

# PragMoon

**AŇA GEISLEROVÁ**

JAK SE Z ANI STALA BOŽENA

**VYROBENO V ČR**

CO JE DOMA,  
TO SE POČÍTÁ

**JAN PUNČOCHÁŘ**

"TĚŠÍM SE NA TO, AŽ BUDEME ZASE MOCT  
OTEVŘÍT A NAPLNIT RESTAURACI LIDMI "

Hudební divadlo  
**Karlín**

# MUZIKÁLO

**Retro muzikál**  
FILIPA RENČE A ZDEŇKA ZELENKY

# REBELOVE



**VSTUPENKY  
JŽ V PRODEJI!**

**Premiéra ČERVEN 2021**

[www.hdk.cz](http://www.hdk.cz)

Hlavní mediální partner

**Prima**

**BLESK**

Frekvence **1**

# OVÉ LÉTO

**PVA**  
EXPO PRAHA

MUZIKÁLOVÁ KOMEDIE  
**SESTRA  
VAKOŮ**

V HLAVNÍ  
— ROLI —  
**LUCIE  
BÍLÁ**

HUDBA  
**ALAN  
MENKEN**

PŮVODNÍ TEXTY  
**GLEN  
SLATER**

LIBRETO  
**CHERI STEINKELLNER  
& BILL STEINKELLNER**

SISTER ACT is presented through special arrangement with Music Theatre International (MTI).  
www.MTIshows.com



Partneři Hudebního divadla Karlín

kolykde

space4you

INTERVIEW

EXKLUZIV

THEATART

WELLA

DERMACOL

Majkap.net

sodastream

VENKOVSKÝ  
VAJBAR

PRAHA  
PRAHA  
PRAHA  
PRAHA



**J**ak se jen přivítat v novém roce, který pokračuje v nešťastném tempu toho minulého? Uběhl rok a pořád prožíváme nepravděpodobný scénář Hollywoodského filmu, v němž ovšem chybí nějaký ten Bruce Willis, který by ve správný moment stiskl jediné tlačítko a tím všechny zachránil.

Ale nechápejte mě špatně. Hrdinů má naše společnost hodně. Zdravotní, lékaři, lidé, co šli a darovali roušky ve velkém, pomocníci s nákupy těch, kteří nemohou opustit své domovy. Je to doba hrdinů. A bohužel i poražených, protože zatím nehrajeme na vítězství, ale spíše to vypadá na souboj s potápějící se lodí, kdy se za každý ucpaný otvor objeví dvě další díry v trupu. Porazit tuhle hydry bohužel nemůžeme jen vlastním odhodláním. Musí nám pomoci "ti" nahoře. A tady lze mluvit jen o selhání. Všech. Protože i ti, co nejsou u kormidla, mohou udávat směr. A nevěřím tomu, že jeden egomaniak ve vedení skutečně může zlomit všechny ostatní. Prostě ne, jste v tom společně, máte v ruce jeden

provaz, tak by bylo hezké, kdybyste se konečně dohodli na jednom konci a táhli (kam, to... nechme být). Přestaňte politikařit, hrát, hádat se jak malé děti. Ať si klidně někdo nahrabe, když mu to během krize svědomí dovolí. Hlavně ať jsou mrazáky plné vakcín a ne těch, kteří by je chtěli využít.

Ale dost spílání. Protože ani následující měsíce nebudou jiné, máme tu pro vás číslo, které vám dá dostatek tipů na domácí zábavu. Jasně, nějakému tomu výletování, popíjení v hospůdce a návštěvě kultury se "peckování doma" těžko vyrovná. Ale v rámci momentálních možností nabízíme onu pomyslnou "druhou nejlepší věc". Nálož všemožných tipů tradičně doplňujeme sérií poutavých rozhovorů a i nějaká ta zajímavá témata jsme si nachystali.

Tak hurá do čtení a uvidíme se v létě. Při troše štěstí venku, s hudbou a s odhaleným obličejem.

S nadějí...

šéfredaktor **Tomáš „th“ Chvála**





# Žádná složitá gesta.

Přírodě pomůže, když jednoduše přejdete  
na PREEkoproud. Ruku na to.

## KULTURA:

Filmy a seriály . . . . .	8
Hry . . . . .	12
Divadla . . . . .	18

## ROZHOVORY:

David Novotný . . . . .	16
Jaroslav Plesl . . . . .	22
Aňa Geislerová . . . . .	24
Sandra Pogodová. . . . .	28
Tom Vobořil . . . . .	34
Jan Punčochář . . . . .	42

## TÉMA:

Vyrobeno v Čechách . . . . .	50
- Natural Protein	
- Bujón jinak	
- Jamiro's Jerky	
- Jitlučiny dobroty	
- Ekofarma Javorník	
- Ginger Shot	
- Nubijka	
Není rum jako rum . . . . .	70
Tipy na výlety . . . . .	78



## REDAKCE

šéfredaktor: Tomáš Chvála  
Nina Pešlová  
Matouš Voldřich  
Barbara Veverková  
Michaela Dufková  
redakce@pragmoon.cz

## GRAFICKÉ ZPRACOVÁNÍ

Barbara Zelená  
fotograf: Nina Pešlová

## OBCHODNÍ ODDĚLENÍ

Obchodní ředitel:  
Lukáš Buriánek  
burianek@pragmoon.cz  
Obchodník:  
Michaela Kšandová  
Roman Sobota

## SOCIÁLNÍ SÍŤE

Barbara Zelená  
@pragmoon  
@pragmoon

## KOREKTURA

Monika Štástková

## WEB

Karel Zavadil

## DISTRIBUCE

SPACE 4U

Časopis není volně prodáván.  
Distribován zdarma na vybraných místech.

Registrace: MK ČR E 19383

## VYDAVATELSTVÍ

Fiestis s.r.o.  
Sokolovská 44, Praha 8  
www.pragmoon.cz

Tel.: +420 223 011 218

Vydavatelství neodpovídá za  
obsah zveřejněné propagace.

# MERKUR CASINO



**4x V PRAZE**

[www.merkur-casino.cz](http://www.merkur-casino.cz)  



**MERKUR**  
**CASINO**

MINISTERSTVO FINANČÍ VARUJE: ÚČASTÍ NA HAZARDNÍ HŘE MŮŽE VZNIKNOU ZÁVISLOSTÍ!  
ZÁKAZ ÚČASTÍ NA HAZARDNÍCH HRÁCH A REGISTRACI OSOB MLADŠÍCH 18 LET.

### ČEKÁNÍ NA GODOTA



Máme v moderní době ohromné štěstí, že dnes pro kvalitní filmový zážitek nemusíme jen do kina. Nemluvě o tom, jak moc se v posledních letech zvedla kvalita televizních seriálů. V době korony naši příčetnost doslova zachraňují streamovací služby. A současně jde o jedno z mála kulturních odvětví, které ze současné situace úspěšně profituje. O to víc je zarážející, jak se někteří velcí hráči loudají s příchodem na evropský trh. Kdyby se konečně Warneri (HBO Max) a "myšáci" (Disney+) rozhýbali, bezpochyby by našli mnoho nadšených platících diváků. Ale oni ne. Oni prostě nespěchají. Inu, jejich chyba. Tak si tu vystačíme s Netflixem, "osekaným" HBO Go, Apple TV+ a Amazonem. Vaše chyba!

th.



SERIÁL, Prime Video, Komedie, Tvůrci: Justin Spitzer  
Hrají: America Ferrera, Ben Feldman, Lauren Ash, Mark McKinney, Nichole Sakura, Josh Lawson, Jon Barinholtz

Chybí vám po skončení Teorie velkého třesku nějaký pořádný sitcom. U nás po hříchu neznámý Superstore, který se stále ještě natáčí, patří mezi největší pecky svého žánru. Cloud 9 je hypermarket, kde seženete všechno. Včetně opravdu rozmanitého personálu, který každý díl svádí neuvěřitelné souboje nejen mezi sebou, ale i se zákaznicí. Ty jsou opravdovým kořením celé show. I když jde o naskriptovanou věc, budete mít pocit, že jste ve skutečném americkém hypermarketu. A taková místa přitahují velké podivny.



FILM, Netflix, Drama / Thriller / Krimi, Režie: J Blakeson  
Hrají: Rosamund Pike, Peter Dinklage, Eiza González, Diane Wiest, Chris Messina, Nicholas Logan, Alicia Witt

Pečovatelství domovy pro seniory bezpochyby ze všech sil usilují o to, aby se jejich rezidenti cítili jako v bavlnce. S tímto heslem přistupuje ke své práci také zákonná opatrovnice zdravotně handicapovaných seniorů Marla Grayson (božská Rosamund Pike). Nenechte se ale mýlit. Takhle dáma s odzbrojujícím úsměvem je ve skutečnosti pěkná mrcha, od které by se mohl ledacos přiučit i kdejaký exekutor. Ke své směle si ale Marla tentokrát vybrala důchodkyni, co má "nebezpečné přátele". Z tohohle se jen tak nevykecá.





