



Brepta rád vaří a jak vaříme my?

Breptův editorial

Cesta chuťovou pamětí...

Můj mozek funguje zvláště. Dlouhodobou pamětí prakticky nedisponuje a pamatuje si jen informace, které nejsou starší než týden. Kupodivu to není pokročilým věkem, neboť už na vysoké škole jsem si musela všechno učivo přečíst maximálně tři dny před zkouškou, jinak byl průšvih. Existují však dvě výjimky. Bez problémů si v mozku ukládám (zřejmě navěky) texty populárních hitů, a to včetně těch, které bych opravdu moc ráda zapoměla, a pak si také pamatují chuťové zážitky...

Naprosto přesně si dokážu vybavit sametovou chuť babiččina rýžového nákypu a vidím i babičku, jak sedí v zástěře a šátku v kuchyni pod oknem a míchá žloutky s cukrem, zatímco na verandě chladne v mléce uvařená rýže. Stejně tak si ovšem umím dodnes vybavit odporou chuť instantní krupicové kaše Vlasta, kterou nám servírovali ve školní jídelně. Ale pryč od špatných vzpomínek! Pokračujme raději v úžasném „gastro-trípu“, na který se lze vydat kdykoliv, i bez nitrožilní aplikace. Takové maminčiny bramboráky přes celou pánev, křupavé a voňavé. Můj rekord byl devět kousků a zapíjela jsem je studeným mlékem. Užít si to takhle dnes, skončím se žlučnickovým záchvatem v péči internistů.

A po otevření hranic, to teprve začala jízda! První italská pizza – geniálně jednoduchá Margherita s rajčatovým pyré, mozzarellou a lístkem bazalky. Jedla jsem ji na ulici u obyčejného stánku. Ani po všech těch letech se mi nepřejedla. A zmrzlina – velká, úžasná, každý den jiná, ale vždycky hříšně dobrá. Mohu zodpovědně prohlásit, že nikde není lepší než v Itálii! A rovnou můžeme zaskočit k sousedům do Řecka. Sedím se svým mužem – čerstvým manželem – v malé taverně na jihu Kréty a cpu se skvělým řeckým

salátem s velkými kusy červené cibule, sladkými rajčaty a hroudou té nejučnejší fety navrch. Vše bohatě zalité lehce štiplavým a voňavým olivovým olejem, ve kterém si pak namáčím čerstvou bagetku či pita chléb...

Na letišti v Amsterdamu zase poprvé ochutnávám sushi. Zprvu nedůvěřivě a velmi opatrně, ale pak... Je z toho láska na celý život.



A můj první humr, u kamaráda doma – vaří se v obrovském hrnci a je oranžový a hrůzně realistický. Ale chuťná měkce a jemně, že byste vařili další a další, kdyby tedy nestáli zhruba tolik jako váš parfém. Nemohu zapomenout ani na první setkání s lanýží. V malé hospůdce ve Vaduzu mi je číšník strouhal malinkým struhátkem přímo do polévky. Připadala jsem si slavnostně a velmi důležité a skoro jsem se bála zanořit do polévky lžící, abych tu nádheru nenarušila. Nakonec jsem se odhodlala a chuť čerstvých lanýžů už si také zapamatuji až do smrti. Svou cestu končím na chladném severu. Nejlepší hot dog (opravuji: několik hot dogů) jsem si užila ve Stockholmu, opět na ulici. Pán v kulichu s pojízdným krámkem na náběžní, který vám v ubrousku podá horký párek v široké žemli a pak už jen rukou ukáže ke svému vozíčku, kde v místičkách čeká nejen obligátní kečup a hořčice, ale i kyselé okurčičky a do zlatova osmažená cibulka. A na vás je ta těžká práce, vybrat si tu správnou kombinaci...

Putování mou chuťovou pamětí je u konce. Pro dnešek. Sama si ho dopřávám docela často. Zvlášť když v tom reálném cestování jsem výrazně polevila. Vymlouvám se na děti, na peníze, někteří z vás ovšem už vědí, že nejvíc mě brzdí nutnost nastoupit do letadla. Ale jídlo, to je jiná. Láska na celý život. Kolik radosti přinese prohlížení kuchařek, dlouhé hovory o nových receptech či čtení recenzí na zajímavé restaurace. To všechno lze dělat i doma z křesla. A především (a to i pro ty, které nebaví vařit a recepty nezkoušejí) jde o skvělé zážitky spojené s ochutnáváním! Užijte si to. Není lepší čas než o Vánocích! ■



2x ilustrační foto

Edita Janečková

Když vaří muž!

Začněme otázkou: Kdy vaří muž? Prohrál zrovna rodinné losování, kdo dnes uvaří večeři? Je-li to tak, pak smekám před odvahou zbytku rodiny nechat svůj osud napospas ruské ruletě. Někdy muž vařit musí. Žena totiž včas opustila rodinu za účelem užití si Wellness Day v Nové Trojce. A přece se zase zbaběle neobráť na tu pizzerii na rohu! Jindy dostane chuť na něco, co zbytek rodiny odmítá zpracovat, a dokonce i ochutnat. A nemusí to být hned šneci a brouci. Kolega si například musí sám vařit krupičku, protože zbytek rodiny ji nesnáší. On ji naopak miluje... Ale jsou i tací mezi námi, které vaření baví. K těm se počítám i já.

Člověk by nevěřil, kolik nás takových je. Někdy to vypadá až komicky, když si s kamarády uvědomíme, jak vedeme už půl hodiny diskusi nad detaily nějakého receptu, a trumfujeme se, co se komu povedlo. Když to tak probíráme, zjišťujeme, že máme mnoho společného.

V kuchyni relaxujeme, fantazíujeme, experimentujeme. Zpracováváme tradiční suroviny netradičně a netradiční tradičně. Zásadně hledáme recepty na internetu a zásadně nevěříme tomu prvnímu, co najdeme. Pročteme jich několik a z každého vezmeme to, co je nám nejbližší. Vzniká nový originál. Co třeba existuje receptů na zaručeně pravé palačinky...

Víte, v čem je asi největší rozdíl mezi mužem a ženou v kuchyni? Schválně, jestli mi to potvrdíte. Muž ochutnává průběžně po celou dobu přípravy. Při jakémkoli úkonu, při přidání jakékoli ingredience. Žena ochutnává jen v rozhodujících fázích celého procesu, většinou až nakonec. Zkuste to doma vysledovat.

A pak je tu jedna mužská vlastnost, kterou dámy nikdy nepochopí. Ona to není vlastnost, ona to je potřeba. Když my muži vaříme, spotřebujeme asi tak třikrát více nádobí než žena. Zásadně totiž lpíme na technických postupech. Nemůžeme přece smíchat dvě věci dohromady, abychom ušetřili talířek nebo místičku. S argumentem à la Babica „že by se vlastně nic nestalo“. Stane! A protože si vybíráme recepty pestré a plné fines, je takových místiček, talířů, hrnečků, vařeček a pánviček docela dost. Každá ingredience si totiž zaslouží úctu a pohodlí.

Na to plynule navazuje další nepochopená etapa. Toto bohaté nádobí neumíváme a neuklízíme průběžně, ovšem necháváme to „až na potom“. Ne proto, že bychom byli líni či nepořádní. To ne, natolik nás přece, dámy, znáte. Je to



3x foto: Andrea Dohnalová

proto, že nechceme rozptylovat naše soustředění a fantazii, nechceme přethrávat nit kulinářské invence banalitami, jako je momentální pořádek na pracovišti.

Pokud nám tyto vlastnosti (raději to spíše nazvěme postupy) prominete, jste často (někdy, občas, snad...) odměněny dobrotami, kterých se nedočkáte ani v nejlepších restauracích. Obdržíte pokrm připravený podle nejlepšího vědomí a svědomí a s láskou. Navíc s příchutí adrenalinu, který se nám vyplavuje při realizaci nových, originálních a nepoznaných postupů. A s buldočí snahou dotáhnout vše do zdárného konce – my přece neprohráváme! No a samozřejmě to vše s touhou být pochválen! Opakuji: být pochválen!



Pár rad pro začátečníky

No, chlapi, pokud jste se z jakéhokoli důvodu zrovna rozhodli v kuchyni konečně zaujmout, hlavně se nenechte odradit prvními neúspěchy. Důrazně doporučuji specializovat se na jídla, která těžko snesou srovnání. Nesnažme se napodobit tchýninu svičkovou či manželčinu koprovku. To se nám nikdy nepodaří. Prostě nikdy! Ale co se třeba prohlásit „osudově zasaženým thajskou kuchyní“? Všechny exotické ingredience (jejichž jména doporučuji našprtát se pro chvíli, kdy padne otázka „Miláčku, cos tam dal?“) dnes seženete na Husitské v Chefparade, zbytek koupíte v každém marketu. Postupy jsou pak rychlé a jednoduché, výsledek zaručený a efektní. Taková polévka Tom-Kha-Kai, to je pánové sázka na jistotu! Zahřeje na duši i po těle. A výsledek je nesrovnatelný. Nemluvě o tom, že nejméně polovina surovin je považována za přírodní afrodisiakum. Když to bude náhodou chutnat trochu jinak než na dovolené na Phuketu, můžete prohlásit, že tíhnete spíše k modernímu bangkokému pojetí...

Pravá francouzská cibulačka

Ale pro začátek zkusme přece jen něco evropštějšího. Tady je jeden tip na zahřátí po zimní procházce. Začneme třeba pravou francouzskou cibulačkou. Tedy jednou ze zaručeně pravých...

Krok číslo jedna – otevřeme si láhev dobrého bílého vína. Výběr nechám na vás, dokonce lhostejno, jaký bude mít obsah cukru. Prostě vám musí chutnat. Nalejeme si na kuráž dvě deci do pěkné sklenky.

Čtyři větší cibule nakrájíme na kolečka. Pokud chcete být za estéty, kupte jednu cibuli červenou. V hrnci rozpálíme máslo a olej (přiměřeně) a kolečka cibule začneme restovat. Přidáme tři kuličky nového koření, tři kuličky černého pepře, špetku nebo snítku tymiánu a bobkový list. Lehce promícháváme a cibulka začne pomalu zlatovatět. Nebojíme se na chvílku přestat míchat – část cibulky se lehoulnice přismahne dohněda. Budoucí polévka dostane ten správný šmak. Pozor, nerozptylovat se fotbalem v televizi! V této fázi se nevyplácí na cibulku zapomenout! Jakmile to začne být podezřelé, ztlumíme oheň a nasypeme na cibulku velkou lžící cukru. Ustavičně mícháme, cukr se rozpouští, cibulka karamelizuje.

