



RYBY



Ryby jsou prospěšné nejen pro naše zdraví - rybníkářství pozitivně ovlivňuje mikroklima, biodiverzitu v krajině i stav podzemních vod. Na trhu proto dejte přednost českým sladkovodním rybám chovaným v přirozených podmínkách. Při nákupu upřednostňujte prodejce s živými rybami, jen tak máte jistotu, že je ryba čerstvá.

NA CO BY SE ZEPTAL SHERLOCK A JAKÉ ODPOVĚDI BY HO POTĚŠILY?

KDE A JAK RYBY CHOVÁTE?

Přírodní chov v rybníku nebo přírodní nádrži je pro welfare ryb lepší než uzavřené recirkulační systémy v halách. Například lososovité druhy ryb jako pstruh nebo jeseter se však u nás chovají převážně v recirkulačních systémech. Ryba potřebuje ke štěstí dostatek prostoru pro pohyb, kvalitu rybiho masa ovlivňuje i čisté životní prostředí v okolí chovu.

JAKÉ DRUHY RYB CHOVÁTE?

V udržitelně hospodařících rybnících dbají na vyvážený počet ryb a jejich druhovou pestrost (dravé i plevelné ryby), tzv. polykulturní obsádky.

JAKÝ ZDROJ VODY MÁTE PRO SVŮJ CHOV?

V ideálním případě protéká rybníkem, přírodní nádrži nebo sádkami přírodní a čistý zdroj vody plný živin (říčka, pramen), díky níž se voda přirozeně obměňuje. Čerstvá, proudící a dostatečně okysličená voda je důležitá pro welfare ryb a zlepšuje kvalitu rybiho masa.

ČÍM RYBY KRMÍTE?

Udržitelně hospodařící rybařství využívají ke krmení přirozenou rybníční potravu a obiloviny. Například pstruhy je ale potřeba dokrmovat granulovaným krmivem, na jehož kvalitě závisí i kvalita rybiho masa.

JE RYBA VYSÁDKOVANÁ?

Ryby se po výlovu nechávají na sádkách vysádkovat neboli vylačnit. Ryba se v čisté vodě vyčistí, zbaví zápachu a před převozem k prodeji už se nekrmí. Například pstruh se sádkuje jen několik dní, naopak kapr před Vánoci i několik týdnů.

SHERLOCKOVY TIPY PRO NÁKUP ČERSTVÉ RYBY

CO POZNÁTE OČIMA

Čerstvá ryba má čiré, vypuklé a lesklé oči. Je na pohled hezká, tělo má lesklé, bez deformací či fleků, potažené tenkým čirým slizem. Když do ryby píchnete prstem, měl by se důlek rychle zatáhnout, pokud zůstane, maso není čerstvé.

CO POZNÁTE NOSEM

Kvalitní a čerstvá ryba voní "po vodě", neměla by nepříjemně zapáchat.

NECHTE SI UKÁZAT ŽÁBRY

Červená až sytá rudá barva žaber je spolehlivým ukazatelem čerstvosti ryb. Pokud jsou žábry bledé nebo zahnědlé, sáhněte po jiné rybě. Zdravé žábry budou mít konzistentní tvar a budou držet u sebe.

JAK UCHOVAT ČERSTVOU RYBU?

Obecně platí, že ryba se po zabíjení rychle kazí: na nákup si určitě přibalte chladicí tašku. V lednici maso skladujte jen krátce, čerstvé zabitou rybu nechte před přípravou do druhého dne uležet. Zjistit čerstvost u vyfiletované ryby může být problém, budete muset důvěřovat prodejci. Filety raději spotřebujte co nejdříve po nákupu.

TIP PRO NÁKUP VÁNOČNÍHO KAPRA

Čerstvého kapra si kupte 22. prosince, doma ho jen zakápněte citronem a lehce nasolte. Milujete rybí polévku? Kupte si většího, pohlavně dospělého kapra, bývá označován jako "kapr výběr" a bude mít alespoň 2,5 kila. K polévce přidejte i kapří ocas, který je plný kostí.



Další desatera najdete na: