

# Úvod: Potrava není otrava

Stravování je oblíbenou lidskou činností. Lidé vesměs rádi jedí, podobně jako se obvykle rádi věnují například sexu. V tomto ohledu se člověk neliší od zvířat. Sháněním jídla a především jeho přípravou jsme schopni strávit velkou část svého času. Pravda je, že někteří z nás považují jídlo jen za nutné zlo, které pouze ruinuje peněženku nebo postavu a odvádí pozornost od jiných, subjektivně důležitějších činností. Takoví lidé nejraději něco zhltnou na cestě mezi dvěma schůzkami nebo uprostřed pilné práce, od které se ani v průběhu jídla nedokážou odpoutat. Jiní se naopak vyžívají v přípravě kulinářských specialit a víkendy chápou jako dny, které tráví v kuchyni nebo ve sklípku při výběru vhodného vína. Tato kniha je logicky určena spíše lidem, kteří patří do druhé skupiny.

Otevřený svět mění v poslední době i naše stravovací návyky a českou tradiční kuchyni dnes srovnáváme s kuchyní světovou. Nutno říci, že naše stravování nevyhází z tohoto srovnání zrovna nejlépe, i když situace se postupně zlepšuje. Kdybych měl uvést první, co mě napadne, když je řeč o české kuchyni, vnucuje se mi představa české maminy, která se snaží ubít hosta obrovskou spoustou těžkého jídla. Nebo si představím

neuvěřitelnou specialitu, kterou česká kuchyně dala světu: UHO - univerzální hnědá omáčka, chlouba lidových restaurací, jídelen a univerzitních menz! Vskutku děsivý výtvar, kterým vám polijí maso, rýži, těstoviny, brambory, knedlíky, nebo dokonce i sekanou či čevapčiči, pokud je nestačíte včas zastavit. Složení této omáčky bývá velmi pestré: obsahuje výpek z masa s olejem, hodně cibule, koření, vše ochucené glutamátem a zahuštěné moukou.

Česká kuchyně se dříve také vyznačovala svérázným přístupem k zelenině. Dokud jsem nepoznal kuchyni zahraniční (italskou, francouzskou, španělskou apod.), netušil jsem, že ze zeleniny je vůbec možné připravit chutné jídlo. Na omluvu našich předků nutno dodat, že u nás na rozdíl od jižních krajů v zimě mrzlo, a tudíž byla čerstvá zelenina pouze sezonní záležitostí. V tradiční české kuchyni platilo: když zelenina, tak vařená. My starší si ještě vzpomínáme na jedinou úpravu hlávkového salátu, který se podával spařený, listy ve tvaru zplihlých hadrů, vše polito cukrovou vodou s octem a špekem. Jedlo se to pouze v neděli jako lahůdka. Tyto časy jsou bohudík dávno za námi; nastala ovšem móda opačného extrému: syrové zeleniny. Když si v některých restauracích objednáte „zeleninový salát“, přinesou vám velkou hromadu nakrouhaného zelí s několika plátky rajčat, přelitou dressingem neutrální bylinkové chuti a to vše za „lidovou cenu“. Lékaři by možná jásali, z hlediska kulinářského to ale žádným důvodem k radosti není.

Tato kniha ale nebude o vaření a jídle obecně, zaměříme se na něj v souvislosti s chemií. Příprava jídla je chemický proces a kulinární umění má s chemií vůbec mnoho společného. Řada chemiků, kteří se zabývají syntézou látek, považuje kuchyni za svoje oblíbené místo, a jeden nejmenovaný profesor dokonce testoval uchažeče o místo chemika tak, že zjišťoval, jestli rádi vaří.

Pojďme se tedy blíže podívat na to, co vlastně jíme.