Nastal čas na odvážný krok hodný chlapa s pevným charakterem. Je totiž třeba rozpustit vzniklé lehké a chutné připáleniny. A není pro tuto příležitost lepšího rozpouštědla, než je bílé víno. Sebereme tedy odvahu a deci toho našeho oblíbeného obětujeme a vlijeme do hrnce. Odměnou nám budou husté voňavé páry, doplněné výrazným syčivým zvukovým efektem. To vše celé rodině neomylně připomene, že dnes vaří muž. My se ale nelekne, protože jsme to čekali, a dále mícháme. Rozpusťme vše, co se zdálo jako připálené, a pomalu dusíme. Kouzlem cibulačky je, že trocha připálení vůbec nevadí. Ale nesmí se to přehnat...

Zatímco se bude víno z hrnce vypařovat, dolijeme si další dvoudečku. Upijeme do polovic a zbylé deci opět vrhne do hrnce... a celý proces zopakujeme. Cibulka bude na konci krásně karamelově hnědá. Toto asi pětiminutové masochistické počínání zakončíme zaprášením budoucí polévky lžící hladké mouky. Ještě půlminutku udržíme nervy na uzdě a hrnc nad ohněm. Za stálého, pomalého míchání vznikne docela hustá kaše. Tu téměř okamžitě zředíme dvěma deci – tentokrát připraveného vývaru. Vývar můžeme použít jakýkoli, masový i zeleninový. A nebojte se. Pokud jej nemáte v zásobě, pro začátek postačí i rozmočená kostka od Maggiho. Však i slavný Itai Emanuel ji v telce používá. Jakmile se kašička rozpustí, dolejeme zbytek vývaru, zhruba ¾ litru. Dosolíme, případně opeříme.

Necháme vše několik minut povařit a mezi tím si dolejeme třetí dvoudečku našeho oblíbeného bílého vína. A psychicky se připravíme na další krok, kterým je vylítí zbytku láhve do polévky. Mělo by tam toho být ještě alespoň decáčko. Jestli ne, obětujeme tu naši poslední sklenku. Nelitujeme. Víme, že je to pro dobrou věc. Ale stejně ještě není utrpení konec... Jakmile začne polévka znovu vařit, okamžitě vypneme oheň a odebereme se nenápadně ke knihovně. Zde sáhneme po našem oblíbeném svazku poezie, za kterým se jistě skrývá utajená lahev koňaku. Odejeme velkého panáka. Půlku ochutnáme, jestli se nám nezkažil, druhou půlku zjemníme naší



cibulačku. Otfeme slzu a jdeme do finále. Polévku naposled dochutíme. Pamatujme, že kromě síly vývaru by v ní měla být cítit sladkost (zkaramelizovaná cibulka a cukr) i kyselinka (víno).

Během závěrečné fáze vaření jsme si už nachystali strouhaný sýr – nejlépe Gruyère. Pokud nemáte, použijte „à la Babica“ alespoň eidam. Ovšem nezapomeňte pak u večere světoběžnický utrousit, že Gruyère by byl jistě lepší...

Nachystáme si i bagetu nakrájenou na kolečka (anebo bílý tousek, anebo rohlíky „jako na jednohubky“). Rozložíme je na pečicí plech (tip: abyste to pak nemuseli drhnout, položte na plech nejprve pečicí papír) a posypeme bohatě sýrem. Předem rozežřejeme gril na plné koule (pozn.: gril bývá s největší pravděpodobností v troubě, a jak se to dělá, na to se předem nenápadně zeptáme manželky) a plech s bagetkami a sýrem pod něj na tři minutky šoupneme. Aby se vše pěkně rozteklo a zapeklo.

Mezitím nalejeme polévku do misek a na hladinku následně položíme kolečka právě zapečené bagetky se sýrem. Nezapomeneme překvapit a získat pár bodů za estetiku tím, že nahoru ležerně pohodíme snítka tymiánu. Voní to, a navíc to vypadá romanticky! Servírujeme.

Máme takovou radost z dobře vykonaného díla, že sáhneme pro druhou láhev toho skvělého bílého a umocníme tak celkový zážitek. To by v tom byl čert, aby nebyl.

Jako druhý chod bych volil rychlá, na prudko opečená kachní prsa s jablečným pyré, bílým pepřem a šfouchanými brambory. Ale to už se sem nevejde. Kdyby vás to ale, chlapi, zajímalo, rád se o zkušenosti podělím. Jde nám přece o stejnou věc – spokojenost našich rodin a pár kladných bodů do deníčku.

Dobrou chuť! ■

Karel Dohnal

Pohled z druhé strany sporáku aneb Jak to vidí žena Andrea

Můj muž vaří velmi dobře, chutně, v kuchyni si píská, zpívá, nebojí se žádného receptu. Pokrm během přípravy permanentně ochutnává; máme rádi sushi, a tak nám ho čas od času připraví, taky thajskou polévku Tom Kha Kong, tu nám dopřává zvláště v zimě; dokáže ovšem během přípravy jídla provětrat hodně nádobí a poznám pouhým okem, v jaké skřínce operoval. Vlastně není místo, kde by v kuchyni nebyl nějaký otisk jeho přípravy, ale výsledný pokrm je vždy výborný, a tak budiž mu odpuštěno, že pak dávám kuchyň do původního stavu, hlavně když papíry nás všech byly pohlazeny kulinářským zážitkem. A

když je toho nádobí na mě přece jen moc, tak usedám ke stolu ke kuchyni zády a koukám na své holky, jak si pomlaskávají... Když se mě koncem týdne devítiletá dcerka zeptá, jestli bude táta o víkendu doma a kdo bude vařit, je to známka toho, že těstovin a salátů od maminky už má dost a chtěla by kus pořádného masa. A protože konec týdne se právě blíží, tak nás čeká o víkendu určitě nějaký pokrm s vínem. Máme čas sv. Martina, tak to odhaduji na „Coq au vin“... Bon appétit! ■

Andrea Dohnalová

Podzim hraje všemi barvami



Mám ráda podzim, narodila jsem se na podzim, mám ráda tradiční trojkové akce, i když, přiznám se, nejraději volím ty, kde se nepředpokládá přesprilíšná masová účast. Inu, už nemám ten správný věk na to, abych se tlačila davem lidí,

a vlastně jsem na to ani nikdy neměla tu pravou průbojnou povahu. Především však mám ráda Mírku Černou, a tak se několikrát do roka vzepnu a navštívím některou z jejich báječných akcí. Ale protože jsem leckdy člověk nedochvilný, na Podzimní slavnost jsem dorazila s parádním zpožděním, tudíž jsem se necítila být v právu povolána k popisu této akce. Naštěstí mám ráda také úžasnou Veroniku Drdlovou a vím, že i když se často škádlíme, má ráda i ona mne a napíše pro mne... snad cokoli? ■

Zuzana Sadílková

Podzimní slavnost v N3

Poslední zářijový týden byl Brebta při tom a my samozřejmě také. Přišli jsme asi hodinu po začátku, přesto jsme stihli obejít tři připravené dílničky a užít si občerstvení i pohádku.

Kluci se tentokrát snažili, a tak jsme si vyzkoušeli vše. Vystříhali barevná jablíčka z utěrek na nádobí (což byl super nápad) a nalepili je na velké papírové jablko. Ještě teď nám jablíčko visí na vchodových dveřích jako symbol podzimu.

Donedávna tam visel i řetěz z navlečeného listí, jeřabin a korálků, který jsme vyrobili na stanovišti číslo dvě. Když neseschlul a mírně neshnil, visel by tam dodnes. Užili jsme si i třetí dílničku, kde jsme si pomocí barev a razítek z brambor natiskali ubrusky.

Divadélko s Mirkou a Vašíkem v hlavní roli bylo opět zábavné a interaktivní. Kolikrát se vám poštěstí vidět příběh o tom, jak všichni tahali řepu? Totiž sedláka Řepu. Z hospody.

Je ovšem třeba napsat, že to nebyla jen tak obyčejná tradiční akce s dílničkami a Mirčinou pohádkou. V jejím průběhu bylo možné ochutnat výbornou dýňovou polévku se smetanou od Markéty nebo Jolči (neodvážím se napsat, která byla lepší, obě byly výborné), super bramboráčky usmažené Vaškem a později i samotnou paní ředitelkou Editou, popcorn, švestkové koláčky a Zuzčin křehký, ač jemně připálený (jak sama tvrdila) jablečný koláč.

Dýně a poslední švestky nám připomněly blížící se podzim, ale netruchlili jsme a pěkně jsme si to všichni užili. ■

Veronika Drdlová



4x foto: Rejka Balcarová

Jak se jí na burze?

Nepřavidelně, většinou v letu a hltavě, ale kvalita podávaných pokrmů je vždy senzační! Tradičně oslovujeme vyhlášené restaurace Kreativní Jolča a U upovídáné Jany, které už od nás získaly několik michelinských hvězdiček. Tyto restaurace si nekonkurují. Každá se specializuje na jiný typ pokrmů. V případě potřeby (stalo se právě na Podzimní burze) jsou schopny a ochotny se dokonce zastoupit.

Dalším výrazným gastronomickým zážitkem byl koktejl podávaný v sobotním poburzovním baru. Díky nápadu Vlastíka Janečka, z ingrediencí nakoupených Vítkem Vokrouhlíkem a za finanční podpory obou pánů jsme mohli ochutnat Moscow Mule a la V + V. Dokonalý nápad, dokonalé provedení.

MOSCOW MULE

vodka, šáva z limetky, zázvorová limonáda, led, plátek salátové okurky

Při letošní Podzimní dobročinné burze oblečení a potřeb pro děti se sešel rekordní počet nakupujících (275) a dosáhli jsme nejvyšší úspěšnost prodeje na Podzimních burzách (47%). A na to jsme pyšní a pyšné! ■

Markéta Vokrouhlíková



Ilustrační foto

Malý jídelní report z Martinských světýlek

Když se řekne jídlo a tradiční akce, představím si stůl ve velké herně plný různých dobrot od návštěvníků. Proto když jsem dostala úkol degustovat na Martinských světýlkách a poté napsat kritiku, byla jsem překvapená, až mírně zklamaná, když jsem vešla do velké herny a zjistila, že můj oblíbený velký stůl zmizel. Místo něj tam stály dva malé stánky – s vínem a s klobáskami.

Přesunula jsem se proto alespoň na chvíli do keramiky a ochutnávala Mirčiny skvělé tradiční perníčky, které děti potíraly jedlou barvou. Do velké herny jsem se ale po chvíli vrátila a nakonec jsem si s panem salámkářem příjemně popovídala. Byl z firmy Forucci, která pro nás připravila milán-

ské minisalámky, španělské chorizo a prosciutto s rukolou na tyčinkách. Vyprávěl, že minisalámky jsou nejlepší do auta. Převážíte je v chladicím boxu, v zácpě si je otevřete a výborně prý pomáhají proti stresu. ☺

Víno bylo od značky Vinium Velké Pavlovice. Ač jsem spíš na růžové, vyhrálo u mě Veltínské zelené. K vínu nemám moc co dodat, všechna byla dobrá a je na každém, komu co sedlo. Samozřejmě nesmím ve spojení s Martinskými světýlky zapomenout zmínit rohlíčky, které nechyběly ani letos. Recept seženete v loňských číslech Brepty nebo vám ho rády poskytnou ženy v kanceláři. ■

Kiki Rudišová

Breptova reportáž

Papám, papáš, papáme aneb Urví si, co můžeš!

