

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

Filozofická fakulta

Katedra asijských studií

BAKALÁŘSKÁ DIPLOMOVÁ PRÁCE

Ředkev setá a její využití v Evropě a v Číně

Radish and its use in Europe and China

OLOMOUC 2022, Štěpán Jančálek

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Kateřina Šamajová

Prohlášení o samostatnosti

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně a uvedl jsem veškeré použité prameny a literaturu.

V Olomouci dne

Podpis:

Poděkování

Tímto bych chtěl velice poděkovat vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Kateřině Šamajové za odborné vedení, trpělivost a ochotu, kterou mi věnovala po celou dobu průběhu zpracování bakalářské práce.

Anotace

Jméno a příjmení autora: Štěpán Jančálek

Název katedry a fakulty: Katedra asijských studií, Filozofická fakulta

Název diplomové práce: Ředkev setá a její využití v Evropě a v Číně

Vedoucí diplomové práce: Mgr. Kateřina Šamajová

Rozsah práce: 76 030 znaků včetně mezer

Počet stran: 56

Počet použitých zdrojů: 52

Klíčová slova: Ředkev, Evropa, Čína, západní kuchyně, čínská kuchyně, vegetariánství, veganství, zdravý životní styl

Tato bakalářská práce „Ředkev setá a její využití v Evropě a v Číně“ se zaměřuje na téma moderních stravovacích návyků a společného zdraví lidské společnosti. Cílem práce je popsat a definovat přínosy ředkve (*Raphanus sativus*) napříč různými faktory, jako jsou léčebné využití nebo využití v gastronomii.

Druhá část práce je věnována jednoduchým a zdravým receptům, které obsahují ředkev jako jednu z hlavních ingrediencí. Může čtenářům poskytnout stručnou představu o tom, jak rozmanité, a přitom jednoduché mohou být recepty s ředkví. Později v práci jsou rozebrány a popsány rozdíly mezi jejím užitím napříč Čínou a Evropou, což může čtenářům poskytnout hlubší pochopení jejího odlišného použití v těchto dvou srovnávaných kulturách.

Ředkev setá a její využití v Evropě a v Číně

Obsah

ANOTACE	4
SEZNAM TABULEK, GRAFŮ, OBRÁZKŮ A PŘÍLOH.....	6
EDITAČNÍ POZNÁMKA.....	8
ÚVOD.....	9
1. METODOLOGIE	9
2. STRAVOVACÍ TRENDY V RÁMCI STUPŇŮ VÝVOJE SPOLEČNOSTI	10
2.1 ZÁPADNÍ SVĚT A JEHO TENDENCE K VEGANSTVÍ	11
2.2 KONZUMACE MASA V ROZVOJOVÝCH SPOLEČNOSTECH.....	14
3. ZELENINA A JEJÍ VÝZNAM.....	14
3.1 BRUKVOVITÁ ZELENINA.....	15
3.2 ŘEDKEV SETÁ	17
3.2.1 Kultivary.....	17
3.2.2 Historie původu.....	19
3.2.3 Léčebné užití	21
3.2.4 Využití jako krmivo pro hospodářská zvířata	22
3.2.5 Pěstování.....	22
3.2.6 Názvosloví.....	23
4. PRAKTICKÁ ČÁST.....	25
4.1 CÍL VÝZKUMU, VÝZKUMNÉ OTÁZKY	25
4.2 METODIKA VÝZKUMU	25
4.3 ČÍNSKÉ RECEPTY	26
4.4 ZÁPADNÍ RECEPTY.....	34
5 KOMPARACE RECEPTŮ	42
5.1 KOMPARACE RECEPTU NA ŘEDKVOVÉ PLACKY	43
5.2 POPIS A PŘÍPRAVA ŘEDKVE V ČÍNSKÝCH ZDROJÍCH.....	44
5.3 POPIS A PŘÍPRAVA ŘEDKVE V EVROPSKÝCH ZDROJÍCH.....	45
5.4 KOMPARACE POPISU A PŘÍPRAVY ŘEDKVE MEZI ČÍNSKÝMI A EVROPSKÝMI ZDROJI .	46
5.5 SHRUTÍ	48
ZÁVĚR	49
RESUMÉ	50
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....	51

Seznam tabulek, grafů, obrázků a příloh

Tabulky

Tab 1 Raphanus sativus a její kultivary	18
Tab 2 Vyobrazení a zpracování ředkve v Číně a na Západě	46
Tab 3 Zalesněná půda v přepočtu na obyvatele v Číně, EU a USA.....	47

Grafy

Graf 1 Graf procentuálně vyobrazující hlavní důvody, proč lidé přešli k veganství.	12
Graf. 2 Zastoupení kultivarů v čínských a západních receptech	43
Graf. 3 Oblíbené způsoby úpravy v západních a čínských receptech.....	43

Mapy

Mapa 1 Popularita vyhledávaného výrazu „vegan“ na vyhledávači Google	13
Mapa 2 Zastoupení veganů z výzkumu na světové mapě.....	13
Mapa 3 Původ R. sativus a její cesta přes Čínu do Japonska	20

Obrázky

Obr. 1 Šlechtění Brassica oleracea.....	16
Obr. 2 Ředkvičkový salát Yanghua	26
Obr. 3 Ředkev v ústříčné omáčce	27
Obr. 4 Nakládané plátky ředkve	28
Obr. 5 Sušená pikantní ředkev	29
Obr. 6 Ředkvové placky	30
Obr. 7 Šlechtění Brassica oleracea.....	31
Obr. 8 Šlechtění Brassica oleracea.....	32
Obr. 9 Polévka z bílé ředkve a tofu kuliček.....	33
Obr. 10 Šlechtění Bucatini s francouzskými snídaňovými ředkvičkami, slaninou a zelenou přízdobou	34
Obr. 11 Ředkvičkové máslo od Matt a Tedd Leeových	35
Obr. 12 Ředkvičkový duhový salát.....	36
Obr. 13 Ředkvičky pečené na česneku	37
Obr. 14 Pomazánka z bílé ředkve	38

Obr. 15 Placky z ředkve	39
Obr. 16 Sladké ředkvičkové chipsy	40
Obr. 17 Ředkvičky s bylinkovým sýrem	41

Editační poznámka

V práci se vyskytují čínské výrazy ve zjednodušených znacích. Čínské názvy a termíny jsou v práci napsány v mezinárodní fonetické transkripce *pinyin*, s výjimkou ustálených čínských výrazů, které jsou v českém jazyce běžně používány.

Úvod

Výživa patří k nejvýznamnějším faktorům, které značně ovlivňují celkové zdraví člověka. Vyvážená strava je tedy důležitým prvkem k zachování dobrého zdravotního stavu a působí jako prevence proti chorobám, kterými je naše tělo vystaveno. Neodmyslitelnou součástí zdravé a vyvážené stravy je zelenina. V posledních letech se napříč společností do popředí zájmu dostávají nejrůznější stravovací trendy a mnoho z nich se právě zakládá na konzumaci zeleniny. Jedná se například o vegetariánství, veganství nebo vitariánství. Popularita v jejich zastoupení se ale liší v rámci různých stupňů společnosti.

Mezi zeleninou se odjakživa věnovala velká pozornost právě zelenině čeledi brukvovitých, která patří mezi jedny ze zemědělsky nejvíce významných plodin. Mezi její zástupce řadíme např. zelí, kapustu, brokolici, květák nebo právě ředkev, které bude v průběhu celé této práce věnována většinová pozornost. Autor v teoretické části práce seznámí čtenáře s nejčastěji používanými kultivary, přiblíží její historický kontext a shrne dosud známé poznatky, popíše léčebné užití, způsob pěstování a popíše etymologický vznik názvu pro ředkev. V praktické části práce bude pozornost věnována využití ředkve v gastronomii a následně budou pomocí komparativní analýzy zjištěny rozdíly mezi použitím a zpracováním ředkve v kontextu Číny a Evropy.

1. Metodologie

Tato práce je rozdělena na dvě hlavní části. První část představuje teoretický základ a uvádí čtenáře k pochopení problematiky, která je následně rozebrána v praktické části práce. Nejprve uvádí informace a nabyté poznatky o funkci stravy z historického a současného hlediska a její odlišné vnímání v různých stupních společnosti. Následně jsou představeny aktuální stravovací trendy a jsou zde popsány důvody šíření a jejich rozdíly v různých společenských sférách. V další části je poté pozornost věnována zelenině a jejím vlivům na člověka, kdy od zeleniny jako všeobecného pojmu se postupně dostaneme až k samotné ředkvi seté, která následně bude předmětem teoretického rozboru nabytých znalostí o této plodině.

V rámci druhé části je pozornost věnována ředkvi seté v oblasti gastronomie. Následně jsou popsány a následně zanalyzovány rozdíly ve způsobu použití, postupu přípravy a rozdíly v odlišnostech používaných kultivarů a jejich vlastnostech v kontextu Číny a Evropy. Poté je prostor věnován popisu rozdílů ve způsobu využití, postupu

přípravy, receptům a jejich následné analýze. Následně jsou nabyté informace shrnuty a srovnány. Použitými metodami výzkumu jsou rešerše a komparace.

2. Stravovací trendy v rámci stupňů vývoje společnosti

Z historického hlediska zelenina díky jejímu relativně rychlému a snadnému způsobu pěstování plnila funkci levného a výživného zdroje potravy a v kombinaci s obilovinami poskytovala v chudší společnosti dostatečný zdroj nezbytných živin k jejich přežití. Masitá strava byla naopak náročnější na produkci, protože nejprve bylo za potřeby vypěstovat zeleninu a obiloviny, které poté sloužily jako krmivo pro hospodářská zvířata. Pokud byla úroda v důsledku přírodních nebo jiných vlivů nedostatečná, nezbylo tak dostatek krmiva pro hospodářská zvířata a maso z nich pak sloužilo lidem jako potrava potřebná k přežití. Maso tedy bylo vnímáno jako drahá komodita a jako statusová surovina bohatších vrstev společnosti.

V současnosti jsou maso a masové výrobky již běžně dostupné a v rozvojových zemích je maso před zeleninou naopak upřednostňováno díky jeho větší dostupnosti a kalorické vydatnosti. Rozvojová společnost na rozdíl od blahobytné společnosti neklade důraz na udržitelné stravování, protože její hlavním kritériem je právě zmíněná kalorická vydatnost a velká výživová hodnota.

Stravovací trendy se ale mění v závislosti na stupni vývoje společnosti. V současnosti ve většině vyspělých zemích se tento trend postupně mění. V blahobytné společnosti se množství konzumované zeleniny zvyšuje. Cílem vyspělé společnosti je omezit konzumaci masa a nahradit jej rostlinnými náhražkami. Tento trend je možný díky větším možnostech při výběru stravy a větší dostupnosti nejrůznějších druhů dříve těžce dostupných potravin.

Důvodem je také větší zájem blahobytné společnosti o zdravé a udržitelné stravování, a tak před produkty vyrobených z masa raději volí zeleninu, v některých případech také rostlinné náhražky masa. V dnešní době není pochyb o tom, že konzumace dostatečného množství zeleniny má pozitivní vliv na naše zdraví a působí jako prevence proti mnoha zdravotním problémům. Mimo zdravotní aspekt je dalším důvodem přiklání se k rostlinné stravě také snaha o zmíněné udržitelné stravování. S rostoucím povědomím o klimatických změnách řada lidí nesouhlasí s nadměrným používáním přírodních zdrojů a volí tento druh stravování, který je ze značné části méně ekologicky zatěžující než právě strava živočišná. Tento trend potvrzuje i rostoucí zájem o alternativní formy stravování orientované převážně na zeleninovou, bezmasou, nebo jinak omezenou

formu stravování. Mezi nejrozšířenější patří například vegetariánství, veganství nebo vitariánství. V blahobytné společnosti se rozšiřují také různé omezující stravovací strategie jako např. bezlepková, bezlaktózová, bezcukerná nebo ketonová dieta.

Kromě snížení enviromentální zátěže a větší zájem o zdravý životní styl bezpochyby hlavním podnětem pro vyřazení používání živočišných výrobků z jídelníčku je právě rostoucí soucit společnosti s chovnými zvířaty a touha vyhnout se krutému zacházení se zvířaty, kdy jejich vyřazením z jídelníčku vyjadřují pomyslný nesouhlas proti chovu hospodářských zvířat za účelem následného zisku masa. Především tvrzení si můžeme upevnit pomocí statistik v následující kapitole.

2.1 Západní svět a jeho tendence k veganství

Země západního světa se stále více přiklání k alternativním proudům stravování, přičemž jedním z nejrozšířenějších je bezesporu veganství. V této kapitole si přiblížíme trend veganství a jeho šířící se tendence u stále větší části západní populace. Nejprve si ale položíme otázku, co je to veganství a v čem spočívá.