## ČISTIČI VESMÍRU

FILM, Netflix, Sci-fi / Akční / Komédie, Režie: Sung-hee Jo  
Hrají: Joong-ki Song, Tae-ri Kim, Hae-jin Yoo, Seon-kyu Jin, Richard Armitage, Bambađjan Bamba, Nas Brown

Čtyři outsidersi, co se v roce 2092 honí za vesmírným odpadem a sny o budoucnosti, objeví androidku, která by jim mohla hodit balík. Kdyby neskrývala nebezpečné tajemství. Taková je premisa nečekané sci-fi pecky z Jižní Korey, která navzdory střízlivému rozpočtu (21 milionů dolarů) nabízí pěťihvězdičkový vizuál, řadu akčních scén, hodně humoru a k tomu nějaké ty emoce. Představte si křížence seriálu Firefly a milovaného Pátého elementu a vyjdou vám z toho Čističi vesmíru. Skvělá sci-fi pohádka pro velké děti.



## NIGHT STALKER: HON NA SÉRIOVÉHO VRAHA

SERIÁL, Netflix, Dokument, Režie: Tiller Russell  
Účinkují: Gil Carrillo, Frank Salerno, Tony Valdez, Laurel Erickson, Paul Skolnick, Pearl Carrillo, Anastasia Hronas

Zajímají vás rekonstrukce skutečných případů. Z řádění Richarda Ramirezera vás bude mrazit. Pod předzvěstkou Night Stalker zavraždil roku 1985 v okolí Los Angeles a San Francisca nejméně 13 lidí různého věku i pohlaví, přičemž mnoho obětí zároveň znásilnil a sexuální uspokojení nalézal také u malých dětí. Na místech činu zanechával kresby či nápisy oslavující satana, jehož znaménko nosil vytetované také na své dlani. Šlo o skutečnou lidskou zřůdu, jakých svět moc nepamatuje. Doporučujeme jen silným povahám.



## BLISS

FILM, Prime Video, Drama / Sci-fi, Režie: Mike Cahill  
Hrají: Owen Wilson, Salma Hayek, Nesta Cooper, Jorge Lendeborg Jr., Ronny Chieng, Steve Zissis, Joshua Leonard

Greg (Owen Wilson) je nedávno rozvedený muž, jehož život se rozpadá. Pak přijde nečekaná vzpruha v podobě zvláštní Isabel. (Salma Hayek). Ta je přesvědčena, že znečištěný a zlý svět kolem nich není skutečný. Věří, že žijí v osklivém, drsném, ale simulovaném světě počítačovou animací, uvnitř krásného, mírumilovného, „skutečného“ světa blaženosti. A protože Greg dávno ztratil pevnou půdu pod nohama, nechá se tou myšlenkou, ať je jakkoli absurdní zlákat. Ostatně, co kdyby to byla pravda?



## ZPRÁVY ZE SVĚTA

FILM, Netflix, Western / Drama, Režie: Paul Greengrass  
Hrají: Tom Hanks, Helena Zengel, Neil Sandilands, Chukwudi Iwuji, Thomas Francis Murphy, Fred Hechinger, Bill Camp

Kina jsou sice zavřená, novinky "nejmilejšího chlápka Hollywoodu" Toma Hankse ale našťástí míří na streamovací služby. Loni Hanks zazářil na Apple TV+ ve válečném dramatu Greyhound, k němuž si i napsal scénář (kdo neviděl, okamžitě napravit) a minulý měsíc zase zamířil na Netflix jako veterán z americké občanské války Kidd. Ten jezdí po celé zemi a přináší lidem zprávy z různých koutů světa. Poklidná cesta se změní, když narazí na osiřelou dívku se zabíjíky v zádech, kterou se rozhodne bezpečně dopravit domů.

## KULTURNÍ SERVIS



**SERIÁL, Netflix, Dokument, Tvůrci:** Christopher D'Ella  
**Účinkují:** Nicolas Cage, London Hughes, Joel Kim Booster, DeRay Davis, Nikki Glaser, Nick Offerman, Sarah Silverman

Jestli něco po roce 2020 potřebujeme, je to jednoznačně tahle show. O co v ní jde? Na ploše šesti epizod vám skupinka historiků a lidí povypráví něco o tom, jak vznikla šestice nejpoužívanějších anglických sprostých slov. Žádnou nudnou lekci ale nečekejte. Dějiny nadávání jsou divokou komediální jízdou, kterou z pozice oduševnělého moderátora neprovází nikdo menší, než Nicolas Cage. A dělá to s energií sobě vlastní, která připomíná, že větší šílence v Hollywoodu zřejmě není.



**FILM, Apple TV+, Drama, Režie:** Anthony Russo, Joe Russo  
**Hrají:** Tom Holland, Bill Skarsgård, Jack Reynor, Jeffrey Wahlberg, Ciara Bravo, Michael Gandolfini, Forrest Goodluck

Tvůrci posledních dílů Avengers nám hodlají dokázat, že umí natočit pecku i mimo komiksové universum. Hlavním hrdinou jejich novinky je Cherry (Tom "Spider-Man" Holland), který pod vlivem mladické nerozváznosti narukuje k armádě. Když se z válečného pekla konečně vrátí, není to bez šrámů - trpí posttraumatickou stresovou poruchou. To ho vede k užívání drog a zadlužení se. Jakmile dojde na splátky, přirozeně nemá z čeho brát. Aby svou situaci vyřešil, vydá se na dráhu bankovního lupiče.



**FILM, Prime Video, Komedie, Režie:** Craig Brewer  
**Hrají:** Eddie Murphy, James Earl Jones, Shari Headley, Arsenio Hall, Tracy Morgan, Wesley Snipes, Leslie Jones

Bývaly doby, kde Eddie Murphy točil jednou komediální peckou za druhou. Postupem let se štěstí vyčerpalo a ani přesměrování na rodinné filmy jeho kariéru nezachránilo. Doba nicméně přeje návratům a tak se na vlně nostalgie zkusí svést i Murphy v *Cestě do Ameriky 2*. Zatímco v roce 1988 se musel jeho princ Akeem seznamovat s životem v Americe a hledal nevěstu, tentokrát zjistí, že má syna, o kterém nevěděl. A musí z něj udělat následovníka trůnu.



**SERIÁL, Netflix, Dokument, Režie:** Joe Berlinger  
**Účinkují:** Tim Marcia, Amy Price, Josh Dean, Greg Kading, John Lordan, John Sobhani, Kim Cooper, Santiago Lopez

Jsu příběhy, v kterých se ani nechce věřit tomu, že je psal sám život. Zmizení Elisy Lam mezi ně jednoznačně patří. Elisa Lam byla studentka jako každá jiná. Chtěla poznávat svět a vydala se proto na road trip po Spojených státech, o kterém blogovala. Jedna z jejich zastávek byla v Los Angeles, kde se ubytovala v laciném a nechvalně proslulém hotelu Cecil. A tam se jí něco stalo. Něco, kvůli čemu už z Cecilu nikdy neodešla. Byla by škoda prozrazovat víc. Čtyřdílný dokument od Netflixu vám poskytne veškeré odpovědi.



## PEKÁRNA S VŮNÍ SKOŘICE

Lovisa žije v Londýně svůj sen – dokud nepřijde o práci i o snoubence. Vrací se do rodného Švédska, kde zdědila bývalé pekařství. Podaří se jí překonat intriky nepřátel, uspět v podnikání a znovu najít lásku?

## RANDEZ-VOUS S MÚZOU

Termín odevzdání knihy se blíží a Maggie se nedaří prolomit tvůrčí blok. Naštěstí je tu řešení: Paříž! Když tu ale potká svého exmanžela a ve své koupelně narazí na sexy Francouze, je jasné, že vzruchů tu bude víc než dost. Ale najde tu svou múzu?



vychází  
25.3.



## INFORMAČNÍ DETOX

Průvodce pro každého, kdo chce umět rozlišit kvalitní informace z digitálního i reálného světa. Praktické tipy, návody a nástroje vám pomohou zlepšit orientaci v informacích nezbytných pro váš osobní rozvoj, práci i společenské uplatnění.

## ŽENY PLUJÍ NA SEVER

Proudem života k plodům zralosti. Sedmdesátiletá autorka Mary Pipherová úročí své zkušenosti dcery, sestry, matky, babičky, pečovatelky, klinické psychologičky a kulturní antropoložky a píše pro ženy o ženách v bodě životních proměn.



