

SUŠENÉ MASO JERKY

Jerky je snack z proužků marinovaného masa usušený tak, že vydrží dlouhodobé skladování a má unikátní výraznou chuť. Je hnědé a má hrubou texturu a je tužší konzistence. Vyrábí se v mnoha druzích a jako módní potravinu je oblíbené hlavně u mladší generace spotřebitelů.

Zpracování masa sušením na slunci se používalo už před tisíci lety, byl to pravděpodobně jediný spolehlivý způsob uchovávání potravin na dobu nedostatku potravy. Lidé později přišli na to, že ryby i jiné maso se nad ohněm vysuší rychleji a konzervaci pomáhá i kouř. Jerky i ostatní sušená masa vycházejí z těchto prastarých zkušeností. Původní obyvatelé Severní Ameriky sušili maso bizonů, rybí nebo velrybí maso. Sušené maso rozemleté na prášek míchali s lojem nebo sušeným ovocem. Vznikl tak pemmikan, dlouhodobě skladovatelný a výživný pokrm. Výraz jerky pochází ze španělštiny. V Jižní Americe indiánské kmeny sušily proužky hovězího, lamího masa nebo zvěřiny na slunci nebo nad ohněm. Takto upravené maso bylo používáno osadníky jako potravinu na cesty přes kontinent.

Biltong je **sušené maso**, jehož receptura pochází z Jižní Afriky. Tento výrobek lze získat z různých druhů masa. Nejčastěji se používá maso hovězí, ale v Jižní Africe se rovněž používá i maso z antilopy, pštrosa, drůbeže nebo z ryb. Další typy sušeného masa dodnes připravují v různých místech Ásie. Basturma je asijské sušené hovězí maso odleželé, obalené ve vrstvě koření a sušené v proudícím studeném vzduchu. Typická sušená šunka se připravuje i v jižní Evropě.

Základní surovinou je velmi kvalitní maso, nejlépe hovězí, viditelně libové, bez tuku a vazivových částí. Nejlepší je maso z mladých býků mezi 18–25 měsíci. Používají se i jiná masa – krutí, bůvolí, skopové, velbloudí, koňské, pštrosí, místní zvěřina, krokodýli a jiní plazi, ryby a krevety. Zvěřina je riziková z pohledu mikrobiální kontaminace, pokud není ihned zpracována a zchlazena. Podle způsobu zpracování masa se může rozlišovat

Jerky – z jednoho kusu masa

Jerky tvarované z více kusů lisovaných do bloku

Jerky z mletého nebo sekaného masa lisované do různých tvarů nebo krájené na proužky, obsahuje pojiva, např. sóju.

Suché klobásy

Při výrobě klasického jerky se maso plátkuje na tenké proužky (cca 6 mm) a marinuje ve směsi soli, koření cukru a dalších ochucovadel, kterých je bohatý výběr. Proužky masa se pak suší nejdříve při teplotě nad 70 °C, kdy se zlikviduje nežádoucí mikroflóra. Maso se pak dosuší při nižší teplotě. Usušené maso se balí v ochranné atmosféře nebo do vakuovaných obalů. Průmyslově vyrobené jerky lze skladovat 1 rok, domácí 1-2 měsíce. Podle intenzity dosušení se rozlišuje

„Sušenka“ – 4kg čerstvého masa na 1kg sušeného výrobku

Biltong – 3kg čerstvého masa na 1kg sušeného výrobku

Jerky – obvykle 2,5kg na 1kg sušeného masa

Low-end – 1,8kg sušeného masa na 1kg sušeného výrobku

Čím je maso více suché, tím více obsahuje bílkovin, ale současně je také více tuhé. Low-end obsahuje více zbytkové vody a musí se ještě konzervovat jiným způsobem.

Vedle jerky se spotřebitel může setkat s masem typu biltong. Jeho výroba se liší od jerky v tom, že se marinuje celý kus masa ve směsi soli, vinného octa a koření a následně se suší. Zatímco jerky se usuší v řádu několika hodin, biltong se suší za normální teploty několik dní. Blok masa

se po usušení krájí na tenké plátky. Toto maso není tolik houževnaté jako jerky a může obsahovat více tuku.