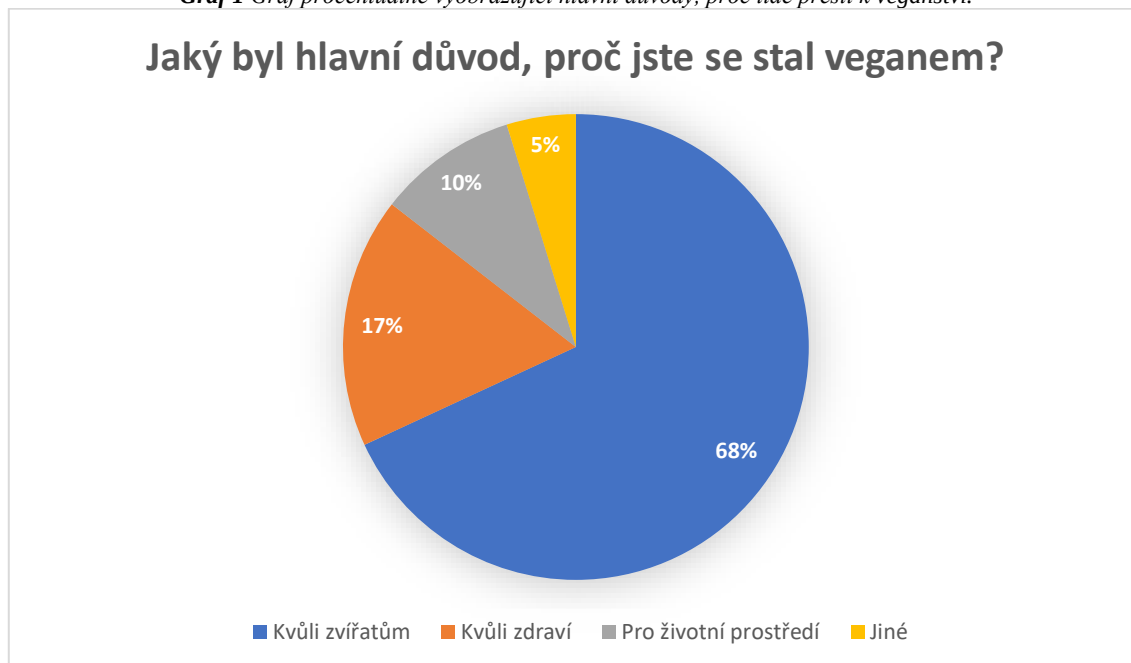
„Veganství je filozofie a způsob života, která se snaží vyloučit – pokud je to možné a proveditelné – všechny formy vykořisťování a krutosti vůči zvířatům pro potravu, oděv nebo jakýkoliv jiný účel; a v návaznosti na to podporuje vývoj a používání nezvířecích alternativ ve prospěch zvířat, lidí a životního prostředí. Z hlediska stravování označuje praxi, kdy se upouští od všech produktů, které jsou zcela nebo částečně získány ze zvířat.“ (Vegansociety.com, 2022)

Zaměříme-li se na veganskou stravu, zahrnuje všechny druhy ovoce, zeleniny, ořechů, obilovin, semínek a luštěnin. Nezůstává to ale pouze u stravy. Lidé zastávající veganský způsob života dbají taktéž na to, aby svým nákupem nepodporovali doplňky, oblečení ani kosmetiku, která je zvířecího původu. V dnešní době už ale existuje mnoho běžně dostupných alternativ, které umožňují veganům fungovat v souladu s vírou v jejich ideologii. (Vegansociety.com, 2022)

S postupně rostoucí životní úrovní roste i dostupnost veganských potravin, alternativních náhražek masa a jiných živočišných výrobků. Přibývají taktéž alternativní výrobky z řad kosmetiky, oblečení a nejrůznějších doplňků, a právě toto prostředí dává stále většímu počtu lidí možnost se rozhodnout, zda začnou podporovat tento trend. Co je ale hlavním důvodem, proč se lidé stávají vegany? Podle následujících statistik hlavním

důvodem je právě soucit se zvířaty (68,1 %), následně pro jejich zdraví (17,4 %), poté kvůli životnímu prostředí (9,7 %) poté z jiných nespecifikovaných důvodů (4,8 %).

Graf 1 Graf procentuálně vyobrazující hlavní důvody, proč lidé přešli k veganství.



Zdroj: Vlastní zpracování dle informací od McCormick (2019)

Graf je výsledkem globálního průzkumu mezi vegany. Data byla shromážděna v rozmezí od 18. října 2018 do 30. prosince 2018 a průzkumu se zúčastnilo celkem 12 814 respondentů z 97 různých zemí. Avšak většina respondentů (74,3 %) pochází z vyspělých anglicky mluvících zemí. Jmenovitě:

- 22,45 % nebo 2877 lidí z Austrálie.
- 19,31 % neboli 2 475 lidí z Velké Británie.
- 13,64 % neboli 1 748 z USA.
- 12,38 % nebo 1 587 z Kanady.
- 6,5 % nebo 840 lidí z Nového Zélandu.

Dále mezi nejzastoupenější regiony patřila Evropa s největším zastoupením ve Skandinávii (7,56 % nebo 969 lidí) a v Západní Evropě mimo již zmíněnou Velkou Británii (Irsko, Francie, Belgie, Nizozemsko, Lucembursko – 6,56 % nebo 841 lidí).

Za zmínku také stojí poukázat na to, jak moc se tato mapa podobá regionálním údajům z Google Trends pro danou zemi podle oblíbenosti vyhledávání výrazu „vegan“ od roku 2004 doposud (McCormick, 2019). „Skóre se počítají na stupnici od 0 do 100, přičemž skóre 100 představuje místo s nejvyšší popularitou v poměru ke všem dotazům z daného

místa, skóre 50 představuje místo, kde má výraz poloviční popularitu.“ Nejpoblárnější oblasti jsou vyznačeny tmavě modrou barvou, méně oblární oblasti světle modrou barvou. Oblasti, kde pro výraz nebyl shromážděn dostatek dat jsou vyznačeny šedě (Trends.google.com, 2022).

Mapa 1 Popularita vyhledávaného výrazu „vegan“ na vyhledávači Google



Zdroj: (Trends.google.com, 2022)

Mapa 2 Zastoupení veganů z výzkumu na světové mapě



Zdroj: (McCormick, 2019)

Tyto mapy nám ukazují, že největší zájem o veganský způsob stravování můžeme v posledních letech pozorovat zejména ve vyspělých státech světa – tj. v blahobytných společnostech.

Největší zastoupení mezi respondenty tvořily ženy (81,9 %) tj. 10 494 účastníků. Muži tvořili pouhých 16 % respondentů tj. 2 049 účastníků. Nabízí se tedy otázka, proč se stávají vegany většinou ženy?

Jídlo, které konzumujeme z velké části utváří i naši identitu. Mnoho lidí proto považuje dezerty a saláty jako jídlo spíše pro ženy, kdežto steak je společností považován spíše jako mužské jídlo. Pokud vezmeme v potaz fakt, že většina lidí se stává vegany

kvůli soucitu se zvířaty, odpověď na tuto otázku nám můžou dát výzkumy, které trvale ukazují, že ženy jsou obecně soucitnější. Tuto myšlenku ve svých projevech podporuje i jeden z nejvýznamnějších sociálních psychologů a filozofů současnosti Jordan Peterson. Ženy taktéž tvoří 75 % členů skupin bojující za práva zvířat (Gorvett, 2020).

2.2 Konzumace masa v rozvojových společnostech

Co stojí za rostoucí spotřebou masa v rozvojových zemích? Celosvětová spotřeba masa od roku 1960 roste téměř tři procentním tempem každý rok. Z velké části je to způsobeno tím, že rozvojové země postupem času bohatnou a mohou si tak dovolit více kupovat dříve méně dostupné maso. V samotné Číně se od začátku 70. let minulého století průměrná spotřeba masa na obyvatele téměř zčtyřnásobila. V té době totiž byla průměrná spotřeba na jednoho obyvatele 14 kg masa ročně. Dnes je to ročně kilogramů 55. Ačkoliv největší nárůst ve spotřebě masa připadá na rozvojové země, spotřeba masa v bohatých zemích i přes měnící se trendy ve stravování také mírně stoupá. Spotřeba masa ale není taková, jako byla v minulosti. Podle Food and Agriculture Organisation (dále FAO) v nejbohatších zemích od roku 1991 spotřeba meziročně roste o 0,7 % (Economist.com, 2018).

3. Zelenina a její význam

Zelenina je nedílnou součástí lidského stravování a neodmyslitelně patří do každé kuchyně. Čínská kuchyně na použití zeleniny ve svých pokrmech klade velký důraz a vyskytuje se tedy ve většině jejích pokrmů. Zelenina tradičně konzumována zejména čínskou populací se s rostoucí popularitou čínské kuchyně postupně rozšířila mimo hranice Číny a můžeme ji najít v běžném jídelníčku stále větší části populace nejenom v Asii, ale také v zemích západního světa (Wills, 1984, s. 413).

V posledních desetiletích se zvýšilo povědomí o důležitosti vyvážené stravy v rámci prevence proti výskytu chronických onemocnění a je prokázáno, že konzumace dostatečného množství zeleniny skýtá mnohé zdravotní benefity a má pozitivní vliv na naše tělo a mysl (Mazzoni, 2021, s. 1).

Zásadním faktorem k dosažení zmiňovaných zdravotních benefitů je ale množství konzumované zeleniny, protože většina světové populace má denní příjem zeleniny nižší, než udávají doporučené směrnice. Dostatečný příjem zeleniny je vnímán jako důležitá součást zdravé stravy a stal se tedy klíčovou složkou mnoha národních směrnicích o stravování, včetně těch čínských. Čínské dietní směrnice doporučují konzumovat 300-

500 g zeleniny denně. V současnosti se ale příjem zeleniny v čínské populaci postupně v průběhu let snižuje. Podle výsledků vzorku obyvatel z let 2010 až 2012 je průměrný denní příjem zeleniny 269,7 g. Kritéria příjmu zeleniny doporučená čínskými směrnici splňuje pouze polovina čínské populace (Gu, 2021, s. 1-2).

Konzumace zdraví prospěšných potravin je spojována s prevencí kardiovaskulárních nebo degenerativních onemocnění a různých forem rakoviny, a to je důvodem, proč se v posledních letech klade větší důraz na konzumaci optimálního poměru zeleniny vůči ostatním potravinám. Zelenina obsahuje látky, které působí jako ochranný faktor pro lidský organismus.

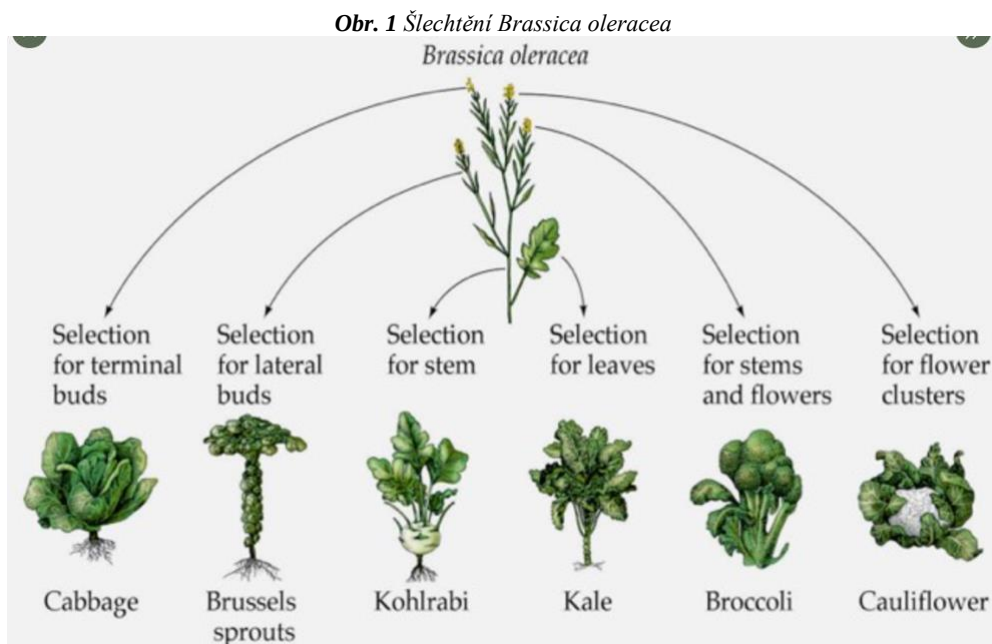
3.1 Brukvovitá zelenina

Mezi zeleninou se dostává velké pozornosti brukvovitým rostlinám (*Brassicaceae*), díky velkému množství těchto zdraví prospěšných látek a jejím antioxidačním schopnostem, které jim přidávají na jejich nutriční hodnotě. V důsledku zvýšeného výskytu kardiovaskulárních, degenerativních onemocnění, a rakoviny vyvolává u lidí větší zájem o rozlišování zdravých a nezdravých potravin. Zájem o konzumaci zdravých potravin vedl k vytvoření nové definice „funkční potraviny“. Tento termín definuje potravinu, která kromě tradiční alimentární (=stravovací) funkce plní také preventivní a léčebné účinky proti různým lidským onemocněním, a právě zelenina obsahuje zdraví prospěšné látky, které jsou za tyto pozitivní účinky na lidský organismus zodpovědné (Mazzoni, 2021, s. 67).