## POHLEDNICE Z TICHOMOŘÍ

Stránky šumné knihy jsou plné příběhů architektů s českými kořeny či staveb jinak spojených s naší malinkou zemí na druhé straně zeměkoule. Putováním provází David Vávra a Radovan Lipus.

## REVOLUCE JEDNOHO STĚBLA SLÁMY

Dílo japonského farmáře je manifestem nebojování proti přírodě a inspirací k jednání, které nenarušuje přirozený chod věcí. Audiokniha seznamuje s přirozeným způsobem uvažování a pohledem na svět, který umožňuje člověku žít v souladu s přírodou.







## CYBERPUNK 2077

**S** velkou mocí přichází velká zodpovědnost. To je zřejmě něco, co si od vydání v CD Projekt nyní hodně opakuji.

*Jejich mnoholeté dítě vyšlo, ať*

*už z jakýkoli důvodů, předčasně a co mohlo být herním zážitkem desetiletí, vyvolalo velký internetový křik, vrácení peněz a dokonce i zmizením Cyberpunk 2077 z PlayStation Storu. Inu, emoce byly velké. Internetová hysterie se ale v poslední době stala běžným sdělovacím prostředkem, jemuž je často přidávána mnohem větší váha, než by měla. Pojďme se tedy Cyberpunku 2077 podívat na zoubek v poněkud klidnější náladě, bez zbytečného drammatizování.*

V prvé řadě je třeba uvést, že jsem hrál hru na staříčkém "péesku". Ano, žádná Pro verze, objektivně mám tedy za sebou tu nejhorší verzi hry, jaká je nyní dostupná (a platí to i po mnoha záplatách, které již studio vydalo). A jistě, technicky má hra k dokonalosti stále daleko. Respektive takhle - je otázkou, do jaké míry má smysl řešit v dálce se náhle objevující auta, prázdnější ulice a horší rozlišení. Kdybych hru hrál na staříčkém PC, také bych těžko mohl sníženě detaily házet na hlavu vývojářům. Stalo se mantrou, že na konzoli, vzhledem k jednomu fixnímu nastavení, by hra měla být co ne-

jdokonalejší. To ale v případě podobně masivního projektu přece neznamená, že srovnatelná s verzí určenou pro vyšší konzole. Skutečným problémem je, že reklamní oddělení CD Projekt (a ani sami vývojáři) o něčem takovém dopředu neinformovali.

Tady je popel na jejich hlavě zcela právem. Nechápat ale to, že mi slabší stroj nabízí i slabší technický zážitek, to už je z pohledů našťvaných hráčů ryzí naivita. A upřímně, i v "osekané" verzi není Night City žádný chudáček. Ulice by snesly více aut a lidí, ale na takových trzích je naopak často hlava na hlavě, takže výsledný dojem rozhodně není nějaké pusto-prázdnno. Vizualních detailů stále zůstává tuna a pokud jde o bugy, v rámci hry jsem jich zaznamenal jenom pár (a to jsem v ní strávil dva průchody o celkové délce 160 hodin). Co je ale neodpuštělné, to je fakt, že hra na původní PS4 vždy po pár hodinách spadne. To je něco, co měli v CD Projekt jednoznačně dávno opravit a je ostuda, že i po mnoha několika gigabajtových updatech tento problém stále přetrvává.

Kde hra našťestí naprosto dominuje, a tady se ukazuje síla autorů herního Zaklánače, to je vyprávěcí model. Slibované trojí větvení v úvodu je sice nadstavba relativně zbytečná, protože nabízí vždy jen odlišnou úvodní hodinku a výběr pohlaví





zase hraje roli víceméně jen v romantických pletkách, Hlavní nicméně je, jak skvěle jsou napsané a provedené jednotlivé dějové linky. Přirozeně si člověk může projít jen tu hlavní a i to mu poskytne nějakých 30 hodin skvělé zábavy. Teprve až s větvením drobných příběhů, které ústřední doplňují (a do jisté míry ovlivňují možnosti celkového zakončení) dávají Cyberpunk 2077 sílu. Milovníci sci-fi budou, navzdory nejedné chybě, zkrátka nadšeni. Je tu všechno, co by hra podobné druhu (a hlavně pro určité publikum) měla být.

Že má k dokonalosti, hlavně vinou technického stavu, daleko? S tím se dá žít. Stejně jako se zjednodušeným využitím policie, která je k hlavní postavě až zbytečně "podrážděná" (a to i ve chvíli, kdy plníte mise, které ji pomáhají). Ale jinak? 160 hodin uteklo jak nic a pořád mám potřebu se do Night City vracet. Příběhy skvělé, řada postav památných, interakce s Johnnym výborně vymyšlená. Nečekalo se to, ale Keanu Reeves má

plnohodnotnou roli a nejde jen o pouhé cameo. Je sice otázkou, jestli by podobně svéráznému charakteru více neslušel takový Nicolas Cage, ale Reeves jednoznačně v té roli září, baví i dojíámá. A dodává Johnnymu potřebný lidský rozměr.

A samotné město, i když možná přímo netepe životem (snad na PS5 budou ulice plnější), je i v téhle podobě splněným snem o životě ve světě Blade Runnera (pravda, mohlo by více pršet :).

Cyberpunk 2077 má své mouchy, ale i tak byste si výlet do Night City odpustit neměli. Jistě, když člověk sedí v kině na sedačce, co vrže a je tvrdá, trochu to během sledování filmu otravuje. Ale pokud je na plátně mistrovský kus, je to ve výsledku víceméně jedno. Cyberpunk 2077 přesně do téhle škatulky patří. Sem tam se člověk nespokojeně zavrtí na židli, ale zážitek je zážitek.

*th.*



CD Projekt  
Akční / České titulky  
PlayStation 4, PC, Xbox One,  
PlayStation 5, Stadia, Xbox Series  
Vydání v ČR: 10. 12. 2020

## KULTURNÍ SERVIS

### NIOH COLLECTION

Team Ninja  
PS5

Oba díly exkluzivního akčního klenotu Nioh nově vyšly v remasterované kompletní edici pro konzoli PlayStation 5 jako Nioh Collection. Pokud jste tedy jedni z těch pár lidí, co se k ní dostali, můžete se těšit na možnost přenesení uložených pozic z PS4, až 120 FPS, 4k rozlišení a velice rychlé načítání. V Nioh budete jako William putovat po válkou zničeném Japonsku. Jako nelítostný bojovník a zkušený šermíř má všechny předpoklady k tomu, aby přežil v zemi samurajů zamouřených démony. Hráči se utkají také s ostatními samuraji v nadpřirozených soubojích a hromadných bitvách.



### HITMAN 3

IO Interactive  
PS4 / PS4 Pro, PS5, PC, Xbox One / One X / Series, Switch

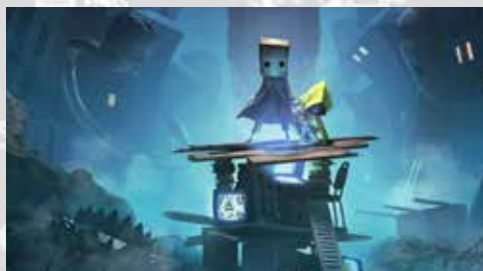
Hitman 3 je dramatickým zakončením trilogie World of Assassination, který nás zavede za dobrodružstvím napříč celým světem. Starý známý Agent 47 se vrací jako nemilosrdný profesionál pro nejdůležitější kontrakty celé své kariéry. Za podpory své agenturní operátorky Diany Burnwood se 47 přidává k dlouho ztracenému příteli Lucasi Greyovi. Jejich poslední misí je eliminovat partnery organizace Providence, jsou však nuceni se přizpůsobit rostoucí intenzitě celé situace. Na "pésku" si můžete hru vychutnat i ve VR módu.



### LITTLE NIGHTMARES 2

Tarsier  
PS 4 / PS4 Pro / PS5, Xbox One / Series / Switch

Little Nightmares II je napínavá dobrodružná hra v originálním hravém kabátku, ve které hráči převzímou roli mladého chlapce jménem Mono uvězněného ve světě pokrouceném vlivem šumivého přenosu vzdálené věže. Spolu se Six, dívkou ve žluté pláštěnce, která ve hře přebírá roli průvodce, se Mono vydává za odhalením temných tajemství signální věže a za záchranou Six před jejich příšerným osudem. Jejich cesta však nebude jednoduchá - Six a Mono budou nuceni čelit nespočtu nových hrozeb od děsivých obyvatel tohoto zvráceného světa.