Jedním z trojkových historicky nejstarších programů jsou dopolední komponované dýchánky Mrňouskové a Batolátka. Mrňousci chodí ve středu, jsou mladší, jeden až dva roky staří. Batolata zabírají hernu vždy ve čtvrtek, jsou dvou- až tříletá a jsou to už docela machírci a slečinky. Existuje nějaká statistika, kolik dobrovolnic a dobrovolníků a jejich dětí za ta léta na programu pracovalo, kdo se patlal s výtvarnými aktivitami, kdo byl více pěvecky a ideálně i hudebním nástrojem obdařen nebo kdo jen šudlal v kuchyňce svačinku?

Jen pro upřesnění: tato dopoledne vedou trojkoví dobrovolníci, nadšenci a dobré duše, pomáhat sice může skoro každý, ale ne každý opravdu vydrží ukočírovat děti, sebe, maminky, výjimečně nějakého zbloudivšího tatínka, program...

Když jsem měla malé děti, jako návštěvnice jsem se párkrát Batolátek či Mrňousků zúčastnila. Musím přiznat, že to nebylo nic pro mne. Prodírala jsem se davem hlučných maminek a ještě hlučnějších dětí. Možná že tomu nebudete věřit, ale tehdy, je to asi před sedmi lety, bylo v návštěvním formuláři vyplněno až třicet řádků jmen! Neuvěřitelné maso! Na to slabší povahy jako já prostě neměly.

Později jsem se dala zlanářit Danielou Volejníkovou... Jsem prý taková šikovná... Já ale neumím na nic hrát a zpívám sice ráda, ale nic moc... To vůbec nevádí, budeš dobrovolník, ne lektor... Já ale vůbec neumím kreslit... To nevádí, to může dělat někdo jiný... Já vlastně neumím ani vařit... To nevádí, stačí nakrájet jablíčka a vysypat piškoty... Já to teda zkusím... Daniela byla báječná a já nakonec na Batolátkách hrála dokonce i divadýlka a mám pocit, že ráda. Víte, že jsem původně chtěla psát o jídle? Nějak sentimentálně jsem se zasnila...

Měla jsem nápad. Oslovit současné tvůrkyne středečních a čtvrtečních dopolední a zjistit, co je zrovna „in“, co prostě frčí, co jede, co se baší, po čem se můžou utlouct naši současní mrňousové a batolata – a kdo že mi to prozradil natotata? Madlenka Kvízová, 1 rok (Madlenka zatím neumí psát, proto pomohla maminka Majka.)

Ke společné svačtině v Nové Trojce mohu říci snad tolik, že ji všichni moji vrstevníci berou jako soutěž. Čím více si nabere kousků jablek, banánů či mrkví od ostatních, tím víc bodů získáváme. O pití to platí dvojnásob, a tak se snažíme vyhrát. Já osobně preferuji taktiku urvat co nejvíce piškotů, které vhodně prokládám banánem a zapíjím pitím ode všech soutěžících sousedů. Když se mi sousto nelíbí nebo mi zrovna překáží v ruce ve chvíli, kdy mám plnou pusku jiných dobrot, bez uzardění jej pouštím a nepohodlný kousek čehokoli letí

na zem. Myslím, že dospělí diváci ocení, když soutěžící na zem odloží co nejvíc hamání, papání, ňamek a tekutin. A tak se snažíme. Někdy se v zápalu boje stane, že za jídlem se poroučí ze židličky i některý ze závodníků. Celkově vzato lze konstatovat, že souboj s názvem „svačina“ je téměř doslova na ostří nože a že mi tento nekompromisní způsob boje velmi sedí.

A jedna z vůdkyň Mrňousků, Šárka Vlčková, svůj vztah nejen ke svačince promítla dokonce do básně...

*Cvičeníčko s Mrňouskama,
to je velká zábava,
hrají si a skotačejí,
to však každá máma zná.*

*A když přijde na papání,
očka zbystrí na to šup,
posadí se ke stolečku,
„nošte na stůl, cupy cup“.*

*Křupinky a piškotky,
to jsou naše dobrůtky,
jablíčko a banánek
dá si každý mamánek.*

*A když něco na zem spadne,
není to přec závada,
ofoukne se, opucuje,
i tak se to spapat dá.*

Děkuji Šárce a Majce za skvělé příspěvky. Nezbyvá mi než popřát všem současným i těm budoucím mrňouskům a batolátkům, aby jim to dobře kreslilo, zpívalo, tančilo, ale hlavně svačilo! A můžu mít ještě prosbu? Zavzpomínejte se mnou na ty bývalé... Bylo jich mnoho a jsem moc ráda, že i když trojkoví dobrovolníci přicházejí a odcházejí, M+B zůstávají. ■

Zuzana Sadílková

*K sousedovi do talířku
sáhne každý mrňousek,
„dej sem křupku, jabko, banán,
nee, to je moje, tak jsem řek“.*

*Dívat se, jak děčko papá,
každá máma přivítá,
čajíček si pocucává,
sem tam zobne, ochutná.*

*Poklábosí, popovídá
s ostatními mamčama,
že to dítě roste z vody,
vždyť však toho spořádá!*

*Po svačince zpět do herny,
neskotačit, neběhat,
máme plná bříška, koukej,
až pak bude zábava.*



Ilustrační foto

Venda a rum

Brepta rád jí. Brepta má rád žižkovské hospůdky a bary. Brepta nejradši chodí do Venda baru v ulici Želivského, poblíž tram zastávky Biskupcova, hned vedle skvělé cukrárny Smis. Vládce Venda baru je Václav Černý.

V Nové Trojce bych nenašla duši, která nezná Venda bar. A kdo ho zná, má ho rád, rád tam jí a pije, tráví večery po burze, věncích, wellness dni, novoročně večíruje, bootcampově večíruje, paří v něm, tančí v něm, občas se tam někdo svléká, prostě ve Vendovi to žije jako v pravém žižkovským pajzlíku.

Ahoj Vašku, můžu s tebou udělat rozhovor do Brepty? pravděpodobně bych náš rozhovor začala touto otázkou... Ale osud tomu chtěl jinak...

Páteční večírek v plném proudu, měla bych Václava vyslechnout pro svůj rozhovor, ale nějak se mi nechce, dobře se bavím, a tak to furt odkládám. Až po půlnoci k našemu stolu přisedá sám velký barmistr, přichází má chvíle a zaútočím.

Kdy jsi Vendu otevřel?
21. 12. 2001.

Kdo byl prvním hostem?
Pepa Jenčík.

Co nejradši jíš a piješ?
Rum a rum.

Kdy jsi pochopil, že si Mirku vezmeš za ženu, že ona je ta pravá?
Hned.

Proč vaříš přímo za barem?
Nevím.

Není to tím, že by se sem kuchyň prostě nevešla?
Ano, to bude tím.



Co obsluha, kdo ti pomáhal, jak šel čas?

Zpočátku tchán, Mirčin otčí, teď je tu už dlouho švagr Radek.

A Hrabě?

Už dost dlouho chodil jako host, tak prostě přešel na druhou stranu.

Co si lidi nejvíce objednávají?

Před výplatou mix gril, protože je levnej. V sobotu panenku a teď jde nejvíce krkovice – proč, to nevím.

Co by sis nejvíce přál?

Rum a travní traktor.

Bezva, na ty podmínky, ve kterých má první část rozhovoru vznikala, docela dobrý. Teď už Vaškovi jen párkrát zavolám a doladím, co by mě i čtenáře ještě zajímalo...

Volám ve středu, Vašek nemá čas, ale pošle mi něco mailem. Nepošle.

Aspoň mi řekni, kde ses třeba narodil?

Narodil jsem se z vagíny, a proto se tam tak rád vracím.

Volám v pátek, Vašek zrovna nemá čas, ale bude ho mít za hodinu. Nebude. S Vaškem už se nikdy nespojím... A to jsem na něj měla jen jedinou otázku. Zněla by tak vznešeně... Jak se máš?

KDO JE VÁCLAV ČERNÝ

Lidový žižkovský filosof, hospodský, rodák z Flory, absolvent hotelovky, asi DiŠ., manžel Mirky, otec tří synů, majitel krásné nemovitosti ve Velkých Popovicích, majitel Venda baru. Je prošedivělý, je mu něco přes čtyřicet, vysoký, upřímný, usměvavý, sarkastický. Má rád rum a travní traktor, pravděpodobně není sportovně založen. Vlastně v zimě jezdí s rodinou na hory, kde zřejmě lyžuje.

(Pozn. autorky – veškeré informace jsou domněnky, úvahy, možná i nesmysly.) ■

Zuzana Sadílková

Malý kuchař – Václav Černý jr.

Vašík Černý (12) vaří už asi pět let. Začínal v kurzech ve škole a nyní vaří doma pro radost podle kuchařky od tety. Ohledně své budoucnosti si zatím není jistý a pokládá si otázku – být kuchařem po otci, či se stát kleptománem?

Na kleptomana zatím netrénuje, není si ovšem ani jistý, kde by v dospělosti pracoval, kdyby vystudoval na kuchaře. Pizzerie je nuda, protože se tam dělá jenom pizza, a ve fast foodu je smrad. Po dokončení základní školy plánuje jít na střední školu hotelovou nebo kuchařskou a pak rovnou do práce, protože vysoká škola je podle jeho slov moc těžká. I bez speciálního studia je však v raném věku schopný uvařit slaný štrúdl, kuřecí stehna, brambory nebo pudink. Když se mu chce, prostě si zajde nakoupit. Vaří, když na to má chuť a chce to zkusit. Když potřebuje poradit, zeptá se otce, matka umí jen perníky a ohřívát hotové pokrmy v mikrovlnce. Zeptala jsem se, jestli vaří jen pro sebe nebo i pro celou velkou rodinu. Vilda prý jeho jídlo nechce, Vojta si občas dá a na mámu s tátou nic nezbyde. Naposled vařil včera pizzu, kterou má rád stejně

jako cordon bleu nebo buchtičky se šodó. Co se týče zbytku rodiny, ví, že maminka má ráda chleba s máslem a margot tyčinkou a tatínek rum.

Jako bonus pro čtenáře nardiktoval Vašík dva recepty:

Pribináček – šlehačem vyšlehat smetanu, 4 vanilkové cukry, 4 lžičce normálního cukru a 2 polotučné tvarohy. Pak se přidá ovoce podle chuti.

Hamburger – vezmou se masitá rajčata, oloupe se okurka hadovka, táta koupí housky v nejménovaném obchodě, kam Vašík ještě nemůže, všechno se to dá s masem do sebe a udělají se k tomu hranolky. Vašíkův tip na závěr: Hranolky dělejte ve friřáku, pánev je na nic. ■

Kiki Rudišová



2x foto: Rejka Balcarová

Petra a Andrea Erneyei a jejich palačinky

Jazzová zpěvačka Petra byla Breptou přepadena se žádostí o rozhovor právě v okamžiku, kdy se připravovala na vystoupení se swingovou kapelou Harlemania. Když jsem Petru viděla každou pauzu v obležení vlastních dětí, které měla s sebou, neměla jsem to srdce zpovídat ji na místě.

