

# Je bezpečné jíst párky studené? Většina už je částečně předvařená, pozor si ale dejte na ty grilovací

12.6.2025 - Tomáš Lichnovský | Kupi.cz

## Co v článku najdete

- Čeho se obávají ortodoxní ohřívači párků?
- Verdikt: Párky se mohou jíst i studené
- Mikroorganismy eliminuje už výrobce
- Je rozdíl mezi pultovými a vakuovanými?
- Éčko, které nevadí, naopak – Praganda

## Čeho se obávají ortodoxní ohřívači párků?

Někteří lidé si nedovedou představit sníst párek bez toho, aby by ho předem ohřáli ve vodě. Důvodem je **strach z mikrobiální kontaminace** – obava, že by v párcích mohly přežívat škodlivé bakterie, které by jim mohly způsobit zdravotní potíže. **Spousta lidí párky často rovnou vaří, až jim prasknou**, ale riziko prasknutí rádi podstoupí výměnou za pocit, že zabili všechny bakterie. Faktem ale je, že se bojí zbytečně.

## Jak správně vařit párky? A musíte je opravdu loupat? Nejčastější chyby, kvůli kterým praskají

## Nejezte separát! Kvalitní párky by měly mít „čisté složení“. V obchodě napoví i cenovka

## Verdikt: Párky se mohou jíst i studené

**Ano, párky se dají bez problémů jíst i studené!** Pokud máte rádi chuť teplého párku, klidně si ho ohřejte, ale z hlediska zdravotního to nutné není.

*„Párky lahůdkové, vídeňské, se sýrem a podobně, které se dostávají k zákazníkovi v prodejnách, **jsou už tepelně opracované, a jsou tedy určeny k přímému konzumu. Nejsou syrové a mohou se jíst ve studeném i v teplém stavu,**“* říká pro Kupi.cz prof. MVDr. Iva Steinhauserová, CSc., z Ústavu hygieny a technologie potravin Veterinární univerzity Brno.

Uzeniny typu párků procházejí tepelnou úpravou už během výroby. Tato fáze slouží právě k likvidaci potenciálně škodlivých mikroorganismů. Po zchlazení jsou pak párky buď prodávány volně přes pult, nebo vakuově baleny. V obou případech je produkt určen k přímé spotřebě.

*„Je to dáno především správným tepelným opracováním. Svým žákům vždycky říkám – měřit, měřit, měřit! **Párky se obvykle udí při teplotě 75 až 78 °C a správně tepelně opracovaný párek by měl mít v jádře 72 °C po dobu 10 minut,**“* vysvětluje pro Kupi.cz řezník a popularizátor uzenářství Jan Málek, který je na sociálních sítích známý jako Mistr Málek.

Ovšem pozor! Jak potvrzuje Steinhauserová i Málek, výše uvedené **neplatí pro některé párky nebo klobásy na opékání a grilování, jako jsou například bavorské párky, norimberské klobásy nebo vinná klobása.** Tyto výrobky jsou opravdu syrové, slouží k opékání a konzumují se až po tepelném opracování!

## Mikroorganismy eliminuje už výrobce

Jak už bylo zmíněno, **normy velí dodržet při výrobě teplotu 70 °C po dobu 10 minut**, což odstraní potenciální mikroorganismy.

*„**Při této teplotě jsou zničeny všechny mikroorganismy, které by mohly způsobit alimentární onemocnění člověka. Mohou však přežít některé odolné bakterie, které mohou způsobit kažení výrobku. Proto je důležité uchovávat takové výrobky v chladu a respektovat dobu použitelnosti,**“* upozorňuje Steinhauserová.

Pokud patříte k těm, kteří si párky stejně raději uvaří ve vodě, z důvodu lepší chuti byste to s vařením párků v kastrůlku neměli přehánět.

*„**Obvyklé je párky ohřívat, ne vařit! Správný ohřev párku je v horké vodě o teplotě cca 80 °C. Pokud párky vaříte, připravíte se o část chutí, protože se chuťové látky dostanou do vody, ve které párky vaříte,**“* dodává Steinhauserová.

## Je rozdíl mezi pultovými a vakuovanými?

Zásadní **rozdíl mezi pultovými a balenými párky spočívá především v trvanlivosti.** Zatímco párky z pultu je potřeba spotřebovat v řádu několika dní, vakuované vydrží i několik týdnů.

*„Pokud kupujete **párek přímo z pultu od řezníka, můžete si být většinou jistí, že jde o čerstvý párek a je maximálně několik dní starý. U vakuovaných párků najdeme delší trvanlivost. Vakuem se vysaje vzduch, takže se nekazí tak rychle. Nevidím na tom nic špatného,**“* říká Málek.

*„U volně prodejných párků je třeba dbát na to, aby s nimi bylo hygienicky nakládáno, například používat při prodeji jednorázové rukavice. **Při dodržení všech zásad chlazení, zpravidla 4-5 °C, a hygieny je konzumace i nebalených studených párků bezpečná,**“* uklidňuje Steinhauserová.

Co se týče složení, často bývají oba typy totožné. Kvalitní párky obsahují maso, vodu, koření a jen minimum konzervantů. Pokud tedy sáhnete po kvalitním produktu, můžete si být jisti, že ať už je z chladicí vitríny, nebo z regálu s trvanlivými potravinami, dostáváte prakticky stejný výrobek.

Jak opékat špekáčky jako profík? Nařízněte je do kříže a na ohni je nechte čtvrt hodiny

## Jak opékat špekáčky jako profík? Nařízněte je do kříže a na ohni je nechte čtvrt hodiny

# Měli byste maso nebo šunku s duhovými odlesky vyhodit? Nebojte, nejde o kažení ani chemii

## Éčko, které nevadí, naopak - Praganda

Zásadní složkou, bez které by se většina uzenin neobešla, je **dusitanová solicí směs známá jako Praganda**. Na etiketě ji najdete pod označením **E250**. Její hlavní rolí je **zachování typické růžové barvy masa**, bez ní by byl párek po tepelné úpravě nevzhledně šedý.

*„Já osobně ji používám. Výrobek je pak pro konzumenty bezpečný a **nehrozí tzv. klobásový jed** – botulotoxín. Je to sice éčko, ale u uzenin důležité, dodá nám jak růžovou barvu výrobku, tak hlavně bezpečnost. Lidem může vadit dusitan, ale toho je tam opravdu malé procento a dle různých studií najdete dusitanu daleko více i v doma vypěstované, hnojené okurce,“* říká Málek.

V párcích je tedy Pragandy jen velmi malé množství a je příkladem „éčka“, které má své opodstatnění a není důvod se ho bát.

**Napište nám do diskuze pod článkem. Jíte studené párky, nebo je vždy potřebujete mít uvařené/ohřáté ve vodě?**