

Asado, czyli Wielkie Żarcie

Ziemia Ognista to najlepsze pastwiska w Ameryce. Wystrzelano więc gwanako i sprowadzono owce oraz byki. Wyśmienita wołowina z Tierra del Fuego będzie nam towarzyszyła przez cały rejs. Podczas wycieczki przez pustkowia, na malowniczo położonej polance organizujemy najwspanialszego grilla na świecie: są faszerowane mięsem papryczki, jest chorizo i są soczyste steki. Na stole honorowe miejsce zajmuje wyśmienity Malbec. Lisek oraz wielkie drapieżne ptaszyska krążą cierpliwie wokół drewnianej chatki, przed którą biesiadujemy rozmawiając z trzema Argentynkami o życiu w Tierra el Fuego.





Nie jest łatwo być wegetarianinem w Argentynie. Mięso jest tu wspaniale i tanie, często tańsze niż warzywa.

Asado oznacza wielkie grillowanie. To jeden z najważniejszych elementów funkcjonowania każdego człowieka w Argentynie. Przy asado spotykają się całe rodziny i najbliżsi znajomi. Serwowaną potrawą jest głównie mięso wszelakiego typu. To świetna okazja żeby się spotkać i mile spędzić czas. Asado w Argentynie jest w każdym domu, jak również w każdym zakładzie pracy. Grill czyli parilla jest nieodłącznym elementem kultury Argentyńskiej.

Nasze Asado jest zwieńczeniem niezwyklej podróży po Tierra del Fuego. Jedziemy samochodem terenowym przez lasy, bagna, wzgórza i brzegami przepięknych jezior po dziewiczych plażach. Na ko-

niec zatrzymujemy się w maleńkim drewnianym domku nad wodą. Na stół wjeżdżają przekąski. Rąbiemy drewno. Przekomarzamy się z trzema Argentyńczykami, podczas gdy Jorche przygotowuje grill.

Asado ma określoną konwencję. Przede wszystkim do mięsa podaje się tylko warzywa, żadnych ziemniaków, frytek; nic z tych rzeczy. Sałatka z prostych warzyw z odrobiną soli, żeby w pełni można było rozkoszować się smakiem mięsa. Druga sprawa: trzeba wiedzieć, jak ugrillować *asado*, ponieważ mięso leży na parilli około 2 godzin i wymaga ciągłej troskliwej opieki osoby nadzorującej czyli *parillero* / *asador* / *asado* master. Dobry *asado* ma-





ster szykuje kawałki mniej i bardziej wypieczone tak, żeby można było sobie wybrać. Asado rozpoczyna się zwykle grillowaną miękką kiełbasą chorizo podawaną w chlebie (tzw. *choripan*), następnie na stół wjeżdża wołowina (*vacio*), i wieprzowina (*cerdo*) w międzyczasie wnętrzności, z czego nic nie dorównuje wypieczonym jelitom (*chinchulines*). Następnie jest kurczak (*pollo*) i z reguły kolejne porcje wołowiny (to wołowina jest głównie kojarzona z *asado*). Jak tylko mięso się ugrilluje, asado master serwuje je na metalowej tacy tłumacząc, co jest czym i ludzie wybierają, na co mają ochotę i w jakim stopniu wypieczone. Najlepiej pić do tego czer-



wone mocne wino. W Argentynie będzie to np. nasz ulubiony *Malbec* z etykietą *Fin del Mundo*.

Asado potrafią Argentyńczycy organizować co 2 dni, umiar jest tu taki jak przy *dulce de leche* czy *mate*, czyli bliski zeru.

Argentyńska wołowina swój doskonały smak zawdzięcza sposobowi hodowli specjalnej rasy krów, które pasą się na łąkach, porośniętych świeżą i nieskażoną chemicznie trawą. Dzięki temu uznawana jest za jeden z najbardziej wartościowych produktów pochodzenia zwierzęcego.

Argentyńczycy uwielbiają wołowinę. W wielu tamtejszych domach mięso jest składnikiem potraw podawanych na śniadanie, obiad i kolację. Potwierdzają to statystyki – przeciętny mieszkaniec południowoamerykańskiego kraju zjada ... 100 kilogramów wołowiny rocznie! Dodajmy, że przeciętny Polak – tylko 2,5 kg.

Wyjątkowe walory argentyńskiej wołowiny wynikają ze sposobu chowu zwierząt. W Europie czy USA dominuje intensywny system hodowlany, oparty na żywieniu karmami z dodatkiem hormonów. – Uzyskiwane tą metodą mięso charakteryzuje się mniej korzystnym, z punktu zdrowotnego, profilem lipidowym i niższą wartością odżywczą zawartego białka. W Argentynie dominuje natomiast ekstensywny model hodowli, oparty na wolnym wypasie na tamtejszych rozległych i czystych pastwiskach.

Warto pamiętać, że na jakość i smak mięsa wpływa zarówno rodzaj roślin jakimi żywi się zwierzę, jak i warunki pogodowe, możliwość ruchu, poziom stresu, a nawet skład gleby. W Polsce większość bydła to rasy mleczne, a nie mięsne. Choć dają więcej mleka, ich mięso nie jest tak smaczne. Jest bardziej twarde i włókniste.

Wołowina argentyńska odznacza się wyjątkowo korzystnym składem tłuszczu śródmięśniowego w stosunku do mięsa pozyskiwanego od zwierząt hodowanych w innych krajach.

Obecnie coraz częściej mówi się o niekorzystnym wpływie na nasze zdrowie nasyconych kwasów w czerwonym mięsie. Tymczasem wołowina pochodząca z Argentyny odznacza się ich niską zawartością. – Zawiera natomiast dużą jak na mięso wołowe ilość kwasów tłuszczowych z grupy omega-6 i omega-3. Cechą charakterystyczną tego produktu jest również duża zawartość sprzężonego kwasu linolowego – CLA, który przyczynia się do obniżenia poziomu cukru, trójglicerydów i cholesterolu we krwi, a zatem ma działanie przeciwmiażdżycowe.

Na antarktyczną wyprawę zabieramy ze sobą 30 kg wołowiny. Nawet, gdy będziemy przygotowywać dietetyczny makaron z oliwą, czosnkiem i pietruszką, wielbiciele wołowiny dodadzą do niego ... cały kilogram mięsa.

