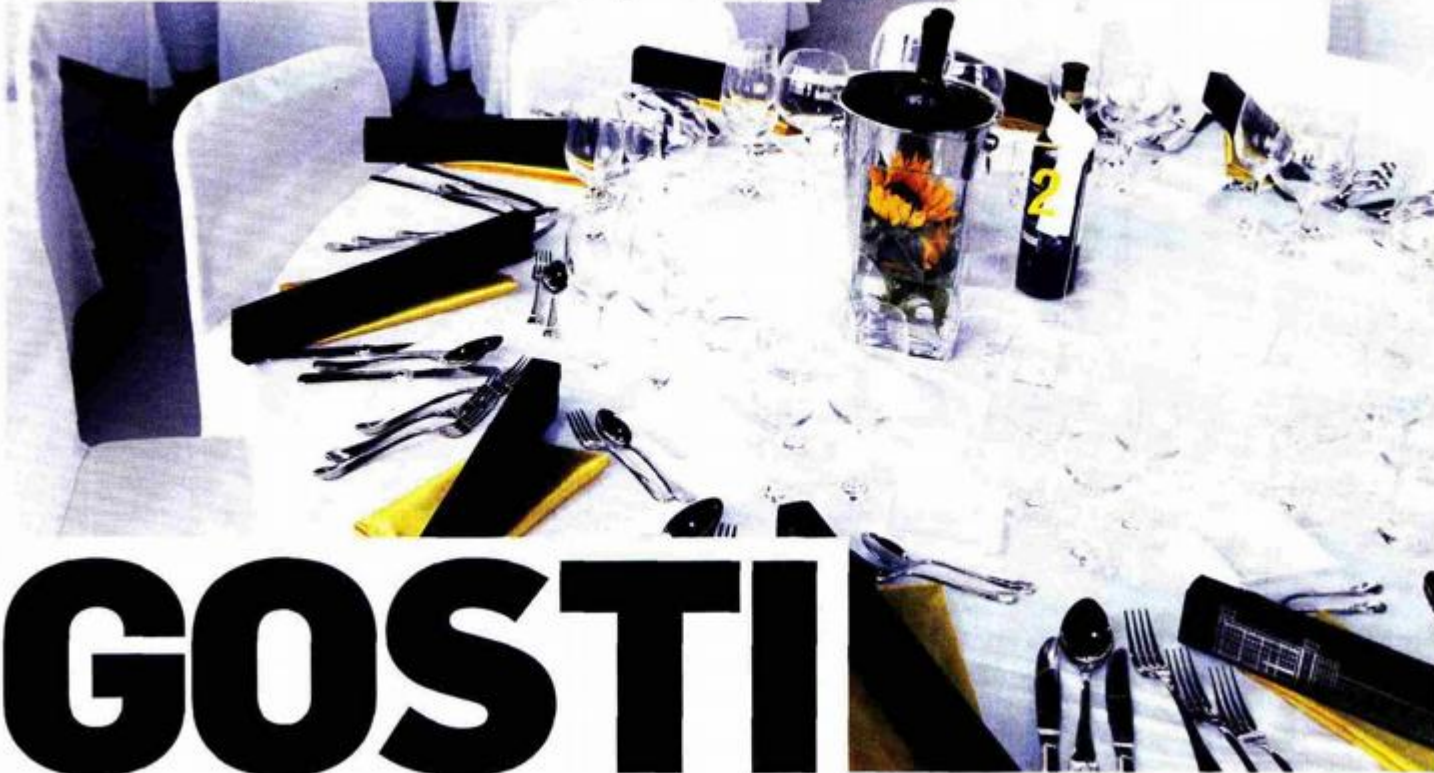




Tradicionalnim restoranima ponuda je dio prepoznatljivosti, a suvremeni restorani naprosto moraju povremeno mijenjati ponudu jela i pića

foto Dražen Lepić



GOSTI

određuju postojanost ili promjenu jelovnika

piše **MARIJA ČEKADA**
 marija.cekada@liderpress.hr

U svijetu gastronomije teško je procijeniti tko postavlja pravila. Je li to gost koji će zbog želje za slasnim doživljajem hrane ili zbog vlastitih uvjerenja, vegetarijanskih, makrobiotičkih, sjesti za stol renomiranog restorana ili je to ipak šef kuhinje, umjetnik koji sastavlja jelovnik, nove maestralne kombinacije i prilagođava se kulinarskom trendu i nepcu gosta? U slučaju vrhunskih restorana granice su zadane u jelovniku iz kojeg se može iščitati koncept kuhinje na kojem sve počinje i završava. Upravo zato bi vje-

rojatno najveća uvreda nakon uvida gosta u jelovnik bila priuipitati za kalorijsku vrijednost jela. Brojanje kalorija, ističu gastroznalci, gosti jednostavno trebaju zaboraviti za stolom na kojem ga očekuju zamamni zalogaji kuharskih velemajstora.