### THE MEDIUM

Bloober Team SA  
PC, Xbox Series

The Medium je psychologická hororová adventura od tvůrců série Layers of Fear. Hráč se ujímá média Marianne, kterou pronásledují děsivé vize zavražděného dítěte. Aby záhadě přišla na kloub, vydává se do opuštěného hotelového resortu Niwa. Marianne jakožto médium dokáže cestovat mezi naším a duchovním světem, temným odrazem naší reality, a dostat se tak na netušená místa. To najde využití jak při vyšetřování zmíněné záhady, tak při řešení různých hádanek a otevírání nových cest v reálném světě.



## DESTRUCTION ALLSTARS

Lucid Games  
PS5 exkluzivita

Užijte si destrukční arkádové závody s názvem Destruction Allstars. Hra v soubojích kombinuje prvky ničivého derby a pěstního souboje. Výsledkem je tak dechberoucí hardcore destrukční zážitek, ve kterém se proti sobě utká šest postav, které si neberou žádné servítky. V momentu, kdy své vozidlo promění na jen na kus šrotu, můžete vystoupit, či se vyšourat ze zbytku svého auta a volně běhat po aréně, vyhýbat se všude se řítícím vozidly a vlastnoručně porážet protivníky, kteří jsou také bez auta. Zkrátka dost divoké zábavy, kterou si lze zkrátit karanténu.



## IT TAKES TWO

Hazelight  
PS4 / PS4 Pro, PS5, PC, Xbox One / One X / Series

Vydejte se na nejláznivější cestu svého života ve hře It Takes Two. Pozvěte přítele, aby se k vám připojil zdarma prostřednictvím služby Friend's Pass, a v roli odděleně žijících manželů Codyho a May se pusťte do řešení zajímavých výzev. V této dobrodružné hře, která mění podobu zavedených žánrů a byla vytvořena ryze pro kooperativní hraní, je jen jedna věc jistá: společně jsme lepší. Těšte se na výzvy měnící podobu zavedených herních žánrů, nové schopnosti postav v každé úrovni a metaforické sloučení hratelnosti a vyprávění, které posouvá hranice interaktivního vyprávěčství.



## GODS WILL FALL

Clever Beans  
PS4 / PS4 Pro, Xbox One / One X, Switch, Stadia

Jste poslední šancí pro lidstvo. Mučivá vláda bohů přetrvává už po tisíceletí a je to opravdový boj. Z jejich strany je to naprostá krutost a utrpení pro lidi. Bylo jim sice poskytnuto uctívání, které jim slíbil muž, žena i dítě. Avšak těm, kteří se nepoddají bohům, tak mohou očekávat bolestnou smrt. Ve hře zažijete zkoušky odvážné skupiny válečníků, kteří mají za úkol ukončit tuto nadvládu bohů. Každé rozhodnutí má svůj příběh. V době vydání hry byly problémy s ovládním, ale ty by si měly v budoucnu opravit pomocí patchů.



## SUPER MARIO 3D WORLD

Nintendo  
Switch exkluzivita

Castujte s Mariem a Luigim do Sprixie Království ve hře Super Mario 3D World, která původně vyšla na konzoli Nintendo WiiU a nyní se jí fanoušci konečně dočkali i na přenosném Switchi. Bowser unesl princeznu Sprixie a je jen na Mariovi a jeho partáčích, aby ji zachránili. Sprixie Království má ovšem plno nástrah a záluďných zákoutí s kterými si musí Mario poradit. Při cestě za vysvozením můžete zkusit průhledné roury, kterými lze prolézt, házení balónů a nakonec lezení po zdech jako kočka!






**DAVID NOVOTNÝ**

**S**eriál *Kukačky* vypráví příběh mladého manželského páru Martina a Terezy (Marek Adamczyk a Marta Dancingerová), který zjistí, že jejich syn není jejich. Když se dozvědí, že došlo k záměně, musejí se rozhodnout, co udělají. Záměna dětí na malém městě se dotkne nejen rodin, kterých se přímo týká, ale i ostatních obyvatel. Vzhledem k tomu, že k záměně došlo v místní nemocnici, zasáhne osudová událost do života mnoha dalších. Skutečný syn Martina a Terezy žije ve městě Hranice ve velké rodině nádražáka Karla, jehož si zahrál David Novotný.

Vy obvykle ztvárňujete spíše komické role, šlo v tomto případě o protiúkol? Nebo se diváci u Vaší postavy mohou těšit i na komické prvky? Mám rád nejednoznačné postavy, zvraty a autenticitu. Tak jako v životě. Rád ztvárňuji lidi, kteří nějak voní, jsou rozmanití a můžete si říct: „Jo, takovýho chlapíka znám.“

**Komické vs. vážné postavy – dá se říct, že je nějaká z těchto poloh těžší?**

Obě ty polohy mají nějaký úkol rozesmát nebo donutit k zamyšlení. Já to mám nejraději obojí v jednom: hořkosladké. Donutit diváka zamyslet se přes smích nebo se pousmát přes slzy. A ve chvíli, kdy to mám rád, tak není těžké vůbec nic.

**Jak jste se na roli v *Kukačkách* připravoval?**

Úplně běžně a zůstane to mým tajemstvím. Každý herec to má individuální a nikomu do toho nic není...

**Objevil jste se v řadě televizních seriálů, dají se tyto zkušenosti nějak porovnat?**

Každý počin je jiný. Seriály se nedají srovnávat – možná je jiný přístup a určitě zůstávají jiné vzpomínky na práci. Pro diváka je důležitý výsledek a taková ta šeptanda. Já tomu říkám rétorika – co a jak si sdělí mezi sebou, když ten konkrétní seriál přijde na překlep.

**V čem je odlišné natáčení celovečerního filmu a seriálu?**

Seriál nabízí možnost košatění postavy. Dozvídat se o ní a o sobě ještě něco nového při deba-



tách s kolegy nebo režisérem. Pátrat a zkoumat. Na to u filmu moc času nezbývá a hrozí překom-  
binování.

### **Mimo filmy a seriály hodně hrajete i v divadle. Jak byste srovnal práci na divadle a před kamerou?**

Divadlo je o tom, správně si nastavit den, aby energie vydržela do sedmi, kdy začíná představení. Kamera je zase o tom, ve správný moment ze sebe dát na chvíli víc než maximum, pak rychle načerpat a pak zase na červenou – výdech, nádech. A mezitím se prací neustále bavít.

### **Vaše postava je dost paličatá – jste na tom Vy sám v osobním životě podobně?**

Nejsem paličák, jsem výbušný a mám dejme tomu blízko k příkřejším soudům, ale dokážu i couvat, když poznám, že jsem špatně... Musím to ale poznat. Myslím, že je celkem snadné to se mnou umět, ale varuji vás: nedejte mi poznat, že zrovna teď „to se mnou umíte“!

### **Zachoval byste se v klíčových situacích stejně jako on?**

Absolutně netuším, jak bych se v takové situaci nebo v takových situacích, ve kterých se ocitla moje postava, zachoval. Je mi velmi nepříjemné o tom přemýšlet, ale zkusit to vymyslet za postavu je naopak velmi příjemné.

### **Jak hodnotíte spolupráci s režisérem Biserem Arichtevem (autor úspěšných seriálů Vyprávěj, První republika či Četníci z Luhačovic)?**

Úplně v pohodě – bavilo mě debatovat s ním a klást nám oběma dílčí překážky. Z těch debat se prostě muselo něco urodit. Snažím se o totéž se všemi lidmi, kteří mají vliv na to, jak to ve finále bude vypadat.

### **Je o Vás známé, že si rád zahrajete fotbal. V Kukačkách je v prvních dílech zobrazen jiný sport: závodění na motorkách. K němu máte nějaký osobní vztah?**

Motoriky nula. Ale obdivuju i věci, které neumím nebo mě ne úplně baví. Ti chlapi, a dokonce i holčiny, kteří s námi trávili čas při motokrosových scénách na Slapech, byli boží. Dal bych si s nimi kapučína klidně i dnes.

### **Jak se Vám spolupracovalo s Theo Schaeferem, představitelem Vašeho dítěte?**

Theo byl vynikající spoluhráč a obdivuju ho za to, jak do všeho šel, i když únavou padal na držtičku... Inu, džudista! Je to bourák!

### **Máte před sebou ještě nějaký herecký mezník, kterého byste rád dosáhl?**

Nic takového. Neznám ani slovo mezník. Není to snad něco jako omezovač?