Mezi zeleninou se dostává velké pozornosti brukvím (*Brassica*). Zahrnují velkou různorodou skupinu široce konzumované zeleniny. Latinský název *Brassica* je pojmenování rodu, který je taxonomicky řazen do čeledi *Brassicaceae* – brukvovité, alternativně také *Cruciferae* – křížaté. Široký zájem o brukvovitou zeleninu podtrhuje její hospodářský význam (patří mezi 10 nejvýznamnějších hospodářských plodin na světě) (FAO, 2011) a skutečnost, že od roku 2009 do roku 2019 došlo k nárůstu pěstované plochy i množství produkce o přibližně 11,5 %. Organizace pro výživu a zemědělství (FAO) rovněž uvedla, že v roce 2019 činila celosvětová produkce květáku, brokolice, zelí a dalších plodin rodu *Brassica* přibližně 97 milionů tun a zabírala pěstební plochu téměř 4 milionů hektarů. Asie se celosvětově na její produkci podílí více než 75% dílem, přičemž Čína produkuje téměř polovinu veškeré této zeleniny (45 milionů tun). Dále

následuje Indie s více než 18 miliony tun, dále Korea, Rusko a USA s více než 2 miliony tun se také řadí mezi největší producenty (Mazzoni, 2021, s. 67-68).

Námi běžně známé Brassicy jako je kedlubna, kapusta, brokolice, zelí nebo květák se historicky v přírodě nevyskytovaly a jsou tedy výsledkem šlechtění. Tyto plodiny jsou uměle vyšlechtěné variace druhu *Brassica oleracea*. Různé poddruhy jsou pak vytvořeny následným šlechtěním různých částí zmiňované *Brassica oleracea* (Velasco, 2017, s. 111)



Zdroj: (Jonaspfeifer.de, 2021)

3.2 Ředkev setá

Mezi jednu z nejvýznamnějších rostlin z čeledi brukvovitých řadíme ředkev setou, která je významnou kořenovou zeleninou a za její popularitu vděčí mnoho faktorů. Jedná se o velmi ekonomicky výhodnou rostlinu, která je už od pradávna populární zejména díky své nenáročnosti pěstování, rychlosti růstu a mnohonásobné sklizni v průběhu jednoho roku. Historicky ředkev byla výhodná i kvůli jejímu velkému objemu konzumovatelné podzemní části, kdy se její kořen dorůstá až do délky čtyřiceti centimetrů a tím měla schopnost zasytit velké množství populace. Semena ředkve setá jsou navíc klíčivá ještě po několika desítkách let a v případě dlouhodobé nepřízně počasí nebo jiným neblahým vlivům měla schopnost být uchována po dlouhou dobu k další reprodukci. Mimo jiné ředkev setá obsahuje mnoho zdraví prospěšných látek, a nabízí tedy mnohé blahodárné léčivé účinky (Troníčková, 1985, s. 32-33).

3.2.1 Kultivary

Ředkev je celosvětově významnou a široce rozšířenou plodinou. Největší popularitě se jí však dostává ve východní Asii. V Evropě, Americe, Africe nebo Oceánii už nemá takové bohaté zastoupení a podporuje to i fakt, že mnohé studie provádějí převážně asijsí vědci (Nishio, 2017, s. 1).

V Evropě a v Asii jsou také oblíbené odlišné kultivary této rostliny, které se od sebe v mnohém liší. Ve východní Asii jsou kořeny silné, dlouhé a většinou bělavé barvy, zatímco kultivary populární v Evropě jsou malé, kulaté, červené na povrchu. Východoasijský typ se nazývá bílá ředkev nebo také z japonštiny převzato *daikon* (大根) a evropský typ se nazývá evropská zahradní ředkev nebo ředkvička. U asijské ředkve jsou velké rozdíly ve velikosti a tvaru kořene, zejména u japonské ředkve (大根). Evropské populární ředkvičky jsou v porovnání s Asijskými kultivary několikanásobně menší. Mají malý, kulatý kořen o průměru 2-3 cm, zatímco *daikon* má kořen o délce více než 30 cm. (Nishio, 2017, s. 1) Jednotlivé kultivary se od sebe liší nejen svou velikostí, ale také barvou a tvarem. Hlíza je na povrchu různě zbarvená a uvnitř má bílou nebo až žlutavou barvu (Valíček, 2002, s. 217).

Samotná ředkev (*Raphanus* – dále jen *R.*) se řadí do sedmi různých druhů. Jmenovitě se jedná o *R. rostras*, *R. raphanistrum*, *R. microcarpus*, *R. maritimus*, *R. landra*, *R. aucheri* a *R. sativus*. Geografický původ těchto druhů je vyobrazen níže na mapě č. 3. Kultivary (*var.*) ředkve lze rozdělit do čtyř hlavních odrůd, kterými jsou: *R. sativus var.*

niger, *var. radícula*, *var. longipinnatus* a *var. caudatus* (Kaneko, 1993: 487-488). Pro přehlednější přiblížení zmíněných variet slouží následující tabulka, která kombinuje latinský a český název s grafickým vyobrazením daného kultivaru.

Tab 1 *Raphanus sativus* a její kultivary

<i>var. niger</i>	<i>var. radícula</i>	<i>var. longipinnatus</i>	<i>var. caudatus</i>
Ředkev setá, černá	Ředkev setá, ředkvička	Ředkev setá, bílá	Ředkev setá, hadí, krysí ocas
 1.	 2.	 3.	 4.

Zdroj: Vlastní zpracování dle zjištěných poznatků; 1. (Bolster.eu, 2022); 2. (Milujivareni.cz, 2022); 3.

(Nusameat.com.au, 2022); 4. (Mrfothergills.com.au, 2022)

Tyto změny byly docíleny postupným šlechtěním, které se provádí kombinací různých druhů ředkve seté (*Raphanus sativus*) a ředkve ohnice (*Raphanus raphanistrum*), která je důležitým nositelem genetických zdrojů pro jejich následný proces šlechtění (Nishio, 2017, s. 1).

Šlechtění probíhá kvůli rostoucím požadavkům spotřebitelů, kteří jsou více ochotni zaplatit za lepší nutriční kvalitu a celkový vzhled šlechtěného produktu. V Evropě populární malá červená ředkev byla do své dnešní podoby vyšlechtěna především k použití do salátů, kdežto asijská dlouhá bílá varianta se konzumuje buď syrová, nebo také jinak tepelně upravená, a to buď vařená nebo nakládaná (Yamagishi, 2003, s. 89).

Důvodem popularity různých podob ředkve na území Evropy a Asie může být právě fakt, že v Evropě se zelenina konzumuje nejčastěji syrová, kdežto v Asii se většinou zelenina před konzumací tepelně upravuje. Proto je v Asii populárnější velká bílá ředkev, která je díky své velikosti jednodušší na zpracování před následnou úpravou.

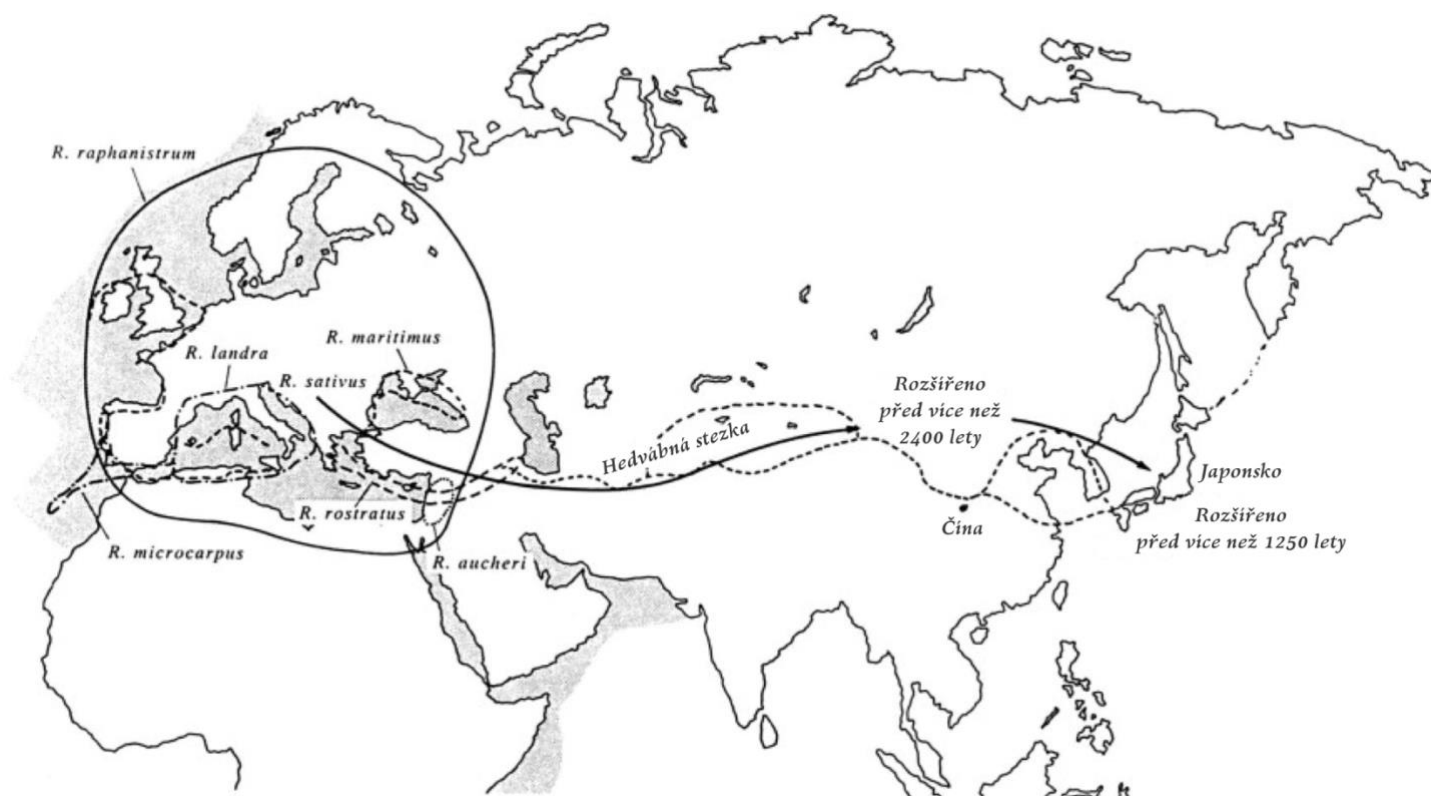
3.2.2 Historie původu

Původ ředkve seté nelze jednoznačně určit. Jednotlivé zdroje přiřazují původ v oblasti starého Egypta, dnešního Mongolska, nebo Číny. Avšak nejpravděpodobnější z variant je právě původ ve starém Egyptě, kde se posléze rozšířila na východ až do Číny a později do Japonska (Kresánek, 1977, s. 506). Za předchůdce kultivované ředkve seté považujeme Ředkev ohnici (*Raphanus raphanistrum*), známou také jako divokou ředkev, která byla rozšířena podél pobřeží Středozemního moře. Původ ředkve seté ale také mohl vzniknout přirozeným nebo umělým křížením mezi druhy *R. landra* a *R. maritimus*. První zmínky o ředkvi se datují do období 2700-2200 př. n.l., kdy ve starém Egyptě byla užívána jako jedna z forem stravování. (Kaneko, 1993, s. 488). Dochovaly se také nálezy s vyobrazením ředkvi na hrobkách egyptské královské dynastie okolo roku 2 000 př. n.l. (Kresánek, 1977, s. 506). Ředkev se tak řadí mezi nejstarší kulturní rostliny (Troníčková, 1985, s. 32). V 15. nebo 16. stol. n.l. se začala pěstovat na území Evropy a téhož času byla následně rozšířena do Ameriky. Nejstarší záznamy o domestikaci připadají na dnešní území Číny a Koreji, datovány 400 až 100 roků př. n.l. (Kaneko, 1993, s. 488).

Toto tvrzení také upevňuje fakt, že zmínky o ředkvi jsou zaznamenány již v nejstarším dochovaném čínském slovníku a encyklopedii Er Ya 尔雅, který se datuje do 3. stol. př. n.l. (Kučera, 2018, s. 9). Ředkev patřila vůbec k prvním evropským plodinám, které do Ameriky přivezli Španělé. Dokládají to i záznamy, že v roce 1629 se pěstovala v oblasti dnešního státu Massachusetts (Gupta, 2003, s. 5061).

Následující mapa vyobrazuje pravděpodobnou oblast původu jednotlivých druhů rodu *Raphanus*. Z mapy můžeme vyčíst, že ředkev ohnice *R. raphanistrum* byla rozšířená po celé Evropě a její původ sahal až do severní Afriky a blízkého východu. Dále za zmínku stojí poukázat na druhy *R. landra* a *R. maritimus*, které právě s největší pravděpodobností daly vznik ředkvi seté *R. sativus*, která se na mapě nachází mezi těmito dvěmi původními druhy. Dále zde můžeme sledovat cestu ředkve seté na východ po hedvábné stezce. Do Číny dorazila před 2400 lety. Tedy aspoň do té doby sahají písemné zmínky ze slovníku Er Ya 尔雅. Následně se rozšířila do Japonska, a to před více než 1250 lety.