Pro koho jsou jerky určeny

Jednoznačně se jedná o módní záležitost, kdy se jerky nabízí místo chipsů k vínu a pivu. Reklama zdůrazňuje jerky jako alternativu k sladkostem, müsli tyčinkám nebo čokoládě.

Na výlety, na dovolenou.

Fitness – 100 % přírodní zdroj bílkovin, s nízkým obsahem tuku a sacharidů.

Nouzová strava např. pro armádu

Právě vzhledem k rostoucí oblibě sušeného masa jsme nakoupili několik vzorků jerky masa a s využitím ELISA kitu s R5 protilátkou Ridascreen Gliadin (R-Biopharm AG) stanovili obsah lepku. Všechny vzorky sušeného masa byly na lepek negativní, tj. je možné je označit jako bezlepkové. Maso samozřejmě nepředstavuje v bezlepkové dietě problém, spíše jde o teoretickou možnost kontaminace lepkem v koření, sójové omáče nebo dalších přísadách do marinády.

Ozn.	Výrobek	Lepek (mg/kg vzorku)	Výrobce (distributor)
B	Indiana jerky kuřecí	<5	Indiana s.r.o.
N	Jack Links meat snack, Biltong original	<5	Mextrade
P	Beef jerky original	<5	Mextrade
B	Pioneers jerky Turkey	<5	TP Invest
N	Wagyu beef	<5	New World Foods
B	Beef natural jerky	<5	Fine Gusto Nature
B	Vagans chicken jerky	<5	Jerky Group
B	Vagans beef jerky	13,5	Jerky Group
B	Royal jerky -beef jerky	<5	Royal Jerky
B	BBQ Beef Jerky	<5	Marks Spencer
P	Smokin´Ghost	<5	Rustic Jerky

B = označeno jako bezlepkové, P= využito preventivní značení, N= není označeno

Současně jsme se podívali na nutriční složení výrobků deklarované na obalu a porovnali je s jinými typy snack výrobků (<https://nakup.itesco.cz/groceries/>)

	energie		nutriční látky (%)			
	kJ/100g	kcal/100g	tuk	sacharidy	bílkoviny	sůl
Jerky (rozpětí)	1066-1556	252-370	1,7-23,6	1-25,5	30-79	3,2-6,3
Bohemia chipsy	2205	662	33	50	5,7	1,5
Strážnické brambůrky jemně solené	2270	544	36	49	6	2
Tesco arašídý pražené a solené	2536	512	50,2	11,2	24,8	0,8
Popcorn solený Tesco	1742	415	15	58	9,1	4
Kukuřičné tortilly Chio	2028	484	22	64	5,4	1,4

Z tabulky je zřejmé, že jerky obsahuje nejvíce bílkovin a dosahuje nejnižší energetické hodnoty. Je to důsledek velmi nízkého obsahu tuků i sacharidů. Naopak, velmi nepříznivý je vysoký obsah soli. Sůl je důležitá jako konzervační látka i jako látka zvýrazňující chuť výrobku. Vzhledem ke zdravotnímu riziku nadměrného příjmu soli je konzumovat sušené maso v rozumném množství.



Sušené maso biltong.



<https://www.thejerkyco.com.au/product/traditional-biltong-sliced/>

Sušené plátky jerky



Literatura:

Mishra, B. P., Mishra, J., Pati, P. K., Rath, P. K.: Dehydrated Meat Products- A Review
International Journal of Livestock Research, 7 (11), 2017, 10-22.

Lehman, S.: Beef Jerky Nutrition Facts (přístup říjen 2020)
<https://www.verywellfit.com/beef-jerky-nutrition-facts-4147272>

Vše o sušeném mase – opravdu to není jenom “Jerky” (přístup říjen 2020)
<https://www.vybaven.cz/trvanlive-potraviny/vse-o-susenem-mase-opravdu-to-neni-jenom-jerky/>

van Staden, a.: Biltong a jerky - v čem je rozdíl? (přístup říjen 2020)
<https://www.biltongpremium.cz/biltong-info/biltong-vs-jerky-rozdil/>

<https://vycvakovna.cz/suseni-ryb-lofoty/>