Novi ukusi

Restorani svoju ponudu prema gostima pomiču prema kategoriji svježih i zdravih namirnica, a jedno od najnovijih primjera na sceni je restoran Gastronomadi u Europskom domu koji inzistira na tome da se za svaku namirnicu koja vam se nade na tanjuru zna životni put i podrijetlo. Slična je i u restoranu smještenu u

dvorcu Zemono, koji je među top pet restorana u Sloveniji. Jelo u tom ugostiteljskom objektu mora prije svega biti svježe i zdravo.

- Restorani sve više prate svjetske trendove ne samo podizanjem kvalitete usluge već i u pripremi i posluživanju te u sljubljivanju pojedinog jela s vinom pa i u pogledu uvođenja vegetarijanskih jelovnika i zdrave hrane. Jednako je važno da restorani i kuhari odgajaju goste na način da im uz sadržaj hrane postane sve važnijim i vizualni doživljaj i umjetničko posluživanje što pretpostavlja i manje porcije – ističe Ana Marija Strašek, voditeljica kulinarskih tečajeva za građanstvo u Wine& Gastro akademiji. Restorani sve više uvode vegetari-

janske i veganske menije, sukladno novim ukusima gostiju, no stručnjaci tvrde da je potražnja za vegetarijanskom hranom još mala. Pionir u makrobiotičkoj kuhinji je restoran Nova koji se u početku specijalizirao za goste s drugačijim zahtjevima, a danas ovdje vraćaju gosti željni drugačijih okusa. Restoran Nova prvi je restoran prirodne prehrane prema makrobiotičkim načelima u ovom dijelu Europe. U toj makrobiotičkoj oazi već se više od 15 godina pripremaju atraktivna i ukusna jela. Pod budnim okom chefa Tvrtka Šakote, uz savjete iskusnih Jadranke Boban Pejić i Zlatka Pejića, vlasnika restorana i pionira makrobiotike u Hrvatskoj, razvija se ponuda restorana nadah-



nuta talijanskom kuhinjom u spoju s tradicionalnim hrvatskim kulinarnostvom, a sve u skladu s makrobiotičkim načelima.

Makrobiotika

Nova najviše odiše životom u vrijeme ručka pa se često traži i mjesto više kada na zdrav, brz, ukusan i maštovit obrok dolaze ljudi najrazličitijih profila. Većina namirnica koja se koristi pri pripremi ekološkog je podrijetla, koriste se nerafinirani proizvodi, a jela se pripremaju pažljivo, prema visokim makrobiotičkim standardima. Makrobiotika danas više nije alternativa, a asocijacija na makrobiotiku nije bezukusno, 'travnato' i pomalo 'freakovsko'. Uz standardnu ponudu Makroplate koja se sastoji od juhe i velikog šarenog tanjura žitarica, mahunarki, povrća i algi uz malu salatu jelovnik je upotpunjen vrlo živopisnim jelima čija je zajednička karakteristika da nakon jela ne osjećamo težinu i pospanost. Jednako tako nije neobično u poznatoj zalogajnici Kod Pere ili u restoranu Okrugljak, gdje se poslu-

žuju tradicionalna jela, zatražiti vegetarijsko jelo.

I dalje okosnicu jelovnika Okrugljaka, baš kao i nekada, čine specijaliteti zagrebačke okolice s poneko jelo iz repertoara građanske kuhinje. Neminovno su tu štrukli, patka i purica s mlincima, teletina i kruh iz krušne peći te ostatak zagorsko-prigorskih klasika. No, i Okrugljak se prilagođava vremenu i novim gostima te nije ostao imun na utjecaje i trendove. S vremenom je zbog gostiju ponuda mesa proširena na nemasno pureće meso. Također, zbog sve većeg broja vegetarijanaca, u tradicionalni jelovnik prodrle je i tjestenina te sejtani i tofu. Priča je, ipak, dvojaka. S jedne strane riječ o mjestima čija je ponuda ujedno i njihov najprepoznatljiviji element, a promjenom bi se narušio stečeni imidž. Riječ je uglavnom o tradicionalnim i obiteljskim restoranima, lokalima s posebnom ponudom jela nekog kraja i svakako onima koji ne prate trendove svjetske gastronomije jer za to nemaju potrebe. S druge pak strane rijetki si restorani mogu do-