Mapa 3 Původ *R. sativus* a její cesta přes Čínu do Japonska



Zdroj: (Kaneko, 1993, s.2)

Nejednoznačný původ ředkve využívají také různé zdroje pro svůj prospěch, kdy tvrdí, že ředkev vznikla právě v oblasti původu daného zdroje. Tento fenomén jsem našel jak v některých vědeckých článcích¹ nebo také v neoficiálních povídkách. Jedna tradiční čínská povídka na toto téma se nachází v kulinářské knize o putování autorky Shanti Christensenové (2016, s. 74) Čínou, kdy do své knihy zapisuje místní rodinné recepty a příběhy, které se k nim pojí.

K receptu na ředkvičkový salát Yanghua se pojí tradiční povídka, kdy v povídce se původ malé červené ředkve *R. sativus* var. *radicula* přiřazuje Číně – přesněji Nankingu. Údajně ji objevil místní farmář Yang Hua 扬花. Příběh vypráví, že kdysi dávno v oblasti Nankingu žil mladý farmář jménem Yang Hua. Jednoho roku byly natě pěstovaných ředkviček zářivě zelené, a tak se Yang Hua domníval, že pod zemí budou ředkvičky obrovského vzrůstu. Když je farmář vytáhl a zjistil, že nejsou větší než velikost jeho palce u nohy, byl ze své úrody zklamaný. Ze zvědavosti však jednu ochutnal a ke svému údivu zjistil, že je křupavá a lahodně pálivá. Začal je prodávat na ulici a lidé se k jeho stánku

¹ Indický článek přiřazoval původ ředkve v Indii

s nadšením hrnuli. Třešňově zbarvená zelenina se v Číně stala známou jako ředkvička Yang Hua 扬花 (Christensen, 2016, s. 74-75).

3.2.3 Léčebné užití

Strava obohacená o rostliny má pro člověka řadu zdravotních benefitů. Snižuje riziko různých onemocnění. Kromě toho rostlinná strava obsahuje velké množství antioxidantů, které jsou nezbytné pro boj se škodlivými účinky volných radikálů v našem těle. Pozitivně také ovlivňuje hladinu cukru v krvi, reguluje krevní tlak a má vliv na redukci hmotnosti a cholesterolu. Právě zelenina patřící do čeledi brukvovitých se řadí mezi zeleninu s vyšším nutričním a farmaceutickým potenciálem, a tento fakt dokazuje o její velké popularitě také v oblasti léčebného využití. Kromě kořenů mají nutriční a léčivý význam také natě a výhonky. Samotná ředkev nabízí nespočet zdravotních benefitů, díky kterým se stala oblíbená při léčbě nejrozličnějších onemocněních. Z historického hlediska se ale její použití a samotné postupy v oblasti léčitelství mění a některé dříve používané formy léčení se v současnosti už téměř nepoužívají.

Výtažky z ředkve se v lidovém léčitelství už od starověku používají k léčbě žaludečních potíží, močových infekcí, zácpy, zánětů jater, srdečních poruch a vředů (Goyeneche, 2015, s. 256). Ředkev byla už odpradáвна využívána také pro své blahodárné léčivé účinky a spolu s octem sloužila i jako dávicí prostředek. Byla také oblíbená i v lidovém léčitelství. Sloužila i při léčbě plicních onemocněních, díky vysokému obsahu vitamínu C jako lék proti kurdějím a při vnějším užitím jako rubefaciens². V současnosti se ale tyto léčebné metody využívají velmi zřídka. Jedním z důvodů je větší rozmanitost a vyváženost současného stravování, což slouží jako prevence vůči dříve často se vyskytujícím onemocněním zapříčiněným malým množstvím vitamínů a minerálů obsažených v tehdejší stravování (Endris, 1973, s. 392). Využívala se také čerstvá šťáva, která má blahodárné účinky při léčení onemocnění žlučníku, žaludku a při poruchách trávení (Duda, 1986, s. 198). Ředkev se také užívá jako choleretikum³, při trávicích obtížích a zánětu žlučových cest nebo žlučových kamenech, kdy se konzumuje čerstvý kořen nebo šťáva a její chuť se koriguje solí nebo cukrem. Účinné látky po vstřebání mírně dráždí játra a tím vyvolávají větší sekreci žluče. V malém množství působí tyto látky cholereticky, ve větším však mohou způsobovat záněty, a

² Prostředek vyvolávající zčervenání kůže za účelem prokrvení v místě nanesení na pokožku

³ lék, který zvyšuje vylučování žluče z jater a ze žlučníku

proto je nepoužíváme při poruchách jater. Při žlučových kamenech je můžeme podávat po omezenou dobu nebo v malém množství (Endris, 1973, s. 392).

Současné zahraniční zdroje uvádějí mnohé blahodárné antimikrobiální a antioxidační účinky, účinky v oblasti prevence proti vzniku rakoviny, anebo cukrovky. Ve farmacii se tedy používají v podobě výtažků, které napomáhají při uzdravování nemocí a při prevenci před onemocněním. Bioaktivní prvky přítomné v nati, stonku nebo kořeni působí na řadu potencionálních léčivých cílů v kombinaci se spojením se zmiňovaným onemocněním (Wang, 2010).

3.2.4 Využití jako krmivo pro hospodářská zvířata

Ředkev má vysoký obsah hrubého proteinu, stravitelné energie a obsahuje lehce stravitelné živiny mohla by tedy být považována za potenciální zdroj krmiva. Je ale ředkev skutečně vhodná jako krmivo pro hospodářská zvířata? V samotné ředkvi je ale velký obsah vlhkosti⁴ a tento faktor je hlavním omezením v použití ředkve jako krmiva pro hospodářská zvířata. Proto se často smíchává s objemným krmivem s nízkým obsahem vody, jako je třeba pšeničná sláma (Okine, 2007, s. 248-249).

Variantou by tedy mohlo být sušení samotné ředkve, ale kvůli vysokým nákladům se tato varianta jeví jako neekonomická. Mezi další z alternativ se nabízí silážování spolu se suššími materiály pro následné použití jako krmivo pro hospodářská zvířata. Navzdory velkému množství prospěšných látek, které podporují perspektivu ředkve, jako zdroje krmiva pro hospodářská zvířata se vyskytly negativní vlastnosti v procesu silážování. Jde zejména o vysoký obsah vlhkosti, pH a vysoké množství kvasinek obsažených v ředkvi. Tyto negativní faktory předpokládají potíže s uchováváním samotné siláže (Okine, 2007, s. 248-249). Ředkev tedy nepatří mezi nejoptimálnější krmnou potravinu, ale v určitých případech může být jednou z možností.

3.2.5 Pěstování

Podle délky vegetační doby a způsobu pěstování rozdělujeme ředkve na jarní, letní a zimní. Vegetační doba jarních ředkví činí pouze 50-60 dní. Letní ředkve mají vegetační dobu 60-90 dní a zimní 60-100 dní. „Jarní a letní ředkve vykvétají již v prvním roce, zimní ředkve ve druhém roce. Jarní a letní ředkve vyžadují lehčí humózní půdy s dostatkem pohotových živin a pravidelnou zálivku. Zimní ředkev pěstujeme v těžších a

⁴ Asi 940 g/kg v čerstvé hmotě

dostatečně vlhkých půdách. Na klima a polohu jsou ředkve nenáročné“ (Kott, 1989, s.202). Letním odrudám nejlépe vyhovuje kyprá propustná půda s dobrou retencí vody a polo stinné místo. Vysévají se v intervalu 14 dnů přímo do půdy v řádcích 30 cm od sebe. Rostliny se sadí na takovou vzdálenost, aby měly zralé bulvy mezi sebou dostatek místa. Za teplého počasí se vydatně zalévají. V teplém klimatu se bulvy sklízí již 4 týdny po vysetí, v chladnějším asi o 3 týdny později. Dozrání zimních odrud může trvat až 60 dnů a nejvhodnější je výsev koncem léta nebo na podzim. Bulvy nesmí zůstat v půdě příliš dlouhou dobu, jinak hrozí, že zdřevnatí. Mladé natě je nutné chránit před ptactvem, které je může poškodit a ohrozit tak růst rostliny. (Slavík 1992, s. 236-237). V našich podmínkách kvete od června do srpna (Endris, 1973, s. 392). Jako prevenci proti chorobám a škůdcům se doporučuje půdu dostatečně vyvápnit a nehnojit chlévským hnojem, protože hlízy jsou potom červivé, praskají a mají nepříjemnou, štiplavou chuť (Kott, 1989, s. 202-203).

Ředkev se pěstuje pro bulvy nebo pro stonkové hlízy, které vzniknou následným zduřením hypokotylu⁵. Využívají se jako zelenina a částečně jako krmivo, v menší míře se zkrmují i natě. (Petráčková, 1998, s. 834). Pěstuje se jako olejníka zejména ve v. Asii a dříve i v jižní a střední Evropě. Semena obsahují asi 35 % oleje, který se používá jako pokrmový a technický. Saze ze spáleného oleje slouží k přípravě čínské tuše. V našich podmínkách je jako olejníka málo výnosná, a proto se od jejího pěstování z tohoto účelu upustilo. Místy se pěstuje na krmivo a zelené hnojení. (Slavík, 1992, s. 236-237).

3.2.6 Názvosloví

Vědecký název rostliny se utvořil z řeckého *rhafanos*, *rhapys*⁶ = řepa. Druhové *sativus*, latinsky setý (Kresánek, 1977, s. 506), „Z latinského označení *radix*, tj. kořen, pravděpodobně vzniklo v evropských jazycích dnešní jméno ředkví i ředkviček“ (Troníčková, 1985, s. 32). *Raphanus* je latinizovanou formou řeckého *rephanos*, což znamená „snadno chovaný“ (Gupta, 2003, s. 5061).

V čínštině se nejčastěji používá výraz *luobo* 萝卜. Úskalí tohoto názvu je, že zahrnuje ale také ostatní druhy kořenové zeleniny, včetně řepy nebo mrkve. Další variantou je dnes už zastaralý název *laifu* 菜蕪. Na malajském poloostrově nese název *lobac*, v Tibetu *laphug*, a v Mongolsku *laopang* a *lobin*. Stuart (1979, s. 370-371) ve své

⁵ nejspodnější část stonku mezi kořínkem a děložními lístky

⁶ příbuzné k řeckému *raphis* = jehla vzhledem k dlouhému a tenkému zakončení kořenu

knize uvádí, že podle vzájemné podobnosti názvů ze sousedních zemí můžeme usoudit, že byl název rozšířen do okolních zemí právě z Číny. Naopak publikace *The Origin of Chinese Cabbage* uvádí, že dvouslabičné výrazy, jako jsou *luofu* 萝菔, *luobo* 萝卜, *laifu* 莱菔 a *lufu* 芦菔 jsou foneticky blízké s výrazy *rapa/raphanus*, takže se nejspíše jedná o přejatá slova a jejich původ na území dnešní Číny se jeví nepravděpodobný. Další komplikací ve hledání původu slova pro ředkev je její časté zaměňování s vodnicí (*Brassica rapa*), kdy staré výrazy *feng* 葑 and *fei* 菲 značily jak ředkev, tak i vodnici. Později byly tyto jednoslabičné výrazy nahrazeny dvojslabičnými *luofu* 萝菔, *luobo* 萝卜, *laifu* 莱菔 a *lufu* 芦菔. Vyskytovaly se ale také další alternativní názvy, jako *tu* 莢 and nebo *lufei* 芦 (Kučera, 2018, s. 4). Také Li (1969, s. 257) uvádí, že název *lufu* 芦菔 je transliterace tradičního názvu *Raphus*. Jako současně používané alternativní názvy Hom (2011, s. 35) uvádí *mooli* nebo přejímku podle japonského názvu *daikon* (大根). Alternativa *mooli* má svůj původ ze sanskrtu odvozením od slova *mūla*, což znamená kořen. Později se slovo do hindštiny přetvořilo na *mūli*. Dnes známá varianta *mooli* se rozšířila až v 60. letech minulého století (Lexico.com, 2022).

4. PRAKTICKÁ ČÁST

4.1 Cíl výzkumu, výzkumné otázky

V praktické části práce nejprve představím zástupce vybraných čínských a západních receptů, ve kterých se vyskytuje ředkev jako základní surovina. Následně je mým cílem porovnat jednotlivé recepty v kontextu použitých ingrediencí, způsobu přípravy a kultivaru použité ředkve. Dále porovnáám recepty v kontextu odlišností mezi čínskými a západními recepty. Zaměřím se také na komparaci odlišujících se postupů při zpracování ředkve seté v kontextu čínských a evropských reálií. Pro přehlednost zjištěných poznatků použiji grafy. Komparací tak naleznu odpovědi na otázky, které jsem si stanovil – zda se způsob použití ředkve v kontextu čínských a západních receptů liší, či nikoliv. Jaký je v Číně a v Evropě nejpoužívanější kultivar a jaký důvod stojí za jejich popularitou. Dále odpovím na otázku, zda se liší ingredience použité v jednotlivých receptech a zda se v kontextu Evropy a Číny odlišuje způsob přípravy a metody tepelného zpracování.