#### **MINI bio:**

Absolvent Státní konzervatoře v Praze. Od roku 1988 člen Dejvického divadla, kde vytvořil mimo jiné roli v Zelenkově hře Teremin (2005). Ve filmu debutoval v roce 1986, ale zásadní hereckou příležitost mu nabídl režisér Jan Svěrák ve válečném dramatu Tmavomodrý svět (2001). Poté se objevil např. v komedii Jakuba Sluky Non Plus Ultras (2004), v psychologickém dramatu Roberta Sedláčka Pravidla lži (2006) nebo v komedii Vladimíra Michálka O rodičích a dětech (2007). Zahrál si také v televizních filmech režiséra Karla Kachyni Kožené slunce (2002) a Cesta byla suchá, místy mokrá (2003). V Zelenkově filmu Karamazovi (2008) ztvárnil Dimitrije. Veliký úspěch slavil i v seriálech Okresní přebor, Čtvrtá hvězda Kosmo, Zkáza Dejvického divadla a Rédl.



**Divadlo Na Maninách, Letní scéna**

18. a 19.6.2021 - zámek Sychrov  
 26. a 27.6.2021 - Státní zámek Konopiště  
 17.7.2021 - Letní scéna Mělník

Jedna z nejslavnějších a nejoblíbenějších oper v exkluzivním provedení předních českých pěvců, pojata jako komorní drama lásky a zrady na pozadí dvou světů - přírody a světa lidí. Toto nastudování Dvořákovy opery v originálním doprovodu klavíru a harfy si klade za cíl zdůraznit mimořádné libreto Jaroslava Kvapila. V tomto neobvyklém uvedení si posluchač najde i ty nejjemnější nuance geniálního díla. Účinkují Tereza Mátlová, Peter Berger, Daniel Hůlka nebo Ester Pavlů.

**Divadlo Na Maninách, Letní scéna**

19.6.2021 - Letní scéna Třeboň  
 3.7.2021 - Hospital Kuks, 25.7.2021 - Letní scéna Mělník  
 31.7.2021 - Státní hrad a zámek Jindřichův Hradec

Pustý ostrov uprostřed oceánu. Na něm osamělý trosečník čekající na záchranu. Dočká se jí? A jaký je jeho skutečný příběh? Román Robinson Crusoe spisovatele Daniela Defoa patří ke skvostům světové literatury a nyní se dočkává i své původní české muzikálové podoby. Strhující příběh o nezlomné síle lidského ducha, zoufalém boji o přežití a nekonečné věrné lásce. Účinkují Daniel Hůlka, Šárka Vaňková, Elis Ochmanová, Ivana Jirešová, Marian Roden, Josef Vágner a další.

**Divadlo Kalich, 17.5., 14.6. a 30.7.2021**

Hvězdné léto, Mahlerovy sady 1, Praha 3  
 Cena vstupenek: 499 - 799 Kč

Herecká legenda Iva Janžurová si jako inscenaci ke svému významnému životnímu jubileu příhodně vybrala výtečnou francouzskou komedii, která nabízí opravdu mimořádnou hereckou příležitost v podobě postavy velké hvězdy pařížského divadla a filmu Joce de Guérande. Ta se doma chystá na odjezd do televizního studia, neboť na programu bude přímý přenos galavečera na její počest. Už je vlastně na odchodu z bytu, téměř všechno připraveno, jen ještě musí spustit novou bezpečnostní roletu na terasu...

**Divadlo Kalich, 7.6 a 2.8.2021**

Hvězdné léto, Mahlerovy sady 1, Praha 3  
 Cena vstupenek: 499 - 949 Kč

Vtipná parodie pro dva herce v mnoha úlohách - jsou kapitánem, cestujícími, lodí, ledovcem, hrají, zpívají, tancují a snaží se přežít. Naprosto výjimečné příležitosti pro výjimečné herce nabízí s velkým nadhledem, ale i se spoustou hlubších témat podaná rekonstrukce potopení nejslavnější lodi světa. Text Johna Fiskeho slavil úspěch už u sousedů na Slovensku, kam ho přivedl jeho velký fanoušek Milan Lasička. Na českou divadelní scénu se dostává poprvé. V hlavních rolích excelují Filip Blažek a Miroslav Vladyka.



## SMRT OBCHODNÍHO CESTUJÍCÍHO

**Městská divadla pražská, 1.- 3.7., 30.-31.8.2021**

Letní scéna, Vodličkova 28, Praha 1

Cena vstupenek: ? Kč

Nejslavnější drama Arthura Millera. Requiem za sen jednoho obyčejného člověka, který se probouzí z třpytivého snu do nemilosrdného rána reality. Snu o úspěchu, popularitě, ocenění, naplnění, rodině jako z reklamy na životní pojištění. Ale Willy Lohman je jenom obchodní cestující za volantem otrávaného auta. Kde skončí jeho jízda čím dál složitějším světem? Komu by ještě prodal vlastní důstojnost? Na sklonku života zjišťuje, že dosáhl jediného – pro všechny má větší cenu mrtvý než živý...



## VELETOČ

**Divadlo Kalich, 22.5., 21.6. a 18.8.2021**

Hvězdné léto, Mahlerovy sady 1, Praha 3

Cena vstupenek: 499 - 949 Kč

Boženka a její bratr Arnošt jsou až doteď idylickými sourozenci. Boženka, jako bojovný kapitán, uvykla si udílet rozkazy a všemu nejlépe rozumět, Arnošt vždy stál na pozici poslušného a manipulovaného vojáčka. Boženka před léty Arnošta oženila s nepraktickou bohatou Helgou. Manželský svazek rychle vyústil v stereotypně nudné soužití pod dennodenním velením Boženky. Je to ve skutečnosti manželská trojka. Ale nečekaným veletocem, do něhož zasáhnou advokátní poradce a psychiatr, se stereotyp začne měnit...



## SMRT MU SLUŠÍ

**Švandovo divadlo, 5.- 6.7., 23.-26.8.2021**

Letní scéna, Štefánikova 57, Praha 5

Cena vstupenek: 400-450 Kč

Nová původní komedie. Bob Barel je diváky milovaný seriálový herec a kritiky nenáviděný divadelní herec. Nyní je však na dosah získání ceny Thálie za nejlepší herecký výkon. Od vítězství ho dělí jen jedině – hlas obávaného kritika, který ve volném čase na objednávku pořádá koncerty navazující na bytové divadlo Vlasty Chramostové. Bobův věrný přítel a především jeho agent v jedné osobě Kamil je ale připraven pomoci mu kritikův hlas získat. A jejich přesvědčovací metody jsou přímo smrtící...



## KDOKOLI MŮŽE DĚLAT COKOLI

**Divadlo Ungelt, 29.-30.6 a 6.-7.7.2021**

Letní scéna, Nový Svět, Praha 1 - Hradčany

Cena vstupenek: 550 - 670 Kč

Jak si nezoufat, když kolem vás zuří hospodářská krize, vy nemáte žádnou kvalifikaci, zato vám zůstala povinnost uživit dvě děti? Stačí stejně jako Betty MacDonallová mít podnikavou sestru, svéráznou maminku, milující rodinu a uvěřit, že když jde do tuhého, může opravdu kdokoli dělat cokoli. Dramatizaci unikátního humoristického románu, v němž si autorka dokáže dělat legraci z věcí víc než těžkých, uvádíme ve světové divadelní premiéře. Tuto inscenaci hraje jen na Letní scéně a na zájezdech.



## PŘIJĎTE SI UŽÍT LÉTO VE ŠVANDÁKU

ŠVANDOVO DIVADLO NA SMÍCHOVĚ LETOS MIMOŘÁDNĚ PRODLUŽUJE SEZÓNU!

**D**íky nucené několika měsíční pauze se Švandovo divadlo rozhodlo, že potěší diváky v letních měsících, kdy tradičně probíhají divadelní prázdniny a současně se po celosezónním hraní divadlo renovuje, oblíbenými tituly ze svého repertoáru.

V programu nepřehlédnete nejpoblárnější titul, na který bývají vstupenky ihned vyprodány, a to nesmrtelnou komedií **KDO JE TADY ŘEDITEL?** s Michalem Dlouhým v hlavní roli. Herce Michala Dlouhého si diváci užijí i v dalších inscenacích a to v nejnovější nekompromisní komedii z divadelního prostředí **SMRT MU SLUŠÍ**, v černé komedii s podtitulem „Když vám do domu vnikne parta pozitivně myslících vozíčkářů, nezbyvá než rozjet mejdan, na kterém nechybí sex, drogy a rock'n'roll.“ **KURZ NEGATIVNÍHO MYŠLENÍ** či v bergmanovských **SCÉNÁCH Z MANŽELSKÉHO ŽIVOTA**, kde mu hereckou manželku hraje Michaela Badinková.

