

Ajran a boza

Ajran – mléčný nápoj, který nás zachrání před vedrem, ale také před střevní chřipkou.

Ajran je jedním z nejoblíbenějších nápojů Balkánců a je na stole často přítomen zejména v teplých měsících roku. Naprostou klasikou na Balkáně je pak burek (nebo banica) s ajranem. Ajran lidskému tělu prospívá zvláště v létě, kdy jsou velmi časté střevní infekce. Nápoj se podává studený a je vhodný pro horké letní dny i pro lidi s nízkým krevním tlakem.



Ajran (z tur. *ayran*) je nápoj vyrobený z bílého jogurtu a vody. Kromě Balkánu je oblíbený také v Arménii, Ázerbájdžánu, Íránu, Libanonu i v dalších zemích Blízkého východu a Střední Asie. V arménštině se tomuto nápoji říká *tahn*, je velmi podobný indickému *lassi*, nápoji, který má jak sladkou, tak i slanou variantu s různým kořením. V Íránu říkají ajranu *dug*, v Řecku a řecké části Kypru se nazývá *ajiráni* (αϊράνι).



Ajran je jednoduše směs jogurtu, vody a někdy i soli. Předpokládá se, že tento mléčný nápoj se vyvinul z jedné z metod konzervování jogurtu přidáním soli, a to již před patnácti stoletími. Jeho pravidelná konzumace má příznivý účinek na udržení dobrého stavu střevní mikroflóry.

Podle kulinárních znalců byl ajran populární nápoj ve starověké Persii. V roce 1886 byl popsán jako studený nápoj s fermentovaným mlékem a mátou. Podle tureckých kuchařů je ajran tradičním

tureckým nápojem konzumovaným kočovnými Turky kolem roku 1000. Současný turecký prezident Recep Tayyip Erdogan dokonce prohlásil ajran tureckým národním nápojem.

Základní recept zní: jogurt a voda v poměru 1:1, podle chuti pak přidat sůl. Ajran může být dále dochucován černým pepřem, meduňkou, mátou nebo bazalkou.

Podle výrobní normy připravené bulharským ministerstvem zemědělství se název *ajran* používá pro nápojový mléčný výrobek, který prošel fermentací kyselinou mléčnou, s přidavkem vody pod 50 % a s přidanou solí, jejíž obsah činí asi 0,8 %.



Turecká verze nápoje se připravuje z vody a jogurtu v poměru 2:1, mísí se se solí, napění se a někdy se dochucuje citrónovou šťávou, mátou nebo bazalkou. K jeho výrobě se používá tučný jogurt, který má desetiprocentní obsah tuku (tzv. Süzme Yoğurt), nebo obyčejný jogurt smíchaný se smetanou a citrónovou šťávou.

Ajran také vyrábějí velké mlékárenské podniky, které ho distribuují v obchodní síti všech balkánských zemí. Ajran si můžete koupit i v Brně prakticky všude tam, kde se nabízí djuner kebab (na

Balkáně známý též jako gyros) – stačí sáhnout do chladicího boxu a mezi nealko nápoji na něj určitě narazíte. Ajran, jako ostatně každý mléčný produkt, se totiž musí držet v chladu. Užijte si ho především v létě, kdy zažene žízeň a zároveň příjemně osvěží.



Boza

Podle Evropanů začíná Orient tam, kde se vyrábí a konzumuje boza

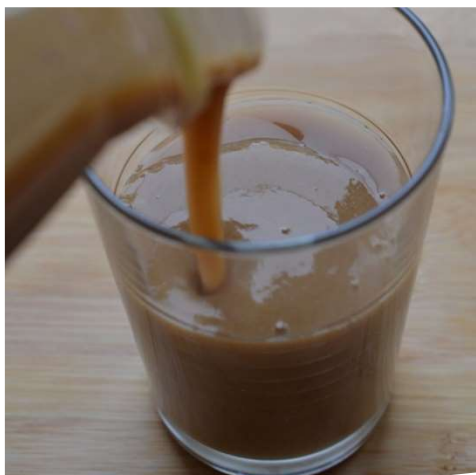
Předpokládá se, že boza pochází ze starověké Persie a odtud pronikla do Turecka a do zemí Balkánského poloostrova – především Bulharska, Albánie, Řecka a Makedonie.



V různých zemích se vyrábí z různých obilovin – pšenice, kukuřice, žito, ječmene, prosa a dalších. Výsledkem je, že se výsledné produkty liší konzistencí a dalšími vlastnostmi. Turci dnes nabízejí bozu posypanou skořicí a praženou cizrnou. V Bulharsku se v minulosti v některých bozadžijních – tedy speciálních cukrárnách, kde

se prodávala rozlévaná boza – do nápoje přidával sirup a dokonce i rozdrobený balkánský sýr.