4.2 Metodika výzkumu

Pro vyhledávání receptů jsem použil elektronické knižní zdroje ve formě kuchařek nebo webové stránky s recepty. Vyhledával jsem pouze recepty ve spojení s výrazem ředkev nebo její zahraniční variace v příslušných jazycích. Pro vyhledání čínských receptů jsem použil autentickou čínskou kuchařku s místními rodinnými recepty v Číně nebo webové vyhledávání receptů v čínštině. K vyhledávání reprezentantů západních receptů jsem zvolil převážně vyhledávání v angličtině, následně v češtině, němčině a holandštině. Vyhledával jsem recepty se slovem ředkev a její názvy v cizích jazycích. Čínské zdroje: Luo bo 萝卜, anglické: *radish*, české: *ředkev*, německé: *Rettich* a holandské: *radijs*. Vyvaroval jsem se tak specifickým názvům jako např. ředkev bílá, daikon, malá evropská ředkev, za účelem, aby nebyly upřednostněny nebo upozaděny různé kultivary, což by bránilo k zjištění, které kultivary jsou populární v různých zemích. Cílem bylo vybrat populární a nejvíce vyhledávané recepty z lokálně dostupných surovin a vyvarovat se vyhledávání méně používaných a komplikovaných receptů. Pro zjištění populárních čínských receptů jsem použil sociální web zaměřený na otázky a odpovědi jednotlivých uživatelů Zhihu 知乎. Náměty na recepty jsem hledal v diskuzním fóru pod otázkou 萝卜有哪些好吃的做法? Následné recepty jsem vybíral podle počtu pozitivních hlasů

jednotlivých uživatelů. Pro vyhledávání západních receptů jsem nenašel podobné diskusní fórum, tudíž jsem zvolil nejvyhledávanější webové stránky s danými recepty.

4.3 Čínské recepty

Recept č. 1: **Ředkvičkový salát Yanghua** 凉拌扬花萝卜

Zdroj: (Christensen, 2016, s. 74-75).

Recept pochází z rodiny Lu Guangrong 路广荣 z Nankingu.

Ingredience:

- 2 svazky malých červených ředkviček
- 1 lžička mořské soli
- 1 lžíce sójové omáčky
- 1 lžíce rýžového vinného octa
- 1 lžička sezamového oleje
- 1 lžička cukru krupice

Postup přípravy:

Ředkvičky omyjte a ořízněte. Na krájecím prkénku udeřte do každé ředkvičky plochou stranou nože, aby napraskly. Vložte do středně velké mísy a přidejte sůl. Dobře promíchejte a nechte 20 minut odležet. Sůl z ředkviček vytáhne vodu. V malé misce smíchejte sójovou omáčku, ocet, olej a cukr a poté misku můžete odstavit stranou. Těsně před podáváním ředkvičky osušte a poté ředkvičky přendejte do malé servírovací misky. Následně ředkvičky přelijte omáčkou, promíchejte a můžete podávat.

***Obr. 2** Ředkvičkový salát Yanghua*



Zdroj: (Tiantiancaipu.com, 2020)

Recept č. 2: **Ředkev v ústřičné omáčce** 鲍汁萝卜

Zdroj: (Sohu.com, 2019)

Ingredience:

- 1 malý kořen bílé ředkve
- Přiměřené množství cibule
- Zázvor
- Česnek
- Ústřicová omáčka
- Sójová omáčka

Postup přípravy:

Krok 1: Oloupejte bílou ředkev a nakrájejte ji na nudličky. Cibuli, zázvor a česnek nakrajte na jemné kousky pro pozdější použití.

Krok 2: Do wok pánve nalijte přiměřené množství oleje a zahřejte jej. Poté do pánve vložte nakrájenou cibuli, zázvor a česnek a za stálého míchaní je osmažte, dokud nezačnou vonět.

Krok 3: Do pánve vložte kostičky bílé ředkve a rovnoměrně je osmažte.

Krok 4: Do pánve přidejte 2 lžíce ústřicové omáčky, 1 lžici světlé sójové omáčky, 1 lžici bílého cukru a poté rovnoměrně osmažte.

Krok 5: Do hrnce nalijte misku s vodou

Krok 6: Hrncem přikryjte, vařte na středním plameni a vařte 15 minut.

Krok 7: Vodu sceďte a servírujte a pro ozdobu posypejte trochou šalotky.

Dodatek:

Ústřicová omáčka a sójová omáčka mají samy o sobě slanou chuť. Není tedy třeba přidávat sůl.

Obr. 3 Ředkev v ústřičné omáčce



Zdroj: (Sohu.com, 2019)

Recept č. 3: Nakládané plátky ředkve 酱萝卜

Zdroj: (Sohu.com, 2019)

Ingredience:

- 1 bílá ředkev
- Pár červených paprik
- Pár stroužků česneku

Postup přípravy:

Krok 1: Ředkev omyjte a nakrájejte na tenké plátky. Slupku ředkve můžete ponechat, aby po marinování zůstala křupavá.

Krok 2: Nakrájené plátky vložte do misky, poté je osolte (asi 1 lžíce soli), dobře promíchejte a nechte 30 minut marinovat. Po marinování odstraňte přebytečnou vodu.

Krok 3: Dále přidejte 1 lžíci bílého cukru, dobře promíchejte a nechte dalších 30 minut marinovat. Po marinování rovněž odstraňte přebytečnou vodu.

Krok 4: Poté začněte plátky ředkve oficiálně nakládat. Přidejte 8 lžic sójové omáčky, 3 lžíce octa, 2 lžíce cukru, trochu červené papriky, trochu plátků česneku. Zalijte vodou a dobře promíchejte. Poté přikryjte potravinářskou fólií a nechte přes noc marinovat v lednici.

Krok 5: Na další den můžete podávat.

Obr. 4 Nakládané plátky ředkve



Zdroj: (Sohu.com, 2019)

Recept č. 4: Sušená pikantní ředkev 香辣萝卜干

Zdroj: (Sohu.com, 2019)

Ingredience:

- 2 bílé ředkve
- Chilli
- Sůl
- Cukr

Postup přípravy:

Krok 1: Očistěte ředkev a nakrájejte ji na proužky. Pro lepší chuť můžete nechat slupku

Krok 2: Proužky ředkve vložte do mísy, smíchejte se 3-4 lžicemi soli, důkladně promíchejte a nechte 1 hodinu marinovat.

Krok 3: Poté z ředkví vymačkejte přebytečnou vodu.

Krok 4: Proužky ředkví položte na sušicí síťku a poté je dejte na 2-3 dny na slunné místo. Mezi tím je jednou nebo dvakrát otočte.

Krok 5: Sušené ředkve opláchněte vodou a nechte okapat. Poté přidejte 3 polévkové lžice cukru a důkladně promíchejte, aby se cukr dostal mezi jednotlivé proužky ředkve.

Krok 6: Přidejte půl lžice sójové omáčky, trochu mletého chilli a opět důkladně promíchejte. Následně zakryjte potravinářskou fólií a nechte přes noc uležet.

Krok 7: Na další den můžete podávat.

Obr. 5 Sušená pikantní ředkev



Zdroj: (Sohu.com, 2019)

Recept č. 5: **Ředkvové placky** 萝卜丝饼

Zdroj: (Meishichina.com, 2022)

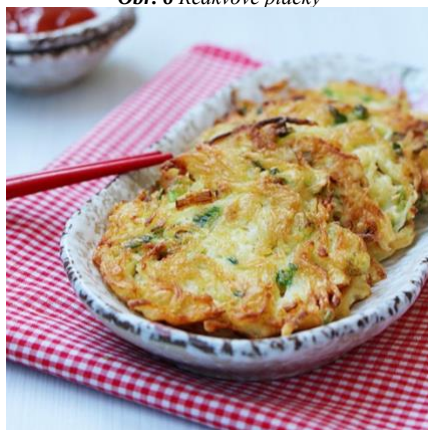
Ingredience:

- 50 g mouky
- 300 g bílé ředkve
- 1 vejce
- 3 gramy směsi pěti koření
- 4 stonky jarní cibulky
- Sůl

Postup přípravy:

1. Ředkve oloupejte a nastrouhejte. Posolte je, abychom z nich dostali přebytečnou vlhkost.
2. Vymačkejte vodu z nastrouhaných ředkví a vložte je do velké mísy.
3. Najemno nakrájejte šalotku
4. K nastrouhané ředkvi přidejte nakrájenou jarní cibulku, rozšlehejte vejce, přidejte směs pěti koření, přidejte špetku soli a dobře promíchejte.
5. Pomalu přidávejte mouku a vmíchejte ji do vzniklé směsi
6. Na pánvi s nepřilnavým povrchem rozehřejte trochu oleje, naberte lžicí vzniklou směs a rozprostřete ji po celé pánvi.
7. Po ztuhnutí ji otočte a smažte z obou stran dozlatova
8. Po dopečení můžete placky ihned podávat.

Obr. 6 Ředkvové placky



Zdroj: (Meishichina.com, 2022)

Recept č. 6: **Masové závitky v ředkvovém obalu** 清蒸萝卜肉卷

Zdroj: (Xiachufang.com, 2018)

Ingredience:

- Polovinu bílé ředkve
- 50 g masové náplně
- Sójová omáčka
- Cibule

Postup přípravy:

1. Nejprve připravte masovou náplň, tři díly tuku a sedm dílů libového masa
2. Maso jemně nakrájíme na pyré – není to příliš namáhavé, nakrájíme si ho sami a poté bude voňavější než to, které bychom krájeli mlýnkem na maso.
3. Vzniklé pyré vložíme do hrnce a zalijeme trochou sójové omáčky, rostlinného oleje, sezamového oleje, nakrájené cibule, přidáme sůl, cukr a koření na maso. Následně důkladně promícháme.
4. Ředkev omyjte a oloupejte. Nakrájejte ji na tenké plátky o tloušťce asi jednoho milimetru. Dbejte na to, aby nebyly příliš tlusté, jinak se při pozdějším obalování masa zlomí.
5. V hrnci svařte vodu. Nakrájenou ředkev blanšírujte asi dvě až tři minuty.
6. Vezměte plátek ředkve a dejte na něj masovou náplň, ale ne příliš mnoho.
7. Pokud není ředkev teplá, lze jej snadno srolovat
8. K následnému vaření použijte parní hrnec a vařte v páře po dobu 10 minut.
9. Vyjměte dušené masové závitky, ozdobte je cibulí a česnekem, pak rozehřejte wok pánev, přidejte olej a několik zrněk pepře a pepř osmahněte. Osmaženým olejem následně přelijte masové závitky.
10. Následně můžeme podávat.

Obr. 7 Masové závitky v ředkvovém obalu



Zdroj: (Xiachufang.com, 2018)

Recept č. 7: Osvěžující nakládaná ředkev 爽口泡萝卜

Zdroj: (Xiachufang, 2017)

Ingredience:

- Bílá ředkev
- 1 láhev bílého octu
- chilli papričky
- Sůl
- Cukr krystal

Postup přípravy:

1. Najemno nakrájejte chilli papričky (množství použijte podle vlastního uvážení)
2. Bílou ředkev očistěte, neloupejte. Následně nakrájejte na proužky, ne však příliš jemné. Posypte solí a nechte asi 20 minut marinovat. Poté propláchněte vodou.
3. Přidejte vodu, ocet a cukr do hrnce a přiveďte k varu a následně nechte vychladnout
4. Do čisté vzduchotěsné nádoby vložte vrstvu ředkví a vrstvu chilli papriček a po vložení do nádoby nalijte vychlazenou zálivku.
5. Nechte přes noc odležet a na druhý den bude ředkev připravena k jídlu.

Takto připravené ředkve jsou křehké, kyselé, pikantní, sladké, velmi osvěžující a výborné k večeři.

Obr. 8 Osvěžující nakládaná ředkev



Zdroj: (Xiachufang, 2017)

Recept č. 8: **Polévka z bílé ředkve a tofu kuliček** 白萝卜豆腐丸子汤

Zdroj: (Meishichina.com, 2021)

Ingredience:

- Polovina bílé ředkve
- Mleté maso
- Tofu
- Mletý zázvor
- Jarní cibulku
- Sůl

Postup přípravy:

1. Ředkev omyjte, oloupejte a nastrouhejte
2. Jemně nakrájejte libové maso, tofu a přidejte mletý zázvor
3. Aniž byste tofu krájeli, přidejte masovou směs, mletý zázvor, sůl a začněte hníst rukama, dokud se masová směs nespojí s tofu. Dbejte na to, aby bylo tofu velmi jemné, jinak se při přípravě kuliček rozpadne.
4. Nastrouhanou ředkev vložte do malého hrnce a přelijte studenou vodou. Ze vzniklé směsi z tofu a masa vymačkejte kuličky a následně je vložte do hrnce s ředkví.
5. Poté vařte asi 7 až 8 minut v závislosti na velikosti kuliček. Přisypte nakrájenou jarní cibulku, kápněte dvě kapky sezamového oleje a jste připraveni podávat.