Přesto jsem zjistila mnohé:

Petra je útlá krasavice s úžasným hlasem, mladší sestra Andrey, jazzová zpěvačka, herečka, spolu/podnikatelka v oblasti gastronomie, a to je jen malý výčet jejich životních rolí.

Jak je to tedy s těmi palačinkami?

Nejsou to žádné palačinky! Jsou to velejemné pravé francouzské galetky, vyráběné podle originální receptury, kterou si sestry Petra a Andrea přivezly z kurzu přímo ze země původu. Jsou slané z pohankového těsta nebo sladké z pšeničného a plnit se dají tolika způsoby, až se vám z toho točí hlava. K dostání jsou na farmářských trzích: na Náplavce, na Jiřáku i na dejvickém Kulafáku.

Podruhé jsem Petru ulovila i s její sestrou. Stavěly právě stánek na Dejvické a nebylo pro ně úniku z Breptových spárů. Exkluzivní odpovědi Petry, která dovede strhnout zájem kolemjdoucích jako pravá hvězda, perfektně doplňovala manažerka Andrea.

Jaké druhy palačinek vlastně nabízíte?

P: Slané se špenátem, nivou, ořechy, francouzskou klobáskou, šunkou, sýrem, slaninou, lososem, koprem, smetanou, rajčaty...

A: Sladké s pravou čokoládou, nutellou, domácím biodžemem, banány, karamellem, jablky se skořicí, javorovým sirupem, likérem Grand marniér, kaštanovým krémem...

A ingredience si můžete zkombinovat podle vlastní chuti a momentální nálady.

Jakou kombinaci považujete za nejvíc netradiční či zvláštní? (Já byla v šoku z vynikající chuti džemu s čokoládou.)

A: Vsadily bychom na náš domácí karamel, s oříšky a ručně sbíranou francouzskou solí.

Nepředjedly se vám? Jakou máte nejraději?

P: Ani náhodou! Můžeme je jíst pořád. Já mám nejraději špenátovou s nivou a ořechy.

A: Přestože se mi o galetkách i zdá, rozhodně se mi nepředjedly. Záleží na tom, kdy si je chce dát. Ráno radši sladké, k obědu vydatnější slané...

Co kromě palačinek rády jíte?

P: Opravdu dobré steaky a ryby.

A: Sushi, ale fakt originální. Nejlépe v Japonsku. V Praze jsem

ho ještě neměla odvahu zkusit.

Co byste naopak do úst nevzaly?

P: Mlíkovou polívku. Brr.

A: Buchtičky se šodó.

A nejm vepřové, ale nikoliv kvůli chuti.

A bez jaké suroviny (kromě soli ☺) byste se v kuchyni neobešly?

P: Bez vývarů a bez rýže.

A: Bez másla, to je ve francouzských jídlech zásadní. A já mám za muže Francouze.



Sestry Petra a Andrea

Opravdu se se sestrou nehádáte? Ani když jste byly malé?

P: No... když už to musíš vědět... Já jsem používala fyzický teror, Andrea zase psychický.

A: A teď je to naopak.

Obě: Ale vážně. Mít sestru je výjimečné, je to zkrátka rodina – leccos si k sobě dovolíme, ale mnoho si taky odpustíme, protože se máme opravdu rády.

A jak spolu vycházejí vaše děti? Vídají se často? (Petra má desetiletou Adélku a sedmiletého Šimona, Andrea sedmiletou Eliu a čtyřapůlletého Rafaela.)

A: Vídají, jsme taková široká rodina. A mají se taky rády. Můj syn s dcerou se vzájemně respektují...

P (upřímně): To moje děti se mydlej.

Vypadá to, že nevíte, kam dřív skočit. Jak to stiháte?

A: Vstávající lehající blahořečíme naší mamince, pomáhá nám s dětmi. I manžel se stará...

P: Já jsem sice na děti sama, ale mám sestru a maminku. Zvládáme to, je to otázka dobré organizace.

Dovedeš si představit, že by se o ně starala cizí chůva a vy je viděly třeba jen chvíli před spaním?

A: Tak to tedy ne. Takhle to naše podnikání rozhodně nebylo myšleno. Právě proto, že jsme dvě a je to živnost, tak si můžeme čas zorganizovat tak, abychom s dětmi být mohly. Když ne večer, protože je akce, tak odpoledne.

P: To, co děláme, je náš rodinný byznys, rodina do toho musí zapadat. Takže nepotrvá dlouho a děti budou palačinkovat taky. Chodí s námi na akce, moc se jim to líbí a jsou na nás pyšné.

Petro, variace na neřešitelnou volbu: Představ si akci – stejná prestiž, stejný peníz – buď bys mohla ty osobně zpívat, nebo osobně péci palačinky. Co by sis vybrala?

P: Zvládnou přece obojí! Pusou galetky nepeču!

Jak relaxujete?

P: U amerického či anglického Faktoru X. Nebo třeba na masáž.

A: Byla jsem teď dvakrát v kině, byly dny francouzského filmu. No a taky relaxuju spánkem.

Andreo, ty jsi do Trojky chodila s dětmi. Co bys Breptovi a jeho čtenářům vzkázala?

A: Trojka je výborná, je vidět, že to tam žije, a je tam příjemná atmosféra. Mít dítě na kroužku a s druhým mezitím pobýt v herně a dát si přitom třeba kafe, to je výborná věc. Nabízíte prostě dobrý produkt. Jako jsou ty naše galetky. ☺ ■

Jolana Kurzweilová



2x foto: archiv P. Erneyei

Veřejné odhalení

Anketa o tom, co by kdo nevzal do úst, mne přiměla k zamyšlení. Vařím ráda a hodně. Ráda si o vaření povídám a čtu. Považuji se za labužnici. Akorát nevím, jestli jsem gurmetka*, či gurmánka*, sežeru totiž kde co. A ještě mi to chutná.

Takové vepřové ocásky (ne, nejsou to ty zakroucené konečky prasete, je to vlastně nejméně úhledná kotletka) jsou, správně upečené, mana nebeská. Ale co ocásky! Nožičky, dlouho a pomalu vařené, s divokým kořením a kapkou octa – a máte pochoutku mého dědečka, sulc jako vyšitý. Sním i jazyk – vepřový nebo hovězí. Uzený a s bramborovou kaší je úžasný, hlavně ta špičička, tu jsem vždycky jako malá dostávala bonusem. Dršťky nejen vařím, ale i požívám – ve formě polévky, v níž hustota masa nahrazuje zahuštění jíškou (kulinářská zásada, s níž můj muž, milovník dršťkovky zahuštěné, nesouhlasí), a chystám se i na dršťky zadělávané. Ledvinky či játra na cibulce s rýží – sliny se mi sbíhají, jen o tom píšu. Hovězí morkové kosti, víte, co s nimi dělám? Nejprve je v troubě rozpeču a horký morek slupnu vydatně osolený a opepřený s měkkým čerstvým chlebem. A s upečenými kostmi šup do hovězího vývaru – posílí ho k nevíře. Z drůbežích srdíček či vepřového srdce je skvělý guláš. Kuřecí kůži nesundávám, ale slanou a do křupava vypečenou si, k hrůze své dcery, doslova vychutnávám. A teď pozor – jsem ochotna koupit, odblanit, vyprat, tepelně upravit a sníst i vepřový mozeček. Škvarky a pomazánka z pečeného bůčku jsou ve srovnání s těmi

všemi zhůvěřilostmi v zásadě už jen takový drobný poklesek proti zdravé výživě.

Tak nevím. Buď se mě teď mé skoro vegetariánské trojkové kolegyně budou tak trochu štítit, nebo uznají, že jsem propagátorka (staro)nového trendu „od čumáčku po ocásek“, který velí neplytvat jídelm a zvíře spotřebovat celé (vážně, to, co jíme, jsou ve skutečnosti zvířata, i to dietní zadní hovězí a libová vepřová panenka). Koneckonců, jak praví starý vtip: já jím jazyk, i když ho už někdo měl v hubě. Ale vy nenamítáte nic ani proti vejčičkům!

**Nějaký franštinář na webu je toho názoru, že toto rozdělování je blbost, a tvrdí, že „Rozlišování gurmán/gurmet si vymyslelo pár snobů, aby si zvedli sebevědomí, že jsou něco víc než ostatní. Skuteční labužníci a kulináři si s tím hlavu nelámou, s klidem si říkají gurmán, nebo jakkoli jinak, nebo vůbec nijak“.* ■

Jolana Kurzweilová



Foto: Markéta Vokrouhliková

Kulatý fenomén aneb Dej piškot!

Ano, znáte ho všichni. Je malý, žlutý, kulatý, nesmrtečný, pravděpodobně první sušenka, kterou naše ústa okusila, a když vidím svou skoro devadesátiletou babičku, jak piškoty pomalu namáčí do mléka, usuzuji, že možná i poslední... Nerada bych se rouhala, ale piškot je pro mne něco jako tělo páně...

Piškot je mým denním chlebem. Jím ho, nabízím ho, doplňuji jím plechovou pikslu s motivy růží, ve které bylo původně čajové pečivo. Několik let vedu v Trojce cvičení pro rodiče a děti, někteří z mých bývalých cvičenců jsou dnes už školáci, některé maminky ke mně chodí cvičit již se svými druhými i třetími ratolestmi. Tyto statečné ženy zaslouží skutečný obdiv. Představte si, že i když se snažím své hodiny inovovat, měli byste sílu třeba deset let, s malou přestávkou na porod a šestinedělí, kutálet bramboru, roztáčet kolo kolo mlýnský, dělat zajíčka ve své jamce nebo dávat bacha, aby vaše děťátko neuklouzlo na padáku nebo dokonce nespadlo ze (ti starší) / do (ti mladší) švédské bedny?

Rozdávání piškotů je naším závěrečným cvičebním rituálem. Nevím, kam až sahají kořeny této tradice, zřejmě bude jakousi piškotovou pramáti legendární trojková žena Mirka, která – ačkoli biologicky mladší než já – je prakticky zkušenější a v Trojce služebně starší.



Ilustrační foto

Je vůbec správné odměňovat za něco, co by mělo být radostí samo o sobě? Hezky zacvičíš, budeš hodný a piškot tě nemine! Přiznám se, s tím jsem měla trochu problém a občas se k tomuto systému odměňování kriticky postavila

i některá z maminek. Ale zrušit dětem léty prověřený, milovaný piškotek? Při představě, že jednou takhle přijdu do tělocvičny a oznámím „konec piškotů v N3“, to bych si to rovnou mohla jít hodit!

