# **Dušení masa a klasické české omáčky**

**Výběr a příprava masa**

* Technika dušení se nejčastěji používá k přípravě tužšího masa s větším obsahem tuku a pojivých tkání.
* Maso musíme nejdříve zbavit tuhých šlach, které nezměknou ani při delším dušení.
* Vnitřní tuk v mase je naopak žádoucí, ten nám zajistí jeho šťavnatost a chuť.
* Před opékání je důležité maso důkladně osušit, aby se nám při opékání nezačalo dusit.

**Opékání masa**

* Než začneme maso dusit, je důležité ho opéct a zkaramelizovat jeho povrch, abychom zvýraznili jeho chuť.
* Pro opékání zvolíme vhodnou pánvičku a tuk, který je vhodný pro opékání při vysokých teplotách 200 °C a více.
* Při opékání nejdříve rozehřejeme pánvičku, potom přidáme olej, který také necháme rozpálit a teprve potom přidáme osušené maso.

**Příprava zeleninového základu – jen cibule**

* Zeleninový základ připravujeme až po opečení masa, nebo použijeme jiný hrnec, důvodem jsou rozdílné teploty, při kterých maso a zeleninu opékáme.
* Složení zeleninového základu se liší u různých omáček, ve většině případů ale platí, že zeleninu orestujeme dozlatova.
* Při restování zeleniny v ní karamelizujeme přirozené cukry, které dodají omáčce výraznou chuť.

**Příprava základu – cibule s další zeleninou**

* Zeleninu do základu nakrájíme na stejně velké kusy, aby se opékala rovnoměrně.
* Když zeleninový základ obsahuje kromě cibule další druhy zeleniny, orestujeme nejdříve tvrdší druhy, a teprve potom přidáme cibuli.
* Zeleninu restujeme na mírném až středním plamenu, aby se opekla postupně a rovnoměrně.

**Dušení masa**

* Dušení spočívá v tom, že hrnec přiklopíme a maso necháme lehce probublávat pod pokličkou.
* Ideální teplota při dušení je 93 °C, maso si tak zachová svou přirozenou barvu a nevysuší se.
* Při dušení nad 93 °C sice maso změkne dříve, ale má tendenci se vysušovat a ztrácet svou přirozenou šťavnatost.

**Dokončení omáčky**

* Omáčku můžeme zahustit několika způsoby, množstvím použité zeleniny v základu, chlebem, uvařenou bramborou nebo jíškou.
* Po zahuštění ještě necháme omáčku povařit alespoň 20 minut, aby se propojila se surovinou, kterou jsme použili k zahuštění.
* Omáčku vždy dochucujeme až na závěr a postupně, vždy je lepší přidat menší množství soli a víckrát než ji přesolit jednou větší dávkou.