Boza je fermentovaný sladový nápoj vyráběný v Albánii z kukuřice a pšenice, v Turecku z fermentované pšenice a v Bulharsku a Rumunsku z pšenice nebo prosa. Má hustou konzistenci, nízký obsah alkoholu (obvykle kolem 1 %) a lehce nakyslou sladkou chuť. Barvou připomíná cappuccino, ale chuťově nemá s cappuccinem nic společného.



Bozu začali původně připravovat Turci ve střední Asii v 10. století. Později se rozšířila na Kavkaz a Balkán. Boza byla velmi populární v době Osmanské říše a stala se dokonce jednou z hlavních obchodních komodit osmanských měst. Až do 16. století se boza pila všude bez omezení, ale domácí připravovaná tzv. tyranská boza s malým množstvím opia vyvolávala hněv úřadů, až byla za sultána Selima II. (1566–1574) zakázána.

Turecký cestovatel ze 17. století Evlija Čelebi ve svých cestopisech popisuje, že boza byla v jeho době velmi rozšířená, že jen v samotném Istanbulu bylo 300 krámků s bozou, které zaměstnávaly kolem tisícovky lidí. V tomto období byla boza velmi rozšířená v sultánově armádě. Boza obsahovala jen málo alkoholu, takže byla dlouho tolerována jako posilující a zdravý nápoj pro vojáky.

V Srbsku je boza vyráběna a prodávána v obchodech s orientálními cukrovinkami a v obchodech zdravé výživy. Obvykle je připravená z vody, pšeničné mouky, kukuřičné mouky, droždí a cukru.

Varianta z Rumunska se nazývá *bragă*. Je sladší než ta turecká nebo bulharská, ale zase silnější a tmavší než boza v Severní Makedonii.

V Albánii je boza většinou vyráběna a prodávána v severní části země. Lze na ni snadno narazit v cukrárnách hlavního města Tirany. Albánská boza se vyrábí z kukuřičné a pšeničné mouky, cukru a vody. Její chuťová škála se pohybuje od sladké až po kyselou. To ji odlišuje od jiných druhů: bývá lehčí a obvykle je konzumována jako osvěžující letní nápoj.

V Osmanské říši **byla boza zakázána dvakrát**. Poprvé to bylo v 16. století, a to sultánem Selimem II. přezdívaným Opilec (říká se, že se kvůli opilosti utopil ve své koupelně), protože vychytralí výrobci začali do bozy přidávat opium, aby učinili nápoj atraktivnějším, a zvýšili tak své zisky. Podruhé tak v 17. století učinil sultán Murad IV., a to na základě obecného zákazu alkoholických nápojů. Jako produkt fermentace obsahovala boza určité, třebaže jen minimální množství alkoholu.



sultán Selim II.



Přes svou velkou popularitu byla v té době vyráběná boza vodnatá a příliš často zápachala. Byla skladovaná v dřevěných nádobách, ve kterých – patrně v důsledku vývoje mnoha bakterií – snadno měnila své vlastnosti.

sultán Murad IV.

Skutečnou revoluci způsobil v poslední třetině 19. století mladý Albánec Hadži Sadik – osadník z Prizrenu (ten je dnes druhým největším kosovským městem), který v aristokratické oblasti Istanbulu Vefa zahájil výrobu bozy pomocí nové, pokrokové technologie. Sadikova boza, která byla uložena v mramorových nádobách, byla hustá a sladká. V roce 1876 si tento podnikavý obchodník dokonce nechal svou technologii



patentovat a vytvořil tak ochrannou známku Vefa Bozacısı (Vefa Bozadžisi), což je i název jediné cukrárny, kde se taková boza prodává. Říká se, že sám Mustafa Kemal řečený Atatürk, zakladatel Turecké republiky, ochutnal věhlasný nápoj v této slavné cukrárně v roce 1937. Vefa Bozacısı je dnes součástí historického dědictví Istanbulu.

Vefa Bozacısı, http://howtoistanbul.com/en/century_old_brand/vefa-bozacisi

Dobrá boza je hustá a měla by obsahovat chuť a vůni zrna, z něhož je vyrobena, říkají obyvatelé Istanbulu. I v současnosti se vyrábí se smíšenou alkoholicko-mléčnou fermentací mouky z prosa nebo jiných obilovin, jako je žito, kukuřice, oves nebo pšenice. Je slazená cukrem, glukózou nebo jinými umělými sladidly. Hotový nápoj obvykle obsahuje od 0,5 % do 1,0 % alkoholu.