Obr. 9 Polévka z bílé ředkve a tofu kuliček



Zdroj: (Meishichina.com, 2021)

4.4 Západní recepty

Recept č. 1: **Bucatini s francouzskými snídaňovými ředkvičkami, slaninou a zelenou přízdobou**

Zdroj: (Thekitchn.com, 2019)

Ingredience:

- 170 g bucatini nebo špaget
- Několik velkých francouzských ředkviček
- 4 proužky slaniny
- 2 lžíce olivového oleje
- 1/3 hrnku čerstvě nastrouhaného ovčího sýru Pecorino Romano

Postup přípravy:

1. Přiveďte k varu velký hrnec osolené vody. Těstoviny vařte 12 minut, dokud nezměkknou. Oddělte natě od ředkvičky a ředkvičky nakrájejte na plátky. Dále nakrájejte slaninu na malé plátky. Smažte na velké pánvi na prudkém ohni 3 minuty, dokud se tuk nevyškvaří a slanina není měkká, ale křupavá.
2. Sced'te těstoviny, přidejte je do pánve a smažte 2 minuty. Posypte polovinou sýra, spoustou nahrubo namletého černého pepře a solí. Následně zasypte zbylým sýrem a přidejte nakrájené ředkvičky i s najemno nakrájenou natí.

Obr. 10 Šlechtění Bucatini s francouzskými snídaňovými ředkvičkami, slaninou a zelenou přízdobou



Zdroj: (Thekitchn.com, 2019)

Recept č. 2: **Ředkvičkové máslo od Matt & Tedd Leeových**

Zdroj: (Thekitchn.com, 2015)

Ingredience:

- 250 g kulatých červených ředkviček
- 6 lžic změkklého másla
- 1/2 lžičky soli
- 1/8 lžičky mletého pepře
- Toustový chléb
- Opečené plátky bagety

Postup přípravy:

1. Najemno nastrouhejte nebo rozmixujte ředkvičky
2. Obsah přendejte do šátku nebo utěrky a vyždímejte z něj přebytečnou tekutinu
3. Přendejte do středně velké mísy a přidejte 4 lžíce másla.
4. Pomocí gumové stěrky rozmixujte ředkvičky s máslem a přidávejte po lžících další máslo, dokud se směs nespojí v hladkou a poddajnou hmotu

Směs přendejte do misky nebo poháru, posypte ji solí a pepřem a ihned podávejte.

Obr. 11 Ředkvičkové máslo od Matt a Tedd Leeových



Zdroj: (Thekitchn.com, 2015)

Recept č. 3: **Ředkvičkový duhový salát**

Zdroj: (Bonapettit.com, 2018)

Ingredience:

- 450 g ředkviček
- Citron
- 85 g sýru Piave nebo parmazánu
- 1/2 šálku bazalkových listů
- 2 lžice panenského olivového oleje
- Mořská sůl
- Čerstvě mletý černý pepř

Postup přípravy:

1. Polovinu ředkviček nakrájejte na tenké plátky a vložte do velké mísy. Zbývajících ředkvičky nechte vcelku, pokud jsou malé, nebo je rozkrojte na poloviny či klínky, pokud jsou větší a vložte je do stejné mísy. Ředkvičky dobře osolte a několikrát je rukama zmáčkněte a podrťte, aby se sůl dostala do dužiny. Vymačkejte půlku citronu. Druhou půlku si nechte na pozdější odstranění kůry. Do mísy přidejte citronovou šťávu a na ředkvičky nastrouhejte polovinu sýra. Následně dobře promíchejte. Zbylý sýr rozdrobte vidličkou do mísy. Přidejte bazalku a 2 lžice oleje a znovu promíchejte. Ochutnejte a v případě potřeby dochutěte další solí.
2. Přendejte salát na talíř. Pokapejte dalším olejem, posypte mořskou solí, pepřem a jemně nastrouhejte kůru ze zbylé půlky citronu.

Obr. 12 Ředkvičkový duhový salát



Zdroj: (Bonapettit.com, 2018)

Recept č. 4: **Ředkvičky pečené na česneku**

Zdroj: (Therealfooddietitians, 2021)

Ingredience:

- 250 g čerstvých ředkviček
- 1 polévka přepuštěného másla Ghí, klasického másla, kokosového oleje nebo avokádového oleje
- 1/2 lžičky mořské soli
- 1/8 lžičky černého pepře
- 1/4 lžičky sušené petrželky, sušené pažitky nebo sušeného kopru
- 2 stroužky česneku

Postup přípravy:

1. Předehřejte troubu na 220°C. V míse smíchejte ředkvičky, vámi zvolený tuk na vaření, sušené bylinky, sůl a pepř. Promíchejte, dokud nejsou ředkvičky rovnoměrně obalené.
2. Ředkvičky rozložte v jedné vrstvě do velké zapékací misky.
3. Pečte 20-25 minut. Po prvních 10 minutách pečení přidejte mletý česnek a promíchejte. Vraťte do trouby a pečte dalších 10-15 minut nebo dokud ředkvičky nezískají zlatohnědou barvu a nebudou snadno propíchnutelné vidličkou.

Obr. 13 Ředkvičky pečené na česneku



Zdroj: (Therealfooddietitians, 2021)

Recept č. 5: **Pomazánka z bílé ředkve**

Zdroj: (Kocikova, 2012)

Ingredience:

- 250 g tvarohu
- 1 dlouhá bílá ředkev
- 1 menší cibule
- 3 stroužky česneku
- 2 polévkové lžíce nakrájené petržele
- 3 polévkové lžíce smetany na šlehání
- 1/2 červené papriky
- 1/2 čajové lžice mletého pepře
- Sůl

Postup přípravy:

1. Očištěnou ředkev nastroháme najemno, mírně osolíme, necháme vypustit šťávu a důkladně vymačkáme.
2. Dáme do mísy s tvarohem, na drobné kostičky pokrájenou paprikou, cibulí, prolisovanými stroužky česneku, petrželkou a pepřem a vše dobře rozmícháme
3. Pokud bude směs hustá, přidáme dle potřeby smetanu, znovu promícháme a necháme v ledničce chvíli uležet. Podáváme namazané na čerstvém pečivu.

Obr. 14 Pomazánka z bílé ředkve



Zdroj: (Kocikova, 2012)

Recept č. 6: **Placky z ředkve**

Zdroj: (Chefkoch.de, 2016)

Ingredience:

- 600 g bílé ředkve daikon
- 3 brambory
- 1/2 svazku jarní cibulky
- 2 vejce
- 3 lžíce mouky
- 3 polévkové lžíce strouhanky
- Sůl a pepř
- Olej na smažení

Postup přípravy:

1. Očistěte jarní cibulku a nakrájejte na jemná kolečka. Oloupejte brambory a ředkvičky. Nastrouhejte brambory, vložte je do utěrky a vymačkejte je. Ředkev nahrubo nastrouhejte, smíchejte s 1/2 lžičky soli a nechte asi 10 minut odstát. Poté vymačkejte nastrouhanou ředkev a dejte ji do mísy k bramborám. Přidejte nakrájenou cibuli, vejce, mouku, strouhanku a promíchejte. Těsto osolte a opepřete.
2. Naběračkou nebo velkou lžicí vložte směs do rozpáleného oleje, vytvarujte placičky a osmažte je.

Obr. 15 Placky z ředkve



Zdroj: (Chefkoch.de, 2016)

Recept č. 7: **Sladké ředkvičkové chipsy**

Zdroj: (Boodschappen.nl, 2019)

Ingredience:

- 2 svazky ředkviček
- 2 lžíce olivového oleje
- 2 lžíce medu
- 1/2 lžíce skořicového prášku

Postup přípravy:

1. Předehřejte troubu na 170 °C. Očistěte ředkvičky a blanšírujte je 1 minutu ve vroucí vodě se solí. Osušte je a propláchněte studenou vodou.
2. Ředkvičky nakrájejte na velmi tenké plátky. Smíchejte olivový olej s medem, skořicí a špetkou pepře.
3. Tuto směs vmíchejte do ředkviček a rozprostřete je na plech. Ředkvičky pečte asi 15 minut uprostřed trouby.
4. Obrát'te je, snižte teplotu trouby na 100 °C a ředkvičky pečte dalších 15-17 minut.
5. Když se ředkvičky trochu scvrknou a jsou křupavé, znamená to, že jsou hotové. Podávejte s dipem z řeckého jogurtu s medem.

Obr. 16 *Sladké ředkvičkové chipsy*



Zdroj: (Boodschappen.nl, 2019)

Recept č. 8: Ředkvičky s bylinkovým sýrem

Zdroj: (Delish.com, 2014)

Ingredience:

- 220 g kozího sýra
- 50 g sýra gervais
- ¼ lžíce červené papriky
- 2 lžíce chlazeného pesta
- 2 lžičky čerstvé citronové šťávy
- 1 polévková lžíce petrželové natě
- 1 stroužek česneku
- 1/4 lžičky soli
- 1/4 lžičky pepře
- 7 velkých ředkviček

Postup přípravy:

1. Sýry, červenou papriku, pesto, citronovou šťávu, 2 lžičky petrželky, česnek, sůl a pepř rozmixujte na střední rychlost. Směs přeneste do velkého plnicího sáčku opatřeného velkou hvězdicovou špičkou. Poté nakrájejte ředkvičky na jemné plátky.
2. Sýrovou směs naneste na každý plátek ředkvičky. Ozdobte zbylou petrželkou.

Obr. 17 Ředkvičky s bylinkovým sýrem



Zdroj: (Delish.com, 2014)

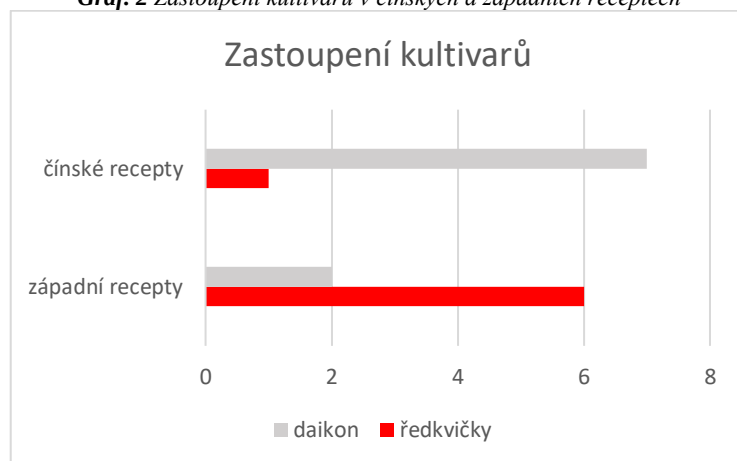
5 Komparace receptů

Mezi čínskými recepty ředkve *R. sativus* var. *radicula* (dále ředkvičky) měly zastoupení pouze v jednom z vybraných receptů. Zbylých sedm receptů obsahovalo bílé ředkve *R. sativus* var. *longipinnatus* (dále daikon).

Z těchto dat můžeme vyčíst, že v Čínském prostředí se za účelem vaření v daleko větší míře používá ředkev daikon. Recepty obsahující daikon jsou také do značné míry kreativnější a nápaditější. Daikon kuchařům poskytuje rozmanitější možnosti ke zpracování a způsobu tepelné úpravy. Všimnout si toho můžeme např. u čínského receptu na Sušenou pikantní ředkev (香辣萝卜干), kdy je ředkev nakrájena na drobné proužky a následně usušena nebo názorně u receptu na masové závitky v ředkvovém obalu (清蒸萝卜肉卷), kdy je ředkev nakrájena na drobné plátky připomínající brambůrky a následně zavinuta do směsi mletého masa. Daikon se dá oproti ředkvičce snadněji a efektivněji využít i při jeho strouhání, což můžeme vidět u čínského receptu na ředkvové placky (萝卜丝饼), polévky z bílé ředkve a tofu kuliček (白萝卜豆腐丸子汤), u českého receptu na pomazánku z bílé ředkve, nebo také u německé varianty na placky z ředkve. V receptu na ředkvičkové máslo od Matt a Tedd Leeových se naopak bílá ředkev nepoužívá, ačkoliv se také jedná o recept, který vyžaduje strouhání nebo mixování. Daikon také nabízí bohatější způsob úpravy. V receptech jsme se mohli setkat se smaženou, vařenou, marinovanou nebo blanšírovanou variantou. Ředkvička se ve většině receptů konzumuje syrová ať už ve formě salátu, pomazánky nebo másla. Tepelně upravená se vyskytovala jen ve dvou ze sedmi receptů, a to v receptu na sladké ředkvičkové chipsy a ředkvičky pečené na česneku.