Poslední dobou se piškot snažím tematicky prosadit do pohádky, kterou vždy na konci cvičení povídám. Tak třeba... Karkulka s babičkou a myslivcem slavili vítězství nad strašlivým vlkem, posílili se po tom výkonu vínečkem, bábou a také piškoty! A my si dáme na posilnění po náročném cvičení také piškoty! Zde jen pro pořádek musím upozornit, že v mé verzi Karkulky vlk neumírá, to sice s piškoty přímo nesouvisí, ale pro mne je to zcela zásadní a nemohu to neuvést...

Piškot patří ke cvičení rodičů a dětí jako Křemílek k Vocho-můrkovi, jako nůž k vidličce, jako muž k ženě, a nač si dělat klamně iluze, je vlastně tím hlavním! Konkurovat mu může ještě tak razítko kočičky, ale to opravdu jen ve výjimečných případech chronických nejedlíků, takové jsem poznala asi dva ze stovek dětí, které mi prošly tělocvičnou.

Že piškot je vskutku to, oč tu běží, rozuměj je tím důvodem, proč děti cvičit chodí, proč to se mnou vydrží, mi potvrdil jeden z mých velmi oblíbených cvičenců, se kterým jsem si, já bláhová, pěstovala hezký přátelský vztah. Byly mu tehdy už skoro tři roky, byl to mazák, který brzy nastoupí do školky, a na vždy se opakující otázku „ahoj, jak se jmenuješ?“ bez mrknutí oka odpovídal celým jménem, klidně i připojil jména všech členů rodiny, svou adresu a málem i telefonní číslo. Až do onoho osudného dopoledne... Nevím, zda ovlivněn vyšší mocí nebo jen kručícím žaludkem, na mou lehce vtíravou a chápu, že už řádně otřepanou, otázku na jméno na mě bez okolků vybalil: „DEJ PIŠKOT!“

Zdravím tě, Marečku, a doufám, že piškoty máš stále rád... ■

Zuzana Sadílková

Co nikdy nesežeru

Upozornění hned na začátek a pro pořádek... V tomto textu nebudeme papat, ale žrát.

Nevím, jaký máte vztah k jídlu, ale já až v dospělosti zjistila, že existují lidé, kteří jídlo milují, užívají si ho, přemýšlejí o něm, klábosí o něm, zapisují si recepty, sledují pořady o vaření, prostě tak trochu žijí proto, aby jedli. A tím se nechci nikoho dotknout, připadá mi to báječné a mne to překvapilo, obohatilo a ovlivnilo. Občas vařím.

Ovšem když jsem byla malá, v naší rodině se spíš jedlo proto, aby se žilo. Jídlo bylo nutností, abychom nepošli hladem. Jinak celkem jedno, jestli bude k večeři chleba s paštikou nebo párek nebo krupicová kaše. Ale pojďme od začátku...

Mám starší sestru a mladšího bratra a oba sežerou všechno. I tlustý maso. A já se vymkla, byla jsem děsně vybíravá. Pamatuji si, že jako jediná z rodiny jsem nejedla bramborové špalíčky, šišky s mákem (ty jsou totiž taky z bramborového těsta), měkké sýry, jogurty a za nejhorší záležitosti dodnes považuji již zmíněný tlustý maso, ale ještě horší – teplý mlíko se škraloupem a na vrcholu hnusoty byl pudink! Už ten název mne přivádí do křeče. A má to taky škraloup, brrr škraloup, strašný slovo...

Ale to jsem odbočila. Ležerní, až povrchní vztah k jídlu jsem zřejmě převzala po otci. Moje maminka jí skromně, ale ráda.



Ilustrační foto

Zato tatínek... Jeho stravovací návyky, úlety, pokusy by vydaly na knihu. Já bych je shrnula do jediné věty – žrádlo k životu nepotřebuju! A tak byl táta léta vegetariánem, bytem se nám vznášel trvalý odér cibule a česneku, vždycky jedl hrozně málo a třeba dodnes považuje za zbytečnost si k jídlu sednout, vždyť je tak praktické jíst v kuchyni nad dřezem! A když jsem ve stoje jedla já, odnesla jsem to mamčinou kritikou, že budu mít tlustý nohy.

V pubertě jsem milovala rohlíky a oříšky v čokoládě. Rohlíků jsem sežrala sedm na posezení, vždycky jsem nejdřív kruhovitě ohlodala kůrku a pak mi zbyl ten super střed. Dnes mám nejradši kuřecí řízek, ten se u nás nedělal, a bramborák, to je má celoživotní láska.

Překvapilo mne, jaké množství lidí (žen) se štítí červů.

„Do pusy bych nedala červa,“ říká Markéta. „Nikdy bych nesežrala lžiči plnou hýbajících se červů,“ říká Marika. A Verča je vůbec fajnovka, nedala by si červa ani smaženého. Mezi oslovenými ženami se antipochoutky hodně opakovaly. Vedou jednoznačně dršťky! V těsném závěsu následují býčí žlázy, vemínko, mořské plody, brzlík, játra, syrové vejce, volský jazyk, houby, špek, tlustý maso, tatarák, červené fazole, nudle s mákem, škvarky, celer a mrkev v polívce. A Helenka dokonce nerada divočinu, nevím, jestli se jí víc ekluje zajíček nebo kanec...

Chutě dětí jsem raději hlouběji nezkoumala, to by vydalo na román. Každý pes, jiná ves. A proč jsem se tentokrát vůbec neptala mužů, nevím, ale nemyslím si, že bych byla nějak zaujatá. Rozhodně jim chutnají jiné věci než ženám, třeba to tlustý, vnitřnosti a vůbec jsou celkově víc masově zaměřeni než ženy. Tipla bych si, že málokterý chlap pozře krupicovou kaši, a traduje se jakási antipatie mezi mužem a koprovou omáčkou.

Zato již zmíněná Verča si na koprovce uždí. Kupuje si ji v Ikea a plácá si ji na špagety. I další žrací kombinace si zaslouží uveřejnění. Nikol vše zapíjí mlékem – guláš zapíjí mlékem, pivo zapíjí mlékem, možná i mléko zapíjí mlékem. Zajímavé je to u Editky – v kině si pochutná na kombinaci popcornu a gumových bonbónků. Marika si uždí na rýži s kyselým zelím a na závěr opět Helenka: Můj muž má kecý na mou grilovanou zeleninu s balkánským sýrem. Jak to prý můžu žrát? Dobrou chuť! ■

Zuzana Sadílková

Kníry v N3

Dobrovolníci Nové Trojky se v listopadu připojili k hnutí MOVEMBER, díky kterému byly vypěstovány milióny knírů po celém světě. Cílem akce je zvýšit povědomí o rakovině prostaty, varlat a psychickém zdraví mužů. Seznamte se – zleva pákistánský student, sňatkový podvodník, Franta – traktorista a německý turista. ■



Foto: Markéta Vokrouhliková

LENKA KRENKOVÁ

Dobrá víla Nové Trojky, naše skvělá školičková paní učitelka a hlavně lektorka Výrazového tance, sběratelka prvních, druhých i třetích cen na tanečních soutěžích s dětmi odpovídala zvědavému Breptovi:

Lenko, kdy jsi začala tančit?

V osmi letech. Maminka, výtvarnice, mě přivedla do lidušky na kreslení a hned vedle byl pohybový sál... a já do něj



prchla a už mi to zůstalo. Chodila jsem do klasické taneční přípravy.

Jak se ti tančí s holčičkami v Nové Trojce?

Krásně! Moc se mi to líbí, baví mě to a je, myslím, taky. Někdy si dají pauzu, jdou zkusit něco jiného a pak se zase vracejí. ☺

Mohli by k tobě na Výrazový tanec chodit i kluci?

Copak o to, chodit by mohli. Ale za celou mou kariéru učitelky tance jsem měla v kurzu dva..., ani jeden nevydržel.

Jelikož středobodem tohoto Brepty je vaření a jídlo, ptám se tě – bez jaké suroviny by ses v žádném případě neobešla?

(bez zaváhání): Bez sýra.

Je něco, co bys ráda čtenářům a čtenářkám Brepty vzkázala?

Ať tancují, je to úžasné! Ty endorfiny... A už musím končit, běžím tančit.

Než Lenka odběhla, přece jen ještě odpověděla na nás, od minulého čísla tradiční, dotazník:

Červená nebo modrá?

Modrá.

Celozrný rohlík se sýrem nebo guláš?

Rohlík.

Pop nebo rock?

Rock.

Pivo nebo víno?

Víno, pivo nepiju vůbec!

Dovolená na horách nebo u moře?

Ani jedno, o dovolené tančím ☺ – přinejhorším to moře.

Kočka nebo pes?

Jednoznačně kočka!

Auto nebo motorka?

Auto, na motorce se bojím.

Vana nebo sprcha?

Jak kdy.

Sova nebo skřivan?

Sova.

Město nebo venkov?

Město, na venkově jsem ztracená.

Komedie nebo detektivka?

Detektivka.

Rembrandt nebo Kupka?

Oba, podle nálady.

Pro ženy: intelekt nebo sex appeal? (Původní otázka nebyla publikovatelná.)

Obojí! To k sobě přece patří. ☺

Bonusová otázka aneb Zeptej se a uteč: Euthanasie ano či ne?

Když vidím, jak by se někteří lidé mohli chovat, tak raději ne. ■

MARKÉTA JANOUŠKOVÁ

Úžasně pozitivní, energická, usměvavá, neohrožená lektorka Sportovní školičky a Tanečků pro nejmenší děti odpovídala zvědavému Breptovi:

Kdy jsi začala tančit?

V první třídě na základce a dosud jsem se to nenaučila. (smích)

Jak se ti tančí s holčičkami v Nové Trojce?

Je to paráda! Zrovna jsme začali valčík... Holčičky podupávaly a trochu se divily, že se to netancuje stejně jako polka. Tu už umí!

Mohli by k tobě na tanečky chodit i kluci?

Jasně že mohli! Jeden už chodí, můj Mariánek.

Jelikož středobodem tohoto Brepty je vaření a jídlo, ptám se tě – bez jaké suroviny by ses v žádném případě neobešla?

(bez zaváhání): Bez cibule.

Je něco, co bys ráda čtenářům a čtenářkám Brepty vzkázala?

Ať se holky usmívají! (A kdyby to četli chlapi, tak to platí i pro kluky.)

A jak Markéta odpověděla na nás dotazník?

Červená nebo modrá?

Zelená.

Celozrný rohlík se sýrem nebo guláš?

Guláš.

Pop nebo rock?

Rock.

Pivo nebo víno?

Víno.

Dovolená na horách nebo u moře?

Na horách.

Kočka nebo pes?

Pes.

Auto nebo motorka?

Auto.

Vana nebo sprcha?

Vana.

Sova nebo skřivan?

Sova.

Město nebo venkov?

Venkov. (Víš přece, že jsem vystudovala

rozvoj venkova a zemědělství dokonce na VŠ!)

Komedie nebo detektivka?

Detektivka.

Rembrandt nebo Kupka?