Dámská šatna Švandova divadla s herečkami Klárou Cibulkovou a Kristýnou Frejovou vás provede zrychleným kurzem dnes tak populárního life coachingu v komedii **CRY BABY CRY** a s Robertem Jaškówem si užijete razantní komedii možná i o vaší rodině **POHŘEB AŽ ZÍTRA**. V neposlední

řadě budou v rámci letního hraní uvedeny i reprízy chystané novinky hry podle kultovní předlohy na pomezí severské detektivky, upířské romance a psychologického dramatu **AŤ VEJDE TEN PRAVÝ**.

Již nyní si můžete zakoupit vstupenky on-line na [www.svandovodivadlo.cz](http://www.svandovodivadlo.cz), kde najdete kompletní program. Přijeme příjemnou zábavu!

ml.



**ŠVANDOVO DIVADLO NA SMÍCHOVĚ**

Štefánikova 57, Praha 5, 150 00

Tel.: +420 257 318 666

[www.svandovodivadlo.cz](http://www.svandovodivadlo.cz)



LÉTO VE ŠVANDÁKU: 25. 6. - 10. 7. a 16. 8. - 31. 8.



Smrt mu sluší



Kdo je tady ředitel?



Kurz negativního myšlení



Pohřeb až zítra



## JAROSLAV PLESL

**V** novém dobovém seriálu České televize *Zločiny velké Prahy* se Jaroslav Plesl ujal role inspektora Hynka Budíka, zkušeného rakousko-uherského kriminalisty, který se po převratu v roce 1918 stává Čechoslovákem a příslušníkem kriminální policie nově vzniklého státu. A v roce 1922, kdy se děj seriálu začíná odvíjet, se dočká i toužebně očekávaného povýšení. Má to ovšem háček: toho roku totiž z obcí, obklopujících tehdejší Prahu, vzniká sloučením takzvaná Velká Praha. A právě ta výrazně zasáhne do osudu hlavního hrdiny.

**Jak hodnotíte svou postavu? Představuje vrchní inspektor ryze kladný charakter?**

Inspektor Budík přichází do Prahy z Vídně. Je tedy elegantním, městským člověkem s nejlepším vychováním. Švihácký, charakterní a kultivovaný policista, s lehkou obsesí na kvalitní oblečení a čisté boty. Loajální k nové republice, ale občas vzpomínající na „staré dobré časy“. Musím se teď trochu usmívat, ale když jsem se na roli připravoval, přehrával jsem si v hlavě všechny možné detektivky té doby, nebo spíš o té době, abych se aspoň trochu přiblížil espritu těch elegantních vrchních inspek-

torů a detektivů, které známe z českých, ale třeba i britských detektivních filmů a seriálů.

**Jak se Vám spolupracovalo s režisérem Jaroslavem Brabcem?**

S Jardou Brabcem jsem před tímto projektem nikdy nepracoval a vlastně mě překvapilo, když mi takhle velkou roli nabídl a projevil takovou důvěru. Jsem tomu strašně rád. Byla to skvělá práce, natáčení trvalo téměř rok a za tu dobu se z nás stali blízcí přátelé. Nebývale energický a zábavný člověk, který přesně ví, co chce, a zároveň je otevřený improvizaci. Každý obraz, každá scéna se pečlivě zkoušela. Byl to tvůrčí proces, při kterém jsme se vzájemně doplňovali a inspirovali. Nikdy nedal najevo únavu, nikdy nebyl nepříjemný nebo netaktní. Režuruje s citem a zároveň věcně. Jarda Brabec je pro mě velký frajer v tom nejlepším smyslu slova. Lidsky i profesně.

**Měl jste s přípravou na roli nějaké potíže? V seriálu občas použijete němčinu a maďarštinu.**

**Jak Vám to šlo?**

Součástí přípravy je především naučit se text. A tady ho byla kvanta. Některé natáčecí dny jsem si ve scénáři označil jako „dny H. P.“ – Hercule Poirot. A ty mi vždycky daly hodně zabrat. Během nich jsem

vždy na konci případu sumarizoval, jak to všechno vlastně bylo, kdo byl a už není podezřelý, kdo je a kdo není vrah. No a někdy to byl monolog na dvě stránky. A do toho němčina a maďarština, protože Budíková žena, kterou hraje Lenka Vlasáková, je Maďarka, a proto spolu doma občas mluví její rodnou řečí. Tyhle repliky jsem musel doslova nadřilovat. A aby to znělo přirozeně, to jsou hodiny práce. Nicméně docela jsme si to s Lenkou užívali, protože maďarština je opravdu výjimečná řeč. S Lenkou Vlasákovou se známe dlouho, natočili jsme spolu několik věcí a hrajeme spolu na Letních shakespearovských slavnostech v představení Hamlet. Vždycky se na Lenku těším a obdivuju ji. Jedna z nejlepších hereček své generace a přitom skromná, pokorná a nesmírně pracovitá.

### **Jak se Vám spolupracovalo ve trojici s Vašimi dalšími kolegy?**

Moje kolegy policisty hrají Jiří Langmajer a Denis Šafařík. Denis je mladý herec, který ještě během natáčení studoval na DAMU, a byla radost sledovat, jak je stále lepší. Myslím, že o něm ještě hodně uslyšíme.

**Je o Vás známo, že máte rád historii – seriál se odehrává na pozadí událostí první republiky a můžeme snad prozradit, že nám nabízí trochu odlišný pohled, než na jaký jsme zvyklí ze školních učebnic. Jak na dobu nahlížíte Vy? Myslíte si, že ji seriál dokumentuje věrně?**

Co se týká doby po vzniku Československé republiky, myslím, že si ji trochu idealizujeme, že ji vidíme v sépiových barvách, jako obrázky z hrnečků u babičky nebo ze starých pohlednic. Ale za nadšením z nového státu byly stále cítit dozvuky první světové války, španělská chřipka, bídné podmínky dělnické třídy, nuzota pražské chudiny. Podmínky, ze kterých se rekrutovala zločinnost a pražská galerka. Proslulá hospoda Jedová chýše a vyhlášený bordel U masného drdolu nám dnes znějí téměř poeticky. Ale zdaleka to poetické nebylo. Myslím, že seriál Zločiny Velké Prahy nemaluje věci na růžovo a některé epizody jsou temné a velmi dramatické. Ale dobrá detektivka musí být taková. Ať nám běhá mráz po zádech. Já mám tyhle detektivky nejradši. Příběhy, ve kterých je napětí i humor.

**Není to poprvé, kdy hrajete v dobovém seriálu. Před čtyřmi lety jste například ztvárnil jednu z hlavních postav uznávané minisérie ve Zločinu v Polné. Jaký je Váš vztah k takzvaným dobovkám?**

Dobové filmy v sobě mají ono vábívé kouzlo. Diváci baví jejich atmosféra, kostýmy, dobové interiéry, předměty, starobylá auta a kočáry. Způsob chování a dávné společenské normy. I když lidé a jejich příběhy jsou vlastně pořád stejní. Jenom na sobě mají jiné oblečení.

#### **MINI bio:**

Studoval v Brně pedagogiku a posléze obor herectví. První angažmá získal v Městském divadle ve Zlíně. V současnosti je stálým členem uměleckého souboru pražského Dejvického divadla. V Dejvicích si zahrál rovněž v Příbězích obyčejného šilenství nebo v Čechovových Třech sestřích, největší úspěch mu ale zatím přinesla hlavní role vychloubačného Christy Mahona ve hře Hrdina západu, za kterou v roce 2008 získal Cenu Alfréda Radoka. Po několika menších rolích v televizi vstoupily v roce 2006 do kin jeho prakticky první a zároveň nejvýraznější filmy Pravidla lži (režie R. Sedláček) a Grandhotel (režie D. Ondříček). Uspěl i jako moderátor cen Divadelních novin a Sazky, jednoho z ročníků Festivalu krátkých filmů a v televizním seriálu Štítý království českého.







## AÑA GEISLEROVÁ

**M**noha Českými lvy oceněná herečka Aňa Geislerová se divákům představila již v mnoha rolích, které pro ni znamenaly velkou hereckou výzvu. Skutečný příběh Boženy Němcové, první české spisovatelky, který je odvyprávěn ve čtyřech televizních filmech v produkci České televize, bezpochyby patří k těm nejnáročnějším.

**Božena Němcová se umístila na nejvyšším místě mezi ženami v anketě Největší Čech. Patří tam podle Vás?**

Určitě tam patří a docela by mě zajímalo, kdo z jakého důvodu pro ni hlasoval. Určitě je více způsobů, jak ji vnímat, ale rozhodně tam patří.