V prvních desetiletích 20. století se boza v Bulharsku prodávala se přímo v místě výroby, často před krámkem.



Podívejte se i na jednu z reklam na bozu z tohoto období – je to reklama bozadžijnice pana Cvetka ve Varně z novin Krása a zdraví, č. 2 z 1. prosince r. 1931.

Бозата
е здраво природно лъчебно питие.

Просото отъ което се прави бозата притежава силно лъчебно свойство противъ туберкулозата защото ускорява калцифицирането на болното мѣсто и предпазва дроба отъ по-нататъшно разпадане, (Професоръ Шьоненбергеръ). Най-доброкачествена боза ще намерите само при бай Цвѣтко ул. Царь Борисъ.
Долу алкохола! — Пийте боза!

Text reklamy:

Boza je zdravý přírodní léčivý nápoj.

Proso, z něhož se boza připravuje, má silný léčivý účinek proti tuberkulóze, protože urychluje kalcifikaci postiženého místa a chrání plíce před následným rozpadem. (Profesor Schöenberger). Nej kvalitnější bozu koupíte pouze u pana Cvetka na ulici Cara Borise.

Pryč s alkoholem! – Pijte bozu!

Reklamy na bozu ještě z 30. let minulého století zní velmi moderně – dočtete se v nich, že boza je „rekordní“, že krámek je „diplomovaný“, tj. certifikovaný, že boza je pravá a přírodní (dnes bychom řekli bio) a připravená opravdovými mistry. A samozřejmě ve všech směrech prospívá zdraví.

ВАРНЕНСКИ ГРАЖДНИ И
ГОСТИ НА ГРАДЪ ВАРНА!
Искате ли да се разхладите и пиете
ИСТИНСКА НАТУРАЛНА БОЗА
и разни натурални сиропи
МАЛИНОВИ, ЯГОДОВИ, ВИШ-
НОВИ и прѣсни ПАСТИ
приготвени отъ специалистъ майсторъ?
Такива ще намерите винаги при
1. МОДЕРНА и ДИПЛОМИРАНА
Бозаджияница и Сладкарница
„ПЧЕЛА“
на площаць „Мусалла“
до мемориалата б. Бѣлослава
и клоанъ:
бул. Фердинандъ и Сливница
до ресторанта „Лилия“.
Заповѣдайте и ще се усѣтрите!

Интересно! Много! Интересно!
Вземете си всички бележка!

Известиятъ на всички нашъ добръ производител на

рекордната БОЗА

съдържател на

дипломираната бозаджияница

„ДЕБЪРЪ“

Цвѣтко Ангеловъ

който презъ лѣтния сезонъ е задоволявалъ гоститѣ и гражданството съ своята истинска натурална и анализирана боза, за която е получавалъ благодарственни отзивни за доброкачествеността и лъчествеността на производството му. За да направи още по-достъпна своята боза, която похвалята инициатива да

открие новъ клонъ бозаджияница

„Независима Македония“

намерили се срещу окръжния скъдъ (бившъ „Еделвайсъ“), кадето ще можете да подкрепите силитѣ си съ чудесната, независима боза на „Цвѣтко“. Затова не забравяйте да посетите реформираната бозаджияница „ДЕБЪРЪ“ и клоантъ ѝ – **НЕЗАВИСИМА МАКЕДОНИЯ**. Ще намерите скъдъ и всички сладкарски произведения, собствено производство. Първокачествени фабрични бонбони при цени конкурентни.

Výrobci pravé bozy je dnes v Bulharsku velmi málo. Většina soukromých producentů a velkoproducentů přechází na výrobu bozy s umělými sladidly a konzervanty, čímž mění chuť a vlastnosti skutečné bozy, tak jak ji znali naši předkové. Ale i tak boza zůstává oblíbeným nápojem, který si koupíte v každém supermarketu nebo který vám nabídnou v každé cukrárně nebo v každém kiosku se slaným pečivem (tzv. bjurekdžijnici).



<https://www.10te.bg/zhivotat/10-lyubopitni-fakta-za-bozata/>

<http://balkon3.com/boza-i-salep-najdobri-pijaloci-za-stude/>

<https://www.intoalbania.com/boza-the-healthy-heavyweight-albanian-take-on-a-refreshing-drink/>

<https://turkey.redblueguide.com/en/ayran-the-turkish-yoghurt-drink>

<http://www.balkanfoodrecipes.com/drinks/non-alcoholic/ayran/>

<https://www.47-plus.com/boza-history-and-recipe-of-special-turkish-winter-drink/>