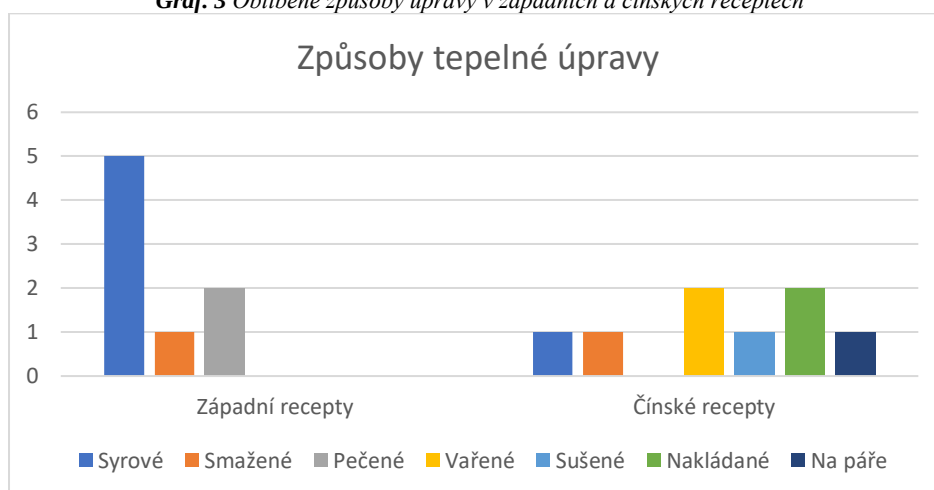
Proč je tedy velká bílá ředkev daikon populární v Číně a v Evropě nemá tak bohaté zastoupení a je nahrazována právě malými červenými ředkvičkami? Domnívám se, že odpověď na tuto otázku spočívá právě v popularitě tepelného upravování zeleniny v rámci Číny a západu. V Číně a v jižní Asii obecně se zelenina ve většině případů tepelně upravuje. Daikon je zde tedy ve větší oblibě, protože díky jeho velikosti umožňuje větší variabilitu ve zpracování pro následnou tepelnou úpravu. Naopak v Evropě se zelenina ve většině případů konzumuje v syrovém stavu a evropská ředkvička dává tedy větší význam jako forma přízdoby do salátů, nebo do příloh, kde v obou případech vynikne její červený povrch a plní také estetickou funkci.

Graf. 2 Zastoupení kultivarů v čínských a západních receptech



Zdroj: Vlastní zpracování dle zjištěných poznatků

Graf. 3 Oblíbené způsoby úpravy v západních a čínských receptech



Zdroj: Vlastní zpracování dle zjištěných poznatků

5.1 Komparace receptu na ředkvové placky

V obou zkoumaných vzorcích se vyskytl recept na ředkvové placky. Jeden recept byl čínský a druhý německý. Recepty jsem se tedy rozhodl porovnat a zjistit, v čem se liší a v čem jsou naopak podobné.

Čínský recept obsahuje: ředkve, mouku, vejce, jarní cibulku, koření a sůl.

Německý recept obsahuje: ředkve, brambory, mouku, vejce, jarní cibulku, strouhanku, sůl a pepř.

Čínský recept je na první pohled prostší, jelikož se v něm vyskytuje méně surovin. Německý recept od čínského receptu navíc obsahuje brambory a strouhanku. Brambory jsou v receptu obsaženy zřejmě proto, že ředkev sama o sobě obsahuje velké množství vody a malé množství škrobu a mohl by tak v procesu smažení vzniknout problém při spojení placky dohromady a následně by se mohla zvýšit její trhavost. Dále jsou brambory

v německém receptu použity z důvodu jejich hojného používání v kontextu evropské gastronomie. Znamější varianta ředkvové placky je v Evropě bramborová placka a její popularita měla vliv i při vytváření tohoto německého receptu. Naopak v čínské variantě receptu brambory nejsou obsaženy a můžeme ho tedy považovat za autentičtější. Dále je v čínském receptu namísto pepře použita směs pěti druhů koření. Po vizuální stránce se naopak oba recepty shodují.

5.2 Popis a příprava ředkve v čínských zdrojích

Ve své vlastní kuchařce Hom (2011, s. 35) popisuje ředkev jako dlouhou, bílou zeleninu svým tvarem připomínající mrkev, svými proporci ale obvykle mnohem větší. Jako alternativní názvy uvádí *mooli* nebo *daikon*. Ředkev vydrží dlouhou dobu ve varu, aniž by se rozpadla, rozbředla nebo změnila svou strukturu. Díky této vlastnosti dokáže absorbovat chuť v pokrmu, ve kterém se vaří, a přitom si zachovává svou charakteristickou chuť a strukturu. Po uvaření si zachová svou křupavou texturu. Jsou však mnohem křehčí a mají různou chuť od sladké a jemné až po ostrou a štiplavou. V Číně se zmíněný druh ředkve používá v domácích pokrmech, podobným způsobem, jako se v západní gastronomii používají brambory nebo mrkev. Na tento způsob použití se ale používají pouze loupané. Mimo vařenou variantu se také upravují za účelem jejich následného uchování. Používají se tedy také jako nakládané, upravené ve slaném nálevu nebo sušené. K samotnému nakládání se používají odrůdy štiplavějšího charakteru, jemnější jsou poté použity k vaření. Jelikož se většina pálivé chuti nachází ve slupce, k dosažení jemnější chuti se doporučuje použít ředkev oloupanou. Loupané ředkve jemnější chuti se nejčastěji smaží, dusí, vaří nebo vaří na páře a poté se kombinují s vepřovým nebo hovězím masem. Z jemných ředkví se v jižní Číně také připravuje slaná náplň do knedlíčků dim sum (*shao mai* – 烧卖). Na rozdíl od těžké a škrobnaté chuti ostatní kořenové zeleniny ředkev vyniká svým lehkým a osvěžujícím nádechem.

5.3 Popis a příprava ředkve v evropských zdrojích

Ředkev je kořenová zelenina patřící do čeledi brukvovitých (*Brassicaceae*) spolu s dalšími členy, jako je brokolice, zelí, květák tuřín a kapusta. Ředkev může být načervenalá i bílá, sladká i peprná, kulatá i podlouhlá. Vyskytují se tedy v různých barvách, tvarech, texturách, velikostech a chutích. Avšak námi běžně známé ředkve se pohybují na hranici mezi ostrou a sladkou chutí, na povrchu jsou zbarveny dočervena s křupavou bílou dužinou a obvykle nejsou větší než golfový míček. Při nákupu ředkví jakéhokoliv druhu byste se měli ujistit, že listy vypadají svěží a zeleně. Důležité je se také ujistit, že ředkve jsou dostatečně těžké vzhledem ke svému objemu, abyste se vyvarovali koupě zdřevnatělé hlízy. Povrch by měl být hladký a nevrásčitý. Samotná příprava ředkví je velmi jednoduchá. Stačí je umýt a jsou připraveny k použití. Nejčastěji se konzumují syrové jako křupavá příloha do salátů, ale lze je také vařit nebo nakládat. Při vaření nebo nakládání mohou jemně vyblednout a změnit se také jejich chuť a textura. Při vaření změknou a stanou se jemnější a při nakládání naopak křupavější a ostřejší. Nakládané ředkve daikon jsou běžnou korejskou přílohou, která se často podává ke smaženému nebo grilovanému masu (Kitchenstories.com, 2019). Mezi další způsob, jak upravit ředkve je pečení. Při pečení se jejich chuť velmi věrohodně podobá bramborám a jejich výrazný peprný nádech se značně zmírní. Mimo samotnou hlízu můžete použít také její natě a můžete s nimi zacházet jako s jakoukoliv jinou listovou zeleninou (Matsoukas, 2014).

5.4 Komparace popisu a přípravy ředkve mezi čínskými a evropskými zdroji

Na první pohled si můžeme všimnout, že popis ředkve v čínských a evropských zdrojích je do značné míry odlišný. Čínské zdroje popisují ředkev jako dlouhou, bílou zeleninu tvarem připomínající mrkev většího objemu. Evropské zdroje naopak zmiňují fakt, že se ředkev vyskytuje v mnoha různých barvách, tvarech a velikostech, ale běžně známé ředkve jsou červené, malé a kulaté.

Čínské zdroje naopak uvádějí mnohem bohatší způsob použití. Připravují se jako vařené, nakládané, upravené ve slaném nálevu, sušené, smažené, dušené nebo vařené na páře. Loupaná se používá také jako příloha a náhrada v evropské gastronomii tolik oblíbených brambor. Evropské zdroje uvádějí, že nejčastěji se konzumuje v syrovém stavu jako příloha do salátů, ale zmiňují se také o vařeném, nakládaném nebo pečeném variantě. Evropské zdroje také uvádějí možnost použití samotné natě.⁷ Čínské zdroje nikoliv. Ve způsobu použití se také značně liší.

Tab 2 Vyobrazení a zpracování ředkve v Číně a na Západě

	Nejčastější vyobrazení ředkve	Běžný způsob úpravy							Běžné použití natě
		Syrová	Vařená	Pečená	Smažená	Nakládaná	Sušená	Dušená	
Čína	1. 	Ne	Ano	Ne	Ano	Ano	Ano	Ano	Ne
Západ	2. 	Ano	Ne	Ano	Ne	Ne	Ne	Ne	Ano

Zdroj: Vlastní zpracování dle zjištěných poznatků; 1. (Growersdirectus.com, 2022); 2. (Cornershopapp.com, 2022)

Z výsledků srovnání je patrně vidět fakt, že v čínské kuchyni se v minimální míře potraviny zpracovávají formou pečení.⁸ Tímto se nabízí otázka, co stojí za tím, že se v Číně tak málo používá pečení jako forma zpracování jídla? Odpověď jsem našel na sociálním webu zaměřeného na otázky a odpovědi *Quora*.

⁷ Použití natě se vyskytuje i v západním receptu č. 1

⁸ Mohli jsme si toho všimnout také u čínských receptů, kdy žádný recept nebyl pečený a západní recepty byly pečené dva

V tradiční čínské kuchyni, kterou dnes stále můžeme najít na venkově dominují dva velké otvory, do nichž se umisťují wok pánve. Otvory pod wok pánví slouží k prostupu ohně. Existuje tedy důvod, proč byl tento způsob upřednostněn před použitím pece. Týkalo se to především nedostupnosti a vysoké ceny dřeva, jelikož Čína není na rozdíl od mnoha jiných zemí příliš zalesněná. Palivo na vaření tak bylo nedostatkové zboží. Tradiční kuchyně s otvory pro ohřev wok pánve spotřebovaly o 70 % méně paliva, jelikož zde není otevřený plamen, kromě místa, kde se přikládá dřevo. Jak můžeme vidět z níže uvedených statistik, Čína disponuje pouze 208 miliony hektary lesů, tedy méně než 50 % lesů na osobu než v EU a šestkrát méně než v USA. Ve středověku však tento rozdíl byl ještě propastnější. V té době tvořily lesy více než 60 % rozlohy dnešní EU. Pokud použijeme rok 1200 n.l., dynastii Song jako zástupce Číny a vybrané státy EU jako zástupce EU, poměr plochy lesa na osobu by pro Čínu činil 0,74 hektaru a pro EU by toto číslo činilo 3,95 hektaru lesa na osobu. Z těchto statistik můžeme vyčíst, že Evropa historicky měla dřeva dostatek a mohla si tedy dovolit spotřebovat více dřeva při pečení (Chong, 2020).

Tab 3 Zalesněná půda v přepočtu na obyvatele v Číně, EU a USA

Tab. 3 Zalesněná půda v přepočtu na obyvatele v Číně, EU a USA				
	Zalesněno	Celková plocha	Populace	
	Hektary (mil.)		k r. 2000 (mil.)	Hektary/osobu
Čína	208	960	1 393	0,15
EU	161	447	446	0,36
USA	331	983	328	1,01

Zdroj: Vlastní zpracování dle získaných informací od Chong (2020).

5.5 Shrnutí

V Průběhu praktické části práce jsme měli možnost zjistit, že využití ředkve v gastronomii se z pohledu čínsko-evropského kontextu do značné míry liší. Zkoumané celky používají odlišné kultivary a odlišné způsoby zpracování. Zjistili jsme, že odlišující se způsoby zpracování této zeleniny mají nejen kulturní, ale i historický kontext. Teoretická část práce poukázala na značné rozdíly v užití ředkve seté v kontextu Číny a západu. Tyto rozdíly byly následně v praktické části potvrzeny. Teoretická část práce poukázala na její historickou významnost z hlediska rychlého a spolehlivého zdroje potravy pro její nenáročnosti v pěstování a možnosti několikanásobné sklizně v průběhu jednoho roku. Poskytovala také bohatý zdroj vitamínů, minerálů a antioxidantů, které byly v historii při nedostatku rozmanité stravy nezbytnou složkou pro udržení celkového zdraví člověka. Nabízela také řešení při léčbě různých onemocněních, především onemocněních žaludku, močových cest a jater. V současnosti, kdy máme přístup k rozmanité stravě a pokročilé lékařské péči tento význam takřka ztratila, přesto však v jiných oblastech nabízí mnohé opodstatnění.