**Zároveň jste točila film Havel a sérii Božena. Jaké bylo převlékat se z Ani do Olgy a hned na to do Boženy?**

Bylo to náročné, ale zároveň plně uspokojující. Když si jako malí hrajete s převleky, tak se také během chvilky umíte přehodit z rudoarmějců na

fašisty a za chvíli na indiány. Hrajete si a tvoříte. V tom se pro mě nic nezměnilo. Čím je to pestřejší, tím jsem spokojenější. Náročné to ale bylo. Zejména Božena byla emocionálně velmi náročná.

**V čem?**

Jednak rozsahem, je to opravdu velká role. A také proto, že já Boženu ztvárňuji v době, kdy žila v bídě, zažívala naplnu nemoc. Byla pronásledovaná úřady. S manželem to měla složité. Vlastně jsem „nafasovala“ to náročnější období jejího života a plně jsem to s ní vše prožívala.

**Jak jste se připravovala na roli Boženy?**

Už pár let zpět jsem uvažovala, proč je Němcová tak hodně oblíbená a proč je pro lidi tolik fascinující. Přiznám se, že já to tak necítila. To ale bylo v době, kdy jsem o natáčení nic netušila. Tehdy jsem si do telefonu stáhla její milostnou korespondenci a myslela jsem si, že po jejím přečtení ji nejlépe poznám. Bylo to napsáno tak komplikovaným a archaickým jazykem, že jsem se do toho pořádně nedostala. Už mi ale začala



být sympatická přinejmenším tím, že se s chlapcy moc nepárala, což v té době rozhodně nebylo běžné, respektive se s nimi párala víc, než bylo na tu dobu zvykem... Po pár letech se objevila role Boženy. Vůbec jsem netušila, jak to bude velké. Ta minisérie jsou vlastně dva celovečerní filmy, co jsme natočili s Aničkou Kameníkovou. Tehdy jsem přečetla vše, co Němcová napsala, a vrátila jsem se i k její veškeré korespondenci. U toho mi ale docházelo, že je nutné osvěžit si dějepis a uvědomit si hlavně, v jaké době žila. Z toho najednou začalo vylézat, jak složitá, silná a ne úplně typická bytost pro svoji dobu a místo to byla. Její osobnost mi začala růst před očima, najednou jsem si zcela uvědomovala její sílu, komplikovanost, talent a krásu. Co jsem mohla vidět, jsem viděla, co jsem mohla přechít, jsem přečetla. Nakonec jsem našla monografii Boženy Němcové vydavatelství Mánes, což byla taková dobová „svodka“, která mi hrozně pomohla.

### **Co Vás třeba překvapilo při studiu materiálů?**

Silný byl třeba moment, když nám pan kastelán z Ratibořic Ivan Česka ukazoval pravou Panklovnu, kde vyrůstala. To o člověku řekne hodně, když vidíte, kde a v jakých podmínkách vyrůstal. Ošklivý, syrový a vlhký místo s výhledem na ananasérii.

### **Ananasérii?**

Ano, kněžna založila ananasérii, které se z provozních důvodů proměnila v oranžérii, kde se pěstují citrusy. Ananasům se v Ratibořicích nedařilo. Takových detailů mi pan kastelán povykládal mnoho.

### **Dokážete si představit, že byste žila ve stejné době jako Božena?**

Je tolik dob, o kterých přemýšlím, co by to se mnou udělalo, kdybych se v nich narodila. Už se nějak znám a vnímám a vím, že moje povaha je zdrojem mnoha nedorozumění a konfliktů. Na vše si chci přijít sama. Kdybych se narodila se stejnou povahou v Boženině době, měla bych to hodně těžké. Vůbec si neumím představit, že by mě někdo prodal za někoho. Že by mi máma řekla, že si musím vzít vybraného pána. To bych neudělala. Asi bych se dala nějakou cestou rebelie. Zároveň si ale neu-

mím představit, co by to pro mě znamenalo. Takové ženy většinou končily jako prostitutky nebo v chudobinci. Kdybych měla touhu stát se herečkou, asi bych se přidala k nějaké kočovné společnosti a spolehala se na milodary bohatých měšťanů...

### **O Boženě Němcové se tvrdí, že nebyla zrovna ideální hospodyní...**

To je ale potřeba zasadit do kontextu. Jí se prostě nechtělo stát u plotny a vařit jídlo. Její duše se vznášela mnohem výš než okolo knedlíků. V té době si určitě říkali, že to není žádná hospodyňka, když doma nevaří. Ona ale dokázala sehnat jídlo jinde. Chodila jíst do jiných rodin, anebo když zrovna měla trochu peníze, nechala si klidně nosit jídlo z hospody. Svým způsobem předběhla dobu. Já jí rozumím, protože ten kontext mi to vysvětluje. I když já jsem určitě větší hospodyňka, já miluju motat se kolem plotny, ale zároveň jsou občas dny, kdy mě to nebaví a moc ráda si zavolám jídlo donáškou.

### **Hovoří se také o tom, že Božena nehledala jednorázové vztahy, ale opravdovou lásku – myslíte, že nějaký z jejich „vztahů“ mohl něco takového přinést?**

Nehledala, ale pár jich asi prožila. Otázkou je, co by bylo, kdyby nepotkala svého muže. Trpěla s ním, ale kdyby si Barbara nevezala Josefa Němce, nikdy by se nestala Boženou Němcovou. To on ji přivedl k češtině a češtví a dovedl ji do společnosti. Přestože spolu zažili nešťastná léta, byl jeho vliv na ni natolik zásadní. To on v ní rozdmýchal ten ohýnek. Její touha po lásce, romantismus a touha mít stoprocentní svobodu a lásku jsou nedosažitelné. Vlastně si myslím, že by toho nikdy nedosáhla, i kdyby byla s někým jiným. Možná je někdy důležitější touha než naplnění.

### **Dnešní interpretace postavy Josefa Němce často svádí k negativnímu pohledu. Jak ho po přípravách na sérii vnímáte Vy?**

Nemůžu se nikdy zastávat muže, který bije ženu. To je pro mě neodpuštělný fakt. Když se ale na něj podívám optikou doby, on si vzal mladou holku a čekal, že mu bude ženou v tom smyslu, jak to tenkrát bylo běžné. Že mu porodí děti, bude se o

něj starat, bude mu oporou, bude k němu vzhlížet a bude mu oddanou manželkou. Ale vzal si divokou řeku a neměl ji pod kontrolou. Nebyl připraven na to, čemu bude čelit. Oni se možná mohli milovat, ale museli by přijmout, jací jsou a co chtějí od života, a kdyby uměli komunikovat tak, jak komunikujeme dneska my. Ve chvíli, kdy spolu nebyli, tak na sebe mysleli s láskou. Dokázali k sobě najít cestu. V dopisech si napsali moc krásné věci. Jakmile se ale potkali, tak to bylo peklo. Když budu nejvíc shovívavá, tak Němce vidím jako zklamaneho, neschopného se ovládat a nedokázal ustát a pochopit, koho si vzal za manželku.

### **Jaká je Vaše nejoblíbenější kniha od ní? Četla jste její pohádky dětem?**

Kdybych někomu měla doporučit její knihu, tak určitě její dopisy. Z nich je cítit, jaká byla. Není vždy jednoduché ji přijmout, někdy se může jevit jako přísná nebo nespravedlivá. Její literatura mě tolik neoslovuje. Je archaická. Ale mám obdiv, že takto ve své době psala, a mám ráda třeba Divou Báru nebo V zámku a podzámčí. A její pohádky jsou samozřejmě krásné.

### **Nedávno jste načítala její dopisy. Bylo to v původním jazyce, anebo to podleho úpravám?**

Byl to originální text až na pár spojek a zájmen. Myslela jsem si, že to budeme nahrávat tři dny, ale nakonec jsme to zvládli na jednu sekvenci. Když jsem ale odcházela ze studia, tak se mi trásly ruce i nohy. Jednak proto, že to byla třeba souvětí na pět řádků, a jednak proto, že jsem si opět prožila pár složitých scén.

### **Proč je podle Vás životní příběh Boženy Němcové stále aktuální?**

Ženy od doby Boženy Němcové dosáhly mnohého, ale stále je společnost nastavena tak, že toleruje a odpouští více mužům než ženám.

### **Vnímáte ji jako první, kdo bojoval za rovnoprávnost žen s muži?**

Určitě patřila k těm prvním. Její předchůdkyně a soupeřnice byly Rettigová nebo Karolina Světlá. Ve světě byla idolem George Sandová. V rámci národního obrození se ženy začaly probouzet, ale ona patřila mezi ty nejvýraznější.



