

TEMAT: **Potrawy z dziczyzny.**

**Polecenie:**

Zapoznaj się z tekstem, poszukaj w Internecie potraw z dziczyzny, zwróć uwagę na przyprawy które zastosowano i dodatki do tych potraw.

**Dziczyzna** to mięso ubitej zwierzyny łownej dopuszczone do spożycia po przeprowadzeniu badań weterynaryjnych. Świadczy o tym pieczęć służby weterynaryjnej. Pod względem handlowo-kulinarnym duże znaczenie mają takie gatunki, jak: dzik, jeleń, sarna, daniel (zaliczane do **dziczyzny grubej**), zające, dzikie króliki (czyli **dziczyzna drobna**) oraz dzikie ptactwo: bażanty, kuropatwy, przepiórki i dzikie kaczki (zwłaszcza krzyżówki), cyranki i cyraneczki.

**Dziczyzna** należy do tradycyjnych specjalności kuchni polskiej. Ceni się jej walory smakowe i odżywcze. Mięso zwierzyny łownej jest niskokaloryczne. Charakteryzuje się niską zawartością tłuszczu, mocnym ukrwieniem i ostrym zapachem. Stanowi bogate źródło białka i witamin z grupy B.

Największe walory zdrowotne ma **mięso z dzika i sarny**. Zawiera bowiem duże ilości magnezu, fosforu i wapnia. W dziczyźnie znajdziemy również źródło łatwo przyswajalnego żelaza. W zasadzie może jeść je każdy, gdyż jest lekkostrawne. Ostrożność powinny zachować kobiety w ciąży i dzieci ze względu na możliwość zarażenia się **toksoplazmą lub włośnicą**.

Najdelikatniejsze mięso mają zwierzęta upolowane jesienią lub na początku zimy. Dziczyzna posiada wtedy specyficzny smak i zapach. Wpływ na to miał naturalny pokarm, którym zwierzęta żywiły się w okresie wiosenno-letnim, obfitującym w zioła, pędy, korę drzew, grzyby czy jagody.

Mięso dzikich zwierząt jest zwykle twardsze niż to pochodzące od zwierząt hodowlanych, dlatego przed przyrządzeniem wymaga skruszenia. Najlepiej powiesić je w chłodnym i przewiewnym miejscu, tak aby sztuki mięsa nie stykały się ze sobą. Optymalna temperatura powinna wahać się od 0-4°C, a wilgotność powietrza wynosić 85%.

Długość procesu kruszenia zależy od rodzaju mięsa, np. zając kruszeje przez 4-5 dni, a mięso sarny potrzebuje około 2 tygodni. Ponieważ w dzisiejszych mieszkaniach trudno znaleźć odpowiednie miejsce, dziczyzna skruszeje nam również w zamrażarce w temperaturze od -10 do -22°C.

**Rozmrażanie dziczyzny** powinno odbywać się stopniowo, najlepiej na dolnej półce lodówki. Zapobiegnie to wyciekaniu soków i utracie wartości smakowych mięsa. Pamiętać musimy również o tym, że dziczyzna ze zwierzyny grubej lub średniej wymaga marynowania w tzw. bejcy, np. na bazie wytrawnego wina lub maślanki z dodatkiem ziół: jałowca, liścia laurowego, ziela angielskiego, tymianku lub rozmarynu.