Závěr

Strava je jedna z nejdůležitějších a nepostradatelných součástí lidské společnosti. Tento fakt je ovšem v dnešní době zejména mladou populací často opomíjen. Důvodem může být zrychlený způsob života, kterým mladí lidé v dnešní době žijí, a tak jim nezbývá tolik času dbát na své zdraví v podobě konzumace zdraví prospěšných potravin a raději volí fastfoodové varianty, které jak už název napovídá nevyžadují tolik času na přípravu a následnou konzumaci. Tato práce měla za cíl poukázat na moderní trendy ve stravování napříč společnostmi. Dále se podrobněji zabývala ředkví setou a jejími prospěšnými vlastnostmi pro člověka. V praktické části byly představeny zdravé a na přípravu snadné recepty obsahující právě zmiňovanou ředkev a mohly tak poukázat čtenářům, že tato zelenina skýtá v oblasti gastronomie mnohé využití, které je však v západním kontextu často opomíjeno. Zjištěné poznatky byly následně porovnány. Práce po komparaci dat poukázala na to, že využití ředkve v západní gastronomii je oproti čínskému způsobu využití do značné míry omezené. Hlavním důvodem je nejspíše fakt, že v západní gastronomii je ředkev vnímána z velké části pouze jako příměs do salátu nebo jako forma zeleninové přízdoby k chuťovému a barevnému ozdobení pokrmu. V čínském kontextu má však mnohem větší využití. Jelikož se ve většině případů nekonzumuje syrová, ale tepelně upravená, nabízí tak větší variabilitu v jejím použití. Ačkoliv jsou na západě způsoby užití ředkve do značné míry omezené, přesto se domnívám, že by se tento trend však s přibývajícím počtem vegetariánů a veganů v moderní společnosti mohl změnit.

Resumé

This bachelor thesis “Radish and its use in Europe and China” focuses on the topic of modern dietary habits and common health for human society. The goal is to describe and define benefits of radish (*Raphanus sativus*) across various factors such as its medical use or use in gastronomy.

The second part of this thesis is devoted to easy and healthy recipes containing radish as a major ingredient. It can give readers a brief idea on how various yet simple the delicious recipes with radish can be. Later there are analyzed and described the differences between its use across China and Europe, which can give readers a deeper understanding of its different usecase in these two compared cultures.

Keywords: Radish, Europe, China, western cuisine, chinese cuisine, vegetarianism, veganism, healthy lifestyle

Seznam použitých zdrojů

Knihy

DUDA, Michal a Vladimír STŘELEČ. *Lahôdková zelenina*. Bratislava: Příroda, 1986. Naša záhradka.

CHRISTENSEN, Shanti. *Family Style Chinese Cookbook* [online]. Rockridge Press, 2016, 273 s. [cit. 2022-04-29]. ISBN 9781623157623.

HOM, Ken. *Complete Chinese Cookbook* [online]. Ebury Publishing, 2011, s. 35 [cit. 2022-05-04]. ISBN 9781409074199.

KOTT, Leon a Jiří MORAVEC. *Pěstování a použití méně známých zelenin*. Praha: Státní zemědělské nakladatelství, 1989, 268 s.

KRESÁNEK, Jaroslav a Jaroslav KRESÁNEK. *Atlas léčivých rostlin a lesných plodů*. Martin: Osveta, 2008, 424 s. ISBN 978-80-8063-292-2.

PETRÁČKOVÁ, Věra a Jiří KRAUS. *Akademický slovník cizích slov: [A-Ž]*. Praha: Academia, 1997. ISBN 80-200-0607-9.

STUART, G.A. *Chinese materia medica: Vegetable kingdom*. Taipei: Southern materials center, 1979, s. 370-371. ISBN 0899863094.

TRONÍČKOVÁ, Eva. *Zelenina*. Ilustroval Zdeňka KREJČOVÁ. Praha: Artia, 1985, 223 s.

VALÍČEK, Pavel. *Užitkové rostliny tropů a subtropů*. Vyd. 2., upr. a dopl. Praha: Academia, 2002, 486 s. ISBN 8020009396.

Články

GOYENECHE, Rosario a Sara ROURA. Chemical characterization and antioxidant capacity of red radish (*Raphanus sativus* L.) leaves and roots. *Journal of Functional Foods* [online]. červen 2017, 256-264 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: doi:10.1016/j.jff.2015.04.049

GU, Yuxuan, Yansu HE a Kaitlyn HARPER. Fruit and Vegetable Intake and All-Cause Mortality in a Chinese Population: The China Health and Nutrition Survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [online]. 5.1.2021, **2021** [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: doi:10.3390/ijerph18010342

GUPTA, K., G. TALWAR, V. JAIN, K. DHAWAN a S. JAIN. SALAD CROPS | Root, Bulb, and Tuber Crops. *Encyclopedia of Food Sciences and Nutrition* [online]. CCS Haryana Agricultural University, Haryana, India: Academic Press, 6.12.2003, 5060-5073 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: doi:https://doi.org/10.1016/B0-12-227055-X/01040-3

KANEKO, Yukio a Yasuo MATSUZAWA. Genetic Improvement of Vegetable Crops. : 35 - *Radish: Raphanus sativus* L. [online]. Tokyo: Pergamon Press Japan, 1993, s. 487-481 [cit. 2022-04-28]. ISBN 9780080408262. Dostupné z: <https://www.sciencedirect.com/topics/agricultural-and-biological-sciences/raphanus/pdf>

KUČERA, Ondřej, Kateřina ŠAMAJOVÁ, Renata ČIŽMÁROVÁ a Dan FALTÝNEK. *On the Origin of Chinese Cabbage* [online]. Srpen 2018 [cit. 2022-04-21]. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/327311444_On_the_Origin_of_Chinese_Cabbage

LI, Hui Lin. The Vegetables of Ancient China. *Economic Botany* [online]. New York Botanical Garden Press, Springer, **1969**, 257 [cit. 2022-03-22]. Dostupné z: <http://www.jstor.org/stable/4253062>

MAZZONI, Luca, Maria Teresa Ariza FERNÁNDEZ a Franco CAPOCASA. *Potential health benefits of fruit and vegetables*[online]. Basel: Applied Sciences, 2021 [cit. 2022-03-29]. ISBN 9783036524214. Dostupné z: <https://www.mdpi.com/books/pdfview/book/4642> doi:10.3390/books978-3-0365-2420-7

NISHIO, Takeshi a Hiroyasu KITASHIBA. *The radish genome* [online]. Springer Nature, 2017 [cit. 2022-03-31]. ISBN 978-3-319-59252-7. Dostupné z: <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2F978-3-319-59253-4.pdf>

OKINE, A., A. YIMAMU, M. HANADA, M. IZUMITA, M. ZUNONG a M. OKAMOTO. Ensiling characteristics of daikon (*Raphanus sativus*) by-product and its potential as an animal feed resource. *Animal Feed Science and Technology* [online]. 2006, **136**(3), 248-249 [cit. 2022-04-07]. ISSN 03778401. Dostupné z: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S037784010600352X?via%3Dihub> doi:10.1016/j.anifeedsci.2006.09.005

VELASCO, Pablo, Víktor Manuel RODRÍGUEZ, Marta FRANCISCO, Mária Elena CARTEA a Pilar SOENGAS. *Genetics and Breeding of Brassica Crops* [online]. Mérillon JM: Springer, 2017, s. 111 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: https://doi.org/10.1007/978-3-319-25462-3_2

WANG, Linsong, Xiangdong SUN, Fangjun LI a Yifan WANG. *Antioxidant and pro-oxidant properties of acylated pelargonidin derivatives extracted from red radish (*Raphanus sativus* var. *niger*, Brassicaceae)* [online]. 3.7.2010 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: doi:10.1016/j.fct.2010.06.045

WILLS, Ron, Angela WONG, Frances SCRIVEN a Heather GREENFIELD. Nutrient composition of Chinese vegetables. *Journal of Agricultural and Food Chemistry* [online]. ACS Legacy Archives, 1.3.1984, 413-416 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: doi:<https://doi.org/10.1021/jf00122a059>

YAMAGISHI, Hiroshi a Toru TERACHI. Multiple origins of cultivated radishes as evidenced by a comparison of the structural variations in mitochondrial DNA of *Raphanus*. *Genome* [online]. **2003**(46), 89 [cit. 2022-04-07]. Dostupné z: doi:10.1139/g02-110

Ostatní zdroje

Bolster.eu: Black Radish 'Black Spanish Round' [foto]. 2022 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.bolster.eu/black-radish-black-spanish-round-raphanus-sativus/p69>

Bonappetit.com: Radish Rainbow Salad [online]. 1.8.2018 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.bonappetit.com/recipe/radish-rainbow-salad>

Boodschappen.nl: Zoete radijs-chips [online]. 2019 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.boodschappen.nl/recept/zoete-radijs-chips/?pagina=0>

Cornershopapp.com: Radishes red bunch [foto]. 2022 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://cornershopapp.com/en-us/products/23gx5-radishes-red-bunch-1-ct>

Delish.com: Radishes with Herbed Cheese [online]. 4.5.2014 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.delish.com/cooking/recipe-ideas/recipes/a36295/radishes-herbed-cheese-recipe-ghk0414/>

Economist.com: Why people in rich countries are eating more vegan food [online]. 11.10.2018 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.economist.com/briefing/2018/10/13/why-people-in-rich-countries-are-eating-more-vegan-food>

GORVETT, Zaria. The mystery of why there are more women vegans. *Bbc.com* [online]. 18.2.2020 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.bbc.com/future/article/20200214-the-mystery-of-why-there-are-more-women-vegans>

Growersdirectus.com: Daikon radish [foto]. 2022 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://growersdirectus.com/collections/latest-arrivals/products/daikon-radish-per-lb-farm-direct?variant=39304241184838>

Chefkoch.de: Rettich-Bratlinge mit Schnittlauch-Dip [online]. 2016 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.chefkoch.de/rezepte/3167651471520182/Rettich-Bratlinge-mit-Schnittlauch-Dip.html>

CHONG, Christopher. Why isn't oven used in Chinese cuisine?. *Quora.com* [online]. 27.4.2020 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://qr.ae/pv2LwQ>

Jonaspfeifer.de: Brassica oleracea [foto]. In: . 12.1.2021 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://jonaspfeifer.de/brassica-oleracea/>

Kitchenstories.com: Everything to know about cooking and shopping for in the season radishes [online]. 2019 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.kitchenstories.com/en/stories/4-things-to-know-about-radishes-plus-new-recipes>

KOČIKOVÁ, Anna. Pomazánka z bílé ředkve. *Toprecepty.cz* [online]. 26.3.2012 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.toprecepty.cz/recept/26357-pomazanka-z-bile-redkve/>

Lexico.com: Meaning of mooli in English [online]. 2022 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.lexico.com/definition/mooli>

MATSOUKAS, Gina. Guide to radishes: Guide to radishes. *Runningtothekitchen.com* [online]. 7.3.2014 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.runningtothekitchen.com/a-guide-to-spring-vegetables-radishes/>

MCCORMICK, Benjamin. *Why People Go Vegan: 2019 Global Survey Results* [online]. 4.4.2019 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://vomadlife.com/blogs/news/why-people-go-vegan-2019-global-survey-results>

Meishichina.com: Bai luobo doufu wanzi tang 白萝卜豆腐丸子汤 [online]. 2021 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://home.meishichina.com/recipe-369854.html>

Meishichina.com: Luobo sibing 萝卜丝饼 [online]. 2022 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://home.meishichina.com/recipe-301948.html>

Milujivareni.cz: Ředkvička [foto]. 2022 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <http://www.milujivareni.cz/zboziznalstvi/2387-redkvicka/>

Mrfothergills.com.au: Radish rat tail [foto]. 2022 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.mrfothergills.com.au/wk-radish-rat-tail.html>

Nusameat.com.au: White radish [foto]. 2022 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://nusameat.com.au/product/white-radish/>

Sohu.com: Bai luobo de 12 zuofa 白萝卜的12 做法 [online]. 26.10.2019 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: https://www.sohu.com/a/349764297_105467

Thekitchn.com: Recipe: Matt & Ted Lee's Radish Butter [online]. 3.6.2015 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.thekitchn.com/recipe-matt-amp-ted-lees-radish-butter-recipes-from-the-kitchn-218913>

Thekitchn.com: Recipe: Rozanne Gold's Bucatini with French Breakfast Radishes, Bacon & Greens [online]. 1.5.2019 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.thekitchn.com/recipe-rozanne-golds-bucatini-with-french-breakfast-radishes-bacon-amp-greens-recipes-from-the-kitchn-218914>

Therealfooddietitians.com: Garlic Toasted Radishes [online]. 4.7.2021 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://therealfooddietitians.com/garlic-roasted-radishes/>

Tiantiancaipu.com 天天菜谱 [online]. 2020 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://m.tiantiancaipu.com/recipes/info-703397.html>

Trends.google.com: Hledaný výraz: vegan [online]. 2022 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://trends.google.com/trends/explore?date=all&q=vegan>

Vegansociety.com: Definition of veganism [online]. 2022 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.vegansociety.com/go-vegan/definition-veganism>

Xiachufang.com: Qingzheng luobo rou juan 清蒸萝卜肉卷 [online]. 2018 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.xiachufang.com/recipe/100607338/>

Xiachufang.com: Shuangkou pao luobo 爽口泡萝卜 [online]. 2017 [cit. 2022-05-02]. Dostupné z: <https://www.xiachufang.com/recipe/102222518/>