pustiti luksuz da ne mijenjaju ponudu jela i pića, jer moraju ići u korak s vremenom i povremeno mijenjati ponudu kako zbog promjene navika gostiju, tako i zbog ugodnog osjećaja da se u tom restoranu doista brinu i prate potražnju i želje gostiju.

Sportski jelovnici

U restoranima hotela u kojima odsjedaju sportaši i reprezentacije, pravila određuju nutricionisti i to je zapravo jedini slučaj kad su kulinarski znalci samo izvršitelji, a ne kreatori jelovnika. No, nakon odigrane posljednje utakmice, kuharima je dopušteno poigrati se hranom i sportašima pripremiti kulinarske specijalitete po svom ukusu.

U zagrebačkom hotelu Westin, gdje često odsjedaju sportaši, uhodana je procedura suradnje kuhara sa sportskim klubovima. Nutricionistički timovi sportaša svoje jelovnike pošalju dan-dva prije dolaska sportaša, a tim šefa kuhinje Branka Škelja priprema jelovnik prema zadanim pravilima.

- Kod pripreme doručka sportaša vrijede jednaka pravila kao i za ostale goste. Osnovna je raznolikost, a na stolu se treba naći doslovno sve - od jaja i hrenovki, nekoliko vrsta kruha, različitih narezaka, mnogo namaza, pogotovo čokoladnih do napitaka, svježeg voća i sokova - rekao je Šukelj.

Kod pripreme ručka i večere sportaša, normativi namirnica zbog naporanog treninga veći su od onih koji vrijede za ostale goste, ali i dalje su u skladu s naporima koji ih očekuju. No, iako je možda količinski veći i dalje je to meso, bijelo ili crveno, pečeno na roštilju. Nikako ne dolazi u obzir pirjano meso ili umaci. Tek u nekoliko prilika za Šukeljev su se tim pripremali pohani odresci. Kao prilog najčešće se poslužuje pire krumpir. Svaki obrok mora sadržavati voće, a među desertima pravilo je da nema kolača s mnogo kreme. No sportaši se mogu počastiti štrudlom ili voćnom salatom sa sladoledom.

Gostima koji ipak žele pripaziti na liniju, brojati kalorije ili barem imati kontrolu nad onime što će dobiti na tanjuru preostaje ili da se oboružaju znanjem o namirnicama koje je dobro kombinirati i sukladno tomu odaberu restoran u kojem će ručati ili večerati, ili se možda odlučiti za salate koje se mogu zasebno kupiti u lancu Daily Fresh, restoranu Don Don ili u najnovijem Vapianu.

Zaljubljenici u otkrivanje novih gastrohorizonta reći će kako izraz 'zdrava hrana' treba zamijeniti izrazom uravnotežena i razborita prehrana, i dopustiti svom tijelu i nepcu da u restoranima uživa u umjetnosti pripremljanja hrane. ■

TRENDOVI

'In' je mediteranska kuhinja

U Wine&Gastro akademiji ističu kako treba poštovati različite ukuse gostiju, ali isto tako ne smije se zanemariti šarolikost ponuda na restoranskoj sceni gdje se s nekoliko jednostavnih načina može jesti uravnoteženo i zdravo.

- Svjetski trend je mediteranska kuhinja koja je zapravo dio hrvatske

kulinarske tradicije. Jela s povrćem, ribom i ostalim mediteranskim sastojcima mogu se bez problema naći u domaćim restoranima. Drugi je trend vraćanje popularnosti 'gablec' restorana. U Zagrebu se zadržao austrougarski način prehranjivanja koji je u neku ruku pred odumiranjem, ali se još mogu naći legen-

darne zalogajnice u kojima se može dobiti sarmu, bakalar, fileke, grah s buncekom i juha 'ajngemahtes', neki vid domaće hrane nužne za uravnoteženu prehranu, a ne stigne se zbog poslovnog ritma pripremiti kod kuće - ističe voditeljica kulinarskih tečajeva za građanstvo u Wine&Gastro akademije Ana Marija Strašek.