Rembrandt.

Pro ženy: intelekt nebo sex appeal? (Původní otázka nebyla publikovatelná.)

Intelekt.

Bonusová otázka aneb Zeptej se a uteč: Euthanasie ano či ne?

Ne. ■

Jolana Kurzweilová



2x foto: Nová Trojka

Jídelníček (post)moderní rodiny

Jsme moderní rodina. Máme doma myčku nádobí, mikrovlnou troubu, počítač. Třídíme odpad, nakupujeme na farmářských trzích, vaříme teplé večeře. Všichni máme e-mailové adresy, facebookovou stránku a v mobilu aplikaci WhatsApp na posílání fotek a vzkazů.

Všichni kamarádíme s Googlem. A díky googlovským sdíleným dokumentům má naše rodina elektronický jídelníček. Je to jídelníček sdílený. A jsem z něho nadšená...

Víte, je to krása mít na celý týden naplánováno, co se bude jíst, vařit, nakupovat. Nemuset se každý den ptát: „Na co máte dneska chuť? Chcete ke snídani toustý nebo chleba se sýrem? To nemyslíte vážně, že mám tenhle týden pořádně smažit řízky?“ Nemuset si lámat hlavu nad tím, jak zaimprovizovat večeři z obsahu poloprázdné ledničky.

Ráda si udělám takhle v neděli navečer hezkou chvíli s GoogleApps, naliju si skleničku vína a pak se nechám unášet plánováním chutných, voňavých, barevných, vyvážených a výživných kombinací rodinné stravy. A těším se, jak si užijeme pěkné chvíle u společného jídla.

Je to krása pustit si aspoň občas fantazii na špacír. Naštěstí se nemusím bát, že bych se rozjela do úplně nereálných výšin. Mám totiž velmi jasné mantinely. Na severu si silné pozice drží armáda všech neoblíbených jídel členů naší rodiny. Na jihu mě se vztyčeným ukazovákem usměřňuje zůstatek na

výpisu z účtu. Na východě mě do patřičných mezí vykazuje time management – jídla, u jejichž receptu je příprava delší než hodina, rovnou vypouštím. A na západě na mě mrkají pravidla zdravého vaření, která od nás odhání všechna éčka, glutamát, chemické konzervanty, umělá barviva, sladidla, zahušňovač, antioxidanty, pojidla, zlepšující přípravky, přírodně identická aroma a další hrůzy.

Náš život je díky jídelníčku stravitelnější, jasnější, jednodušší. Děti v něm najdou odpovědi na otázky: „Co budu mít ke svačině? Co máme dneska dobrého k večeři?“ Můj muž, který u nás dělá nákupy, si z elektronického jídelníčku snadno vytvoří nákupní seznam. A ten, kdo zrovna vaří, posiluje svoji důslednost tím, že v úterý opravdu udělá tousty, které jsou na úterý naplánované.

Zdá se vám, že je můj systém příliš dokonalý? Že mu chybí lidský rozměr? Už ne. Nedávno jsem si uvědomila, že nejdůležitějším pravidlem je být flexibilní. Plány jsou moc fajn, ale ZMĚNA je život! Mým vzorem se stává Simona Stašová v Pelíškách. O tom, co bude k večeři, napoví spíš to, co vidíš v troubě, než co vidíš v jídelníčku.

Zkrátka: Nemusíme být každý den moderní rodina! Někdy můžeme být i postmoderní! ■

Míla Kramná

Breptova reportáž

Ze stravování prázdninové školičky

To se nejdřív sežene solidní firma dodávající jen vynikající, bio a pro děti vhodnou krmí. Pak se ze zaslání jídelníčku zodpovědně vyberou jídla tak, aby byla co nejpestřejší – ryba, maso, zeleninka, těstoviny, rýže, aby se to neopakovalo a aby to bylo dobré. Po několika konzultacích je jídelníček odeslán, vytištěn a vyvěšen, aby všichni rodiče viděli, jak dobře se děti budou mít. K tomu se promyslí a naplánují svačinky tak, aby se poctivě střídaly slané a sladké, zeleninka i ovoce, bílkoviny i uhlohydráty, a prázdninová školička může, co se gastronomické stránky týče, vypuknout.



Foto: Nová Trojka

Nejprve je na řadě dopolední svačinka. Jogurt nejí nikdo, přesnídávkou skoro nikdo. Přesnídávkou ozdobená terčičkem z jogurtu je už úplně ble. Naproti tomu „kostičky“ – výrobek jako jogurt se jen tvářící – mizí do jednoho. Meruňky jsou kyselé, hroznové víno má, světe, div se, pečičky, jablko je tak polovinou děti vzato na milost. Tak zkusíme piškotky, ty děti přece jen papají, kukuřičné křupky s mlékem taky. Hurá!

Nastává oběd. Proboha, jen se jich, pane Hájku, neptejte, jestli chtějí ten sýr. Jakmile mají možnost něco nechťtí, nechťtější. Tohle my doma nepapáme, hlásí Honzík u každického jídla. Nedá mi to a musím se pak zeptat maminky – opravdu nepapáte brambůrky? Maruška zoufale hledí na mrkvičku v polévce. Ne, nemusíš to spapat, jenom ochutnej! Mně to nechutná, informuje nás Daník jako první a následují ozvěny – mně taky ne! To nejím! Já to nebudu! Tak to snězte bez chuti, radí rezignovaně paní učitelka. Nečekanou radou překvapený Daník nakonec přináší skoro prázdný talířek. A sláva, jsou těstoviny a omáčka! Někteří si i přidávají. Kdyby tak věděli, co je v omáčce rozmixováno: mrkev, celer, dokonce snad i cuketa. Prý že ji nejedí!

Odpolední svačinka už je jen ve znamení sundávání šunky či sýra z rohlíčků a ožulávání koleček okurky. Mléčko naštěstí pije skoro každý.

Inu, naše prázdninové školičky jsou vynikající zkušeností – nejen pro děti, ale i pro nás, pořadatele. Máme je tematicky zaměřeny, děti si jeden týden hrají na cirkus, další na pohádky, třetí na plavbu na ostrov. Napadá mě – co takhle týden hladu? Nepochybuju, že by na jeho konci mrkvička i sýr zmizely rychlostí blesku. ■

Jolana Kurzweilová

Svačinkový boxík

Nová Trojka, říjen 2013, schůzka redakční rady

„Svačinky ať napíše Markéta. To je její téma!“

Bránila jsem se, ale musela jsem připustit, že jsem opakovaně před kolegy v kanceláři bědovala nad osudem mých (s láskou připravovaných) svačin.

Fáze č. 1 (1. a 2. třída)

Zbožňuji přípravu svačinek! Do jedné krabičky ovoce, do druhé zelenina, půlka rohlíčku, malá sladkůstka, piříčko. Po návratu ze školy vyndáme z tašek prázdné krabičky. Nikoho z nás nenapadá, že by něco mohlo být jinak.

Fáze č. 2 (3. až 5. třída)

„Mamií, my máme spolužačku, která nosí ke svačině dva Brumíky, polomáčené sušenky a banánky v čokoládě – každý den!“ Trvám na svých krabičkách, jen malou sladkůstku měním v neošizenou porci radosti s vysokým glykemickým indexem.

Fáze č. 3 (6. třída, 1. pololetí)

Vstup na gymnázium. Dcery ve škole tráví až 11 hodin denně. Zvětšuji porce. Nespokojenost s obsahem krabiček narůstá, ale já stále nic netuším. Je víkend. Sháním se po prázdných krabičkách. Nastává tajemné vynášení odpadkových košů, v horším případě (mám-li bojovnější náladu) se rovnou vrhám na školní batohy. Válka zuří! „Jak to, že máš v tašce nektarínku z pondělí?! Tady je i houska a ještě jedna a další...!!!“ Následuje můj nářek a bédování, vyhrožování, pocity beznaděje. Otec souhlasně mlčí. Pláču...

Fáze č. 4 (6. třída, 2. pololetí)

Na gymnáziu bez svačin. Lítostivé pohledy na balíčky pro mladší sestru. Mám výčitky svědomí. Co celý den jedit? Hladověji, nebo si kupují jídlo (= koláčky, dortíčky, sušenky, zmrzlinu...) ve školním bufetu?!

Dohoda č. 1 – Opakování fáze č. 3

Dohoda č. 2 – Opakování fáze č. 3

Dohoda č. 3 – Opakování fáze č. 3.

Do příběhu aktivně vstupuje otec, který kromě vyžádaných slunečních brýlí vyzvednutých v šuplíku psacího stolu přiváží na chatu také odloženou celozrnnou housku v barvách trampského oblečení. Otec (!) křičí. Dcery pláčou...

Fáze č. 5 (7. třída, současnost)

Smíření, pochopení, kompromisy.

Vaše ideální svačinka?

Ovoce (nakrájené a nesmí se blemcat!), třeba jablko nebo tak, zelenina (mrkev je v pohodě, ale paprika je za chvíli taková oslzlá!), houska nebo chleba (nejlépe ciabatta s uzeným lososem a sýrem Philadelphia – je to drahé, tak alespoň někdy, hlavně žádnou krvavou šunkou!), sladkost může být (někdy, cha!), maminčiny koláčky (i pro spolužačky, děsně jim totiž chutnají), kváskový chléb, jogurtový nápoj, křehké chlebičky od Itala. Že mi to ale trvalo...

Nejlepší svačinky dělá táta! ■

Markéta Vokrouhliková

Jak nakrmit pět dětí a bestii

„Co to je?“ zní Haniččina lakonická otázka. „Večeře,“ odpovídám tradičně já. „Co v tom je?“ potřebuje identifikovat jednotlivé segmenty jídla, které jí nemine. „Všechno to, co jíte, miláčku,“ ještě jsem neztratila trpělivost.

Jídlo ve větších rodinách se vaří ve velkých hrncích, musí ho být dost a musí zkombinovat chutě různých individualit. Po vzoru pohádky o pejskovi a kočičce, kterák vařili dort, tam dáme kilo medu, kilo šunky, kilo nutely, kilo kysané smetany, dostatek hovězího a pytel fazolí. Za každého to, co miluje nejvíc. No a pak nám bude blbě, ale nikdo si nebude stěžovat, že tam chyběla ta jeho nejoblíbenější chuť!

Nakrmit šest regulérně hladových lidí obnáší splnění dvou základních podmínek. Za prvé musíte neustále nakupovat hromady potravin, které mizí před očima. A za druhé se obrnit proti pokusům odmítnat výsledky vašeho kuchařského snažení.

Pocházím z rodiny, kde teplá večeře byla v podstatě povinností. Každý den v půl sedmé se podával plný talíř teplého a dobrého jídla. Maminka vstávala ráno v pět hodin a vařila. Polévky, omáčky, domácí knedlíky, chystala zapečené plné pekáče, ke sváče nám vařila domácí pudink. Ve čtvrt na sedm večer zarachotil klíč v zámku, na zem dopadly těžké nákupní tašky a za 15 minut byla na stole dokonalá večeře. Jídlo se muselo sníst ihned a velmi často jsme nedobrovolně pořádali další a další knedlíky a plátky masa s obdivuhodným argumentem: „Přece to nevyhodím, dej si, Evičko, ještě jeden.“

Přisahám, že vstávám s velikou nechutí a nikdy, opravdu nikdy nevstávám kvůli vaření. Pokud se mi podaří dopotáčet se do kuchyně dřív než moje děti, nachystám jim snídani. Mám podmínku, aby nejedly každý den to samé, tak střídáme máznuté chleby s jogurtovými miskami, a když se zadaří, tak i s výsledky mého pečení. Jako třešinku na dortu dělá manžel o víkendů občas vajíčko na měkko (= pokaždé bezpečně uvařeno natvrdo), popřípadě míchaná vajíčka. Obědy se během všedního týdne odehrávají v institucích. Zaplať Pán Bůh! A já

jsem zodpovědná už jenom za večeře, které si obvykle promyslím, někdy i uvařím dopředu. Děti jsem postupně naučila jíst špenát, dušenou zeleninu, ryby, luštěniny, které zbožňuji já, a další neoblíbené potraviny. Pokusy jíst ve stejnou dobu ztroskotaly na manželově chronické nedochvilnosti a posléze na každodenní podvečerní improvizaci, která se u nás odehrává.

Čím víc dětí máme, tím míň řeším, jestli něco někomu chutná víc nebo míň. Co je na stole, to se sní. Hlad je to, co určuje naše stravování. Je mi jasné, že žádné gurmány nevychováme, ale zatím vypadají zdravě a dokážou si poradit s mnoha jídly. Větu TOHLE JÁ NEJÍM mají v podstatě zakázanou.

Vaření je činnost, která mi krade čas, ale s pokorou sobě vlastní ji přijímám jako danost. Jídlo nikdy nestálo v mém hledáčku, a tak dělám, co je v mých silách, abych splnila alespoň základní standardy. Vařím polévky, omáčky, pečú jak divá, smažím jen výjimečně. Víím, co chutná mému muži, ale ne vše umím upravit. Tak to doháním intelektuálními večerními hovory, které nasýtí jeho duši.

Naše stravování je myslím pestré jako osobnosti, ze kterých je rodina Procházků složená. Občas sladké jako chuť medu, občas kyselé jako nakládané okurky, někdy hořké jako 80% čokoláda, jindy slané jako dobrý sýr. Umíme se sladit v mnohém, a myslím, že se nám to daří i v jídle. Ale tvrdím to já, v docela dobrém rozpoložení se nacházející. Když se zeptáte našich dětí, co jim nejvíc chutná, tak do zajista budou jmenovat nějakou řamku z repertoáru mojí maminky. A manželovi se zalesknou oči při představě, jak mu znovu a znovu nutí další kolečko sekané a dolévá mu skleničku piva. ■

Eva Procházková



Foto: Archiv rodiny Procházků

Dýňové rizoto – to pravé, italské

Suroviny:

máslo ▪ 3 šalotky drobně nakrájené ▪ 1 vylisovaný stroužek česneku ▪ 1 kg dýně – oloupané a nakrájené na kostičky ▪ 300 g rýže arborio nebo jiné kulatozrné ▪ 250 ml dobrého(!) bílého vína ▪ 1–1,5 l horkého kuřecího vývaru ▪ 100 g jemně nastrouhaného parmezánu ▪ sůl a čerstvě namletý pepř ▪ mascarpone na ozdobu

Postup:

Ve velké pánvi rozpustíte máslo, přidejte šalotky a nechte cca 5 minut měknout. Přidejte dýni a opékejte dalších 10 minut. Potom přidejte česnek a rýži a nechte ji obalit tukem. Do pánve přilijte víno a míchejte další 2–3 minuty, aby se část vína odpařila. Pak postupně (nejlépe po naběračkách) přilévajte vývar, míchejte a vařte zhruba 20–30 minut (na mírném ohni), až bude rýže uvařená, nejlépe al dente (na kus). Na závěr vmíchejte parmezán a ještě oříšek másla, osolte a opepřete. Podávejte ozdobené mascarpone.

Dobré rady:

- Šalotka je do rizota lepší než cibule – věřte mi.
- Rýže musí být kulatozrná – s jinou nedosáhnete konzistence italského rizota.
- Používejte jen dobré víno – vyplatí se to.
- Míchejte, míchejte, míchejte! Toto rizoto vyžaduje péči, opravdu je potřeba u pánve půl hodiny stát, ale výsledek stojí za to. Něco tak božsky sametového a voňavého vám tu námahu bohatě vynahradí! ■



Ilustrační foto

Vaše Edita

Na počátku všeho byla touha...

Také jste na vlastní svatbu objednali ražené koláčky z velko-výroby, protože pečení domácích koláčků by prý v požadovaném množství bylo nad lidské síly? Pokud ano, tak možná snadněji porozumíte mým posvatebním představám (drží mě bezmála 15 let). Vysnila jsem si dívčí partu, která se sejde v jedné z domácností a bude hníst těsto, plnit koláčky a sázet plechy do trouby. Při tom všem probere aktuální společenská témata, módu, předvolební preference atp.

To vše mi nedávno umožnila zažít (jako obvykle) Nová Trojka. Nejprve mě seznámila s Kateřinou Ondrouškovou – šéfredaktorkou Brepty, následovalo pár mých vyříděných breptovských příspěvků, několik vydařených společných večírků a (!) pozvání na Kateřininu svatební oslavu. Příležitost, na kterou jsem čekala!

Promýšlela jsem si strategii: v průběhu prázdnin budu shromažďovat a zkoušet různé recepty, to vše budu dělat tak dlouho, až najdu naprosto dokonalou technologii. Koláčky musí být vázané, s dostatečným množstvím náplně, ne příliš sladké, křehké samozřejmě. Kuchyň, troubu a rádýlko mám. Pečící tým seženu.

Prázdniny frnk... Středa, tři dny do akce. Zadávám do Googlu „svatební kolace vazane“. Tisknu pět receptů. Tolik se liší! Naslepo vybírám jeden z nich a pečou testovací várku. Trefa! Hned napoprvé!

V den svatebního večírku jsme s Editou Janečkovou, Andreou Dohnalovou a s mými dcerami napekly senzační vázané koláčky ze tří kg mouky. Děsně jsme si to užily. Můj sen se naplnil.

Kdo bude další na řadě?

VÁZANÉ SVATEBNÍ KOLÁČKY

Suroviny:

400 g hladké mouky ▪ 100 g polohrubé mouky ▪ 1 prášek do pečiva ▪ 200 g másla ▪ 50 g sádla ▪ špetka soli ▪ 2 vejce ▪ citronová kůra ▪ kvásek (42 g droždí, 3 lžičce cukru, 50 ml mléka, rum a máslo na potřeni) ▪ moučkový cukr na posypání

Postup:

Do mísy nasypeme mouku, uprostřed uděláme důlek, do kterého rozdrobíme droždí, přisypeme cukr a vlijeme ohřáté mléko. Počkáme, až vzejde kvásek. Směs zamícháme, přidáme prášek do pečiva, změkklé máslo a sádlo, vejce, špetku soli, nastrouhanou citronovou kůru. Vypracujeme těsto, které ihned zpracováváme. Rozválíme plát silný 2–3 mm, rádýlkem nakrájíme na čtverečky (asi 4 × 4 cm), doprostřed každého čtverečku dáme nádivku (tvarohovou, makovou, povidlovou...). Zabalíme šátečky (vytáhneme růžky, spojíme je uprostřed, zajistíme dvěma párátky, aby se koláčky nerozjely). Pečeme při 170 °C (můžeme péci více plechů najednou, v tom případě lehce snížíme teplotu a nastavíme funkci horkovzduch). Po upečení ještě teplé koláčky potřeme rozpuštěným máslem smíchaným s rumem a posypeme moučkovým cukrem. ■

Markéta Vokrouhliková



Foto: Markéta Vokrouhliková

Pozn. nevěsty: Byly zkrátka úžasné, křehké, něžné, delikátní a navždy si je budu pamatovat – pokud někdo váháte se svatbou, přijměte Markétinu výzvu jako VÝZVU!

Rady zkušené kuchařky

Tak ráda bych dala do placu nějaký úžasný recept! Ale nemám. Ať přemýšlím, jak přemýšlím, nemám. A to vařím skoro denně, akorát jídla tak obyčejná, že recepty na ně zná každý. Tak dám do placu aspoň několik tipů:

- Do rajské dávám cukr – a ne málo. Dělá to divy.
- Do dýňové polívky zázvor.
- Do lasagni místo bešamelu spoustu sýra.
- Jehněčí peču jen posolené, na spoustě másla – pro čistou chuť masa. Ach!
- Smažím ve vysoké vrstvě sádla, nepřepaluje se a voní. ☺
- Do omáčky nakonec zašlehám kousek syrového másla. Je to sice sprostý trik, ale...

- Do buchet a kynutého těsta vůbec dávám kus sádla – vydrží déle vláčné (ty buchty).
- Když česnek, tak hodně.
- Cibule není dost ani v cibuli.
- Zelí k vepřové používám půl kysané a půl sterilované, směs získá výhody obou druhů.
- Pracuju hlavně rukama – a fakt si je předtím myju. ☺
- Vývar – každý to už ví, ale když ho začnete používat doopravdy, je to bomba. Mám ho v mrazáku pořád.

No a jak to tak po sobě čtu, už se nedívím, že mám o dvacet kilo víc než ve dvaceti. ■

Jolana Kurzweilová

Brepta zve...

Novoroční večírek Nové Trojky aneb 2. ročník vaší/naší oblíbené akce

Srdečně zveme přátele, příznivce, dobrovolníky, lektory, ... na novoroční trojkový mejdan do Venda baru v Želivského ulici. Partnery a partnerky vezměte s sebou, děti svěřte do Nové Trojky lektorkám Pyžámkového večírku.

V pátek 10. 1. 2014 od 20 hodin se na vás těší tým Nové Trojky!



2x ilustrační foto

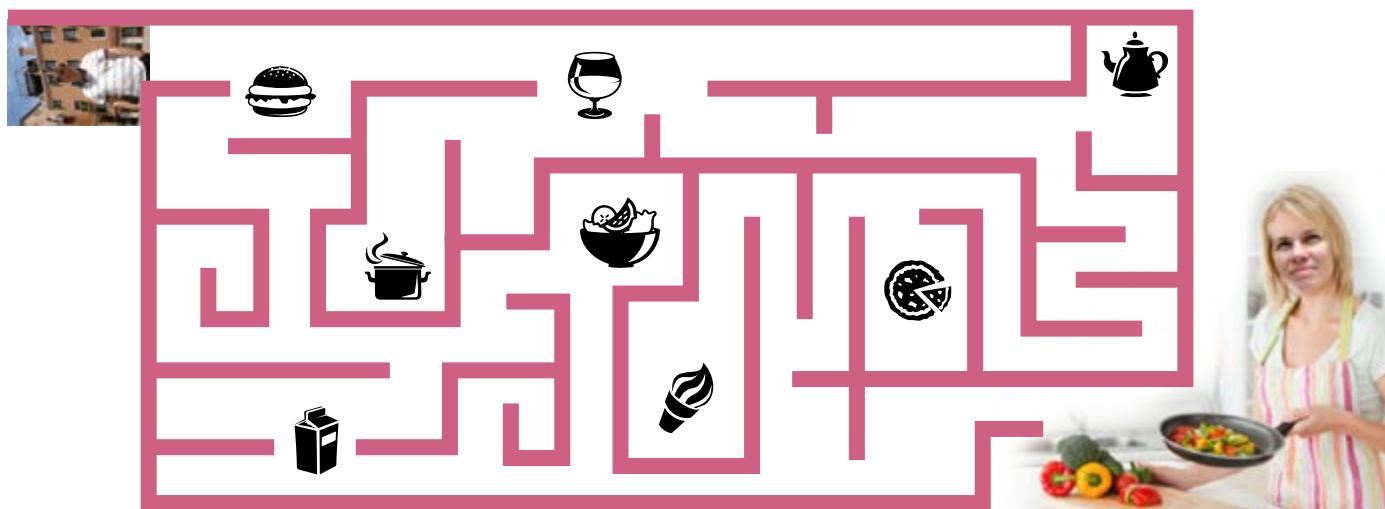
Jarní dobročinná burza oblečení a potřeb pro děti

proběhne 3.–5. 4. 2014.

Nenechte si ujít další příležitost k pokoření některého dosavadního burzovního rekordu! Za burzovní tým Markéta Vokrouhliková

Brepta pro dětské čtenáře

Pomůže Vlastík Editě s vařením?



Autorky: Kiki Rudišová a Eliška Němcová

JOLANA KURZWEILOVÁ

+ **Restaurace U Matoušků v Kondraci**, malé vesnici pod Blaníkem. Obyčejná hospoda. Sedm jídel, napsaných křídou na tabuli. Klasika všech klasik: knedličková polévka, řízek se salátem, svíčková, kachna se zelím, knedlíky plněné uzeným, koprovká, meruňkové knedlíky, lehounké dortíky. Proč na tohle lidé stojí frontu až ven? Všechno je totiž echt domácí a vařené i servírované s takovou poctivou jednoduchostí, že je to až velkolepé, stejně jako porce. Nelze o tom mluvit, lze jen ochutnat a pak se stále vracet.

- **Nesnám hanění české kuchyně**. Je naše a je skvělá, jen se musí umět. Názor možná změním, až televizní vařič, jenž ji znechtěl veřejně a ošklivě, dostane za ty své grilovačky michelinskou hvězdičku jako mistři české kuchyně Paulus a Sahajdák. A to se jen tak nestane.

KIKI RUDIŠOVÁ

+ Mezi moje nejoblíbenější jídla patří čokoláda, chipsy, hranolky z mekáče a řízek od maminky. Poslední dobou ale do této skupinky patří i **sushi**. Nechápu, jak někoho napadlo vzít malý kousek avokáda/kraba/okurky a zabalit to do rýže a řasy, ale je to sakra dobrý a docela zdravý.

- Nenapadla mě žádná restaurace, kterou bych nedoporučila, ani nějaké speciální jídlo (tedy jiné než čůčka nebo játra), které bych nejedla. Jediné, co můžu ve spojitosti s jídlem kritizovat, jsou akční rodiče, kteří vaří **prazvláštní speciality a novinky**, i když vědí, že to jejich děti jíst nebudou, a naopak, že by byly nešťastnější s jednoduchým řízkem nebo těstovinama.

ZUZANA SADÍLKOVÁ

+ Určitě nikoho nenapadne doporučit **Venda bar!** A tak, s originalitou sobě vlastní, prosazují tento žižkovský podnik, kterému už léta vládne samorost Václav Černý. Dělá bezva masíčka, já mám nejradši malý mix gril, má výbornou zeleninku, ať už grilovanou, nebo jen tak čerstvě natrhanou. Super hranolky, na ty já jsem znalec, nakládání hermelín je malej, ty si objednejte rovnou dva. A k pití? Přece pivo, víno, lihoviny! Konkrétně volím tento postup. Začnu Plzní – dvě velké, jedna malá, najím se, dám si víno – červené, množství různé, z lihovin doporučuji hruškovici s plouvoucí hruštičkou, kterou Venda sežene v kteroukoli dobu.

- **Nemám ráda hogo fogo podniky**, kde je všechno neuvěřitelně drahý, divný, nepřirozený a snobácký. A když si

dáte rumpsteak, abyste to porovnali s tím od Vendy, jak myslíte, že to dopadne?

EDITA JANEČKOVÁ

+ Restaurace **Ola Kala Bistro** na Vinohradech. Ještě jsem bohužel osobně nevykoušela, ale už se nemůžu dočkat! Mluví se o ní po celé Praze (jen v superlativech) a její jídelní lístek vypadá naprosto úchvatně. Šéfkuchaře Radka Kašpárka můžete znát z TV Barrandov, kde vaří v pořadu „Co bude dnes k večeři?“. V Ola Kala je k mání špičková gastronomie za ceny, které vás jednou za půl roku či rok nezruinují. A bude to podle všeho zážitek!

+ Žižkovská pizzerie **VendeMaria**, pojmenovaná s láskou podle dětí majitelů. Malý, skromně zařízený podnik v Seifertově ulici připravuje podle mého názoru tu nejlepší pizzu na Žižkově, ne-li v celé Praze. Navíc vám ji majitel přiveze zdarma až domů. Doporučuji vyzkoušet tu s kozím sýrem a navrch si dát skvostné tiramisú.

+ **Napravit pověst pokrmům** zdiskreditovaným školními jídelnami. Kuře na paprice, rýžový nákyt či tvarohová žemlovka mohou být v pečlivém domácím provedení s kvalitními surovinami naprosto luxusní záležitostí.

- **Dělit restaurace na drahé a levné**, nikoliv na dobré a špatné. A chodit do těch špatných, kde se možná najíte (třeba i levně a hodně), ale žádnou radost z toho mít nebudete. Raději si dopřát jednou za půl roku něco výjimečného než každý týden jídlo typu „docela to šlo“.

- **Počítat stále kalorie** a nedopřát si občas dortík, čokoládu nebo cokoliv, co máte rádi. Tomu já říkám hřích!



Ilustrační foto

KATEŘINA ONDROUŠKOVÁ

+ Navzdory tomu, že většinu roku téměř nejím maso, jakmile začne podzimně šednout obloha a k tomu se přidají první mrazíky, vyrazím k „Italovi“. Všichni určitě znáte ten malý obchůdek ve žlutém Satpu. Tam se na vás smějí, až se sliny sbíhají, **luxusní uzeniny všech druhů** – vím, není to zrovna bio-tip, ale mně zkrátka zabírá – jen tak pár (no, pár...) koleček bez chleba. A taky husté zeleninové polívky v tuto dobu zahřejí, a ty můžou být bio.

- Nemám ráda časté holčičí stravovací analýzy typu: „**Tohle jsem neměla jíst, tak pozdě jsem nechtěla jíst atd...**“ Když už jsem to stejně snědla, tak toho nemám litovat – ono se to pak v těle blbě uloží... ■

BREPTA, časopis přátel Rodinného a kulturního centra Nová Trojka

Vychází 2krát ročně v Praze

Evid. č. period. tisku: MK ČR E 18531.

Vydavatel: **o. s. Nová Trojka**, Jeseniova 19, 130 00 Praha 3, IČ: 26594161.

Vydavatele zastupuje Edita Janečková.

Brepta poprvé spatřil světlo světa v roce 2007. Číslo 14 vychází v prosinci 2013.

Breptu č. 14 koordinovala Kateřina Ondroušková. Do jeho tvorby se zapojili tito přispěvatelé a přispěvatelky: Rejka Balcarová, Andrea a Karel Dohnalovi, Edita Janečková, Jolana Kurzweilová, Mila Kramná, Eva Procházková, Kiki Rudišová, Zuzana Sadílková, Markéta Vokrouhliková, Vašek Černý, a další oslovení.

Pro Breptu fotila Rejka Balcarová a další.

Chyby a překlepy odstraňovaly Zuzana Ježková a Edita Janečková.

Grafické zpracování: Eliška Němcová

Vážení čtenáři, nakládejte prosím s Breptou ekologicky. Pokud jste už dočetli, možná najdete někoho, kdo se vašeho Brepty rád zmocní. A pokud vás

náhodou čtrnácté číslo nudí, odložte ho prosím do tříděného odpadu.

Autoři své články píšou bez nároku na honorář. Předem děkujeme za vaše dobrovolné příspěvky na Breptu do breptovské kasičky. Předchozí čísla najdete na webu www.nova-trojka.cz v sekci „ke stažení“.

Vaše e-maily očekáváme na adrese brepta@nova-trojka.cz.

Těšíme se s vámi na breptovskou počtenou i v roce 2014!



Nová Trojka slavila 10. narozeniny...

... a přijel i James Bond

Oslava to byla Jamse Bonda vskutku hodná. V prosklené kavárně nad Prahu bylo krásy, až oči přecházely... Bond Girls v koktejlových šatech, opravdoví Jamesové v modelech pro ně tak typických, slunce zapadalo, prosecco teklo proudem a na terase se podávaly delikatesy z grilu. Nálada byla skvělá a velkolepý ohňostroj vše završil.



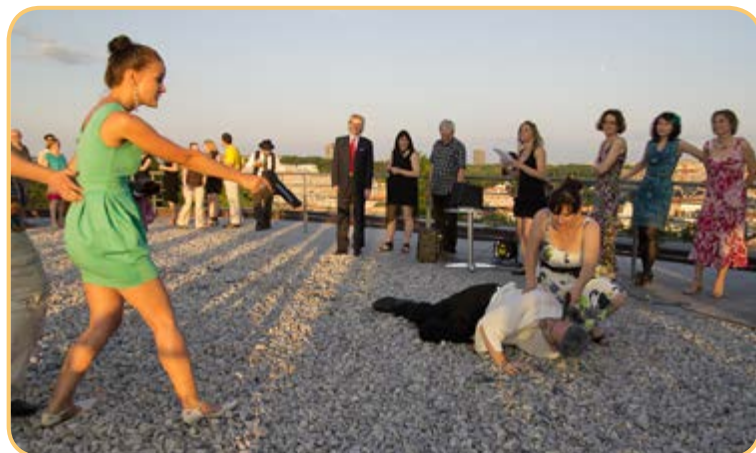
James Bond 00N3 a jeho girls



Gratulace Nové Trojce se poslaly rovnou do nebe



Asi takhle tam bylo...



Ale ani dramatický souboj nechyběl



Titanic?

6x foto: Rejka Balcarová



A závěrečný ohňostroj