### Co považujete za nejzásadnější témata série?

Sama se považuji za člověka, který Boženu dlouho vnímal jako malebný obrázek, stoický portrét, který se mi spojoval s Babičkou, a to ještě navíc tou filmovou, kterou všichni milujeme s Libuškou Šafránkovou v roli Barunky. Měla jsem z ní pocit takové uhlazenosti. Když jsem ale začala pátrat, proč je pro nás tak přínosná, tak si myslím, že tím tématem je poznání Boženy Němcové co nejreálněji. Možná to pro někoho bude náraz. Dalším tématem je poznání, že vnitřní svoboda je jedním ze základních lidských pudů.

### Vy sama jste autorka: Vaše kniha fejetonů P.S. zvítězila v cenách Magnesia Litera v kategorii Kosmas cena čtenářů. Chystáte na literárním poli něco dalšího?

Strašně po tom toužím, ale vím, že toužení to za mě nenapíše. Nemám dobrou disciplínu. Dokud má člověk jen jednu knihu, tak není spisovatel, ale pouze autor. Nyní píšu povídky, které vycházejí v souborných knihách. To, že mám další čtyři knížky na polici, mě uspokojuje. Ale v nich mám vždy jen jednu povídku. Píšu tedy dál a jen se musím dát do latě.

### Co by si podle Vás měli současní autoři od Boženy Němcové vzít?

Ona opravdu nabízí hodně, ale každý si musí vybrat, co potřebuje. Roli Boženy jste ztvárnily dvě herečky. Co jste si s Annou Kameníkovou řekly, abyste tu postavu zahrály věrohodně? Neví se o ničem, co by pro ni bylo charakteristické. Z popisů bylo patrné, že byla energická a měla ráznou chůzi. Tím, že Anička začínala, jsem se já chodila dívat. Společně jsme ladily chůzi. Anička to měla těžší, musela se naučit psát pravou. Já se naučila podepisovat a psát jako Božena. Myslím, že by mi na ni dali půjčku, že její podpisový vzor zvládám.

### Jak jste se vnímala, když jste se viděla poprvé jako Boženu, nalíčenou, s kaštanovými vlasy?

Byla jsem zaskočená, když nás s Aničkou vybrali jako Boženu Němcovou. Když jsem ale viděla paruku a masku, musím jmenovat mistry Martina Valeše, Milana Vlčka a Romanu Karlíkovou, byla jsem hodně překvapená. Nikdy jsem na hlavě neměla lepší paruku. Když jsem měla rozpuštěné vlasy, tak jsem se mohla chovat úplně přirozeně, dávat si vlasy za uši, ve větru vlály. To není u paruk běžné. Když mi jednou upravoval zásek vlasy, zeptal se mě, jestli mě netahají, protože zapomněl, že mám paruku.

#### MINI bio:

Aňa Geislerová se nejprve věnovala modelingu. Na přehlídkových molech v italském Miláně se objevovala již ve čtrnácti letech. Stále se jí nedařilo výrazně prosadit, zkusila proto herectví. Přihlásila se na pražskou konzervatoř, studium však nedokončila a ve druhém ročníku školu opustila. Navzdory tomuto neúspěchu se Aňa začalo dařit ve filmu. První roli ztvárnila ve snímku Ondřeje Trojana Pějme píseň dohola, ale výrazně na sebe upozornila až o rok později, coby představitelka titulní postavy Requiem pro panenku Filipa Renče. V roce 1999 ocenila filmová a televizní akademie výkon Geislerové v Návratu idiota soškou Českého lva, kterého získala ještě několikrát, například za snímky Želary, Štěstí či Kráska v nesnázích. Herečkou je také nejmladší ze sester Geislerových, Ester. Objevila se též v řadě úspěšných seriálů jako Tera pie, Nevinné lži, Až po uši nebo Tátové na tahu.





FOTO: LENKA HATAŠOVÁ

## SANDRA POGODOVÁ

"NEMĚLA JSEM VŮBEC NIC, JEN TOUHU ROZESMÁT ČTENÁŘE"

**H**erečka Sandra Pogodová loni zaskočila své fanoušky coby autorka knižního hitu s názvem *Hoď se do pogody*, který napsala spolu se svým otcem. Během karantény si získala oblibu na sociálních sítích se svou jogínkou Amandou a nyní přichází s pokračováním svého bestselleru, aby se se čtenáři podělila o další porci šílených historek.

Začneme tím nejaktuálnějším - příští měsíc vychází vaše druhá kniha, pokračování *Hoď se do pogody* s názvem *Buď v pogodě*. Liší se tahle kniha v něčem oproti té první?

Na první pohled ne. Je to opět povídková knížka, kterou jsme napsali s mým tatou. Příběhy od nás se pravidelně střídají, aby si čtenář užil rozdílnost našich stylů. Co je jiné, jsou témata, o kterých píšeme. Tentokrát jsme se rozhodli podělit se s lidmi o spoustu šílených historek nejen z domova, ale i z pracovního prostředí. V mém případě jde hlavně o divadlo a tata dokonale popisuje útrapy diskžokeje v komunistickém Československu.

**Kdy jste začala poprvé koketovat s myšlenkou, že byste mohla napsat knihu?**

Počítám, že to bude nějakých deset let zpátky.

Jsmo poměrně rozvětvená rodina a když se sejdeme, vypadá to vždycky, jako když přijel cirkus. Pokaždé se dávají k dobru historky a o salvy smíchu není nouze. Dokážeme se svou nemotorností a nešikovností vzájemně dost pobavit. Jednou jsem se takhle zase válela smíchy a najednou si říkám, že je věčná škoda, že se u těch příběhů bavíme pouze my, že by stálo za to to sepsat.

**Měla jste dopředu vybrané historky pro *Hoď se do pogody*, nebo jste postupně lovili s otcem jednotlivé vzpomínky v paměti, jak to zrovna během psaní přišlo?**

Neměla jsem vůbec nic, jen touhu rozesmát čtenáře. Ale začátek psaní byl překvapivě jednoduchý. Vzpomínala jsem si postupně na všechny možné události, které se v naší rodině udály a vymykají se normálu a najednou mi došlo, že budu muset selektovat, protože historek je nepřeberné množství a jedna je lepší než druhá. Tata to měl ještě jednodušší. V devadesátých letech byl redaktorem Českého rozhlasu a v rámci vysílání četl své krátké povídky. Všechny tyhle příběhy pak skončily v šuplíku jeho pracovního stolu. Použít je, se přímo nabízelo a tak měl tata svou část knihy napsanou ještě dřív, než jsme věděli, že nějaká knížka vůbec bude.



## **Bojovala jste hodně s tím, jak jednotlivé povídky uchopit?**

To šlo taky jako po másle. Ty historky jsem mockrát vytáhla na různých večírcích a měla jsem tak ozkoušeno, jakým stylem se musí vyprávět a kdy má přijít pointa.

## **Kdo myslíte, že se u psaní více zapotil, vy nebo tata? :)**

Já! Hlavně u druhé knížky, kdy mi tata předal sadu nových historek a já jsem je následně musela upravovat. Bylo potřeba jim trochu pomoci, aby měly pořádný tah na bránu. Takže když jsem dočistila tatovy povídky, vrhla jsem se na svoje. Rukopis druhé knihy jsem odevzdávala do nakladatelství zhruba po půlroční práci.

## **Jak je vidno, historek máte v rodině pořádkost, bude i třetí díl? A neláká vás zkusit si napsat i něco jiného, čistě fiktivního?**

Koukám, že mi čtete myšlenky. Momentálně se chystám na rodinný román. Tohle už bude fikce, volně inspirovaná naší rodinou. Takhle familie bude velká divočina, o prapodivné členy domácnosti nebude nouze. Sbíráám materiál z útržků různých rozhovorů, co zaslechnu a z ulítlých nápadů, co se mi proženou hlavou. Všechno si to píšu do malého notesu, který nosím neustále sebou. Jsem sama zvědavá, jak formát románu zvládnou, je to něco úplně jiného než povídky.

## **Děláte hodně autocenzuru ve smyslu „tohle už je moc“, nebo „tohle bychom asi lidem říkat kvůli námě úplně neměli“ a podobně?**

Svého času jsem žila hodně divoký život a to by se do knihy moc nehodilo. Devadesátá léta byla prostě k žití, ale rozhodně né k následnému pře- vyprávění. Takže počáteční cenzura byla jasně nastavená a pak už nebylo třeba se omezovat.

## **Je nějaká vzpomínka, kterou máte osobně hodně ráda, ale nepovedlo se vám ji organicky začlenit ani do jedné z knih?**

Můj roční život v New Yorku. V triadvaceti letech jsem odjela do Ameriky, pracovat jako au-pair a starala jsem se o tři dospívající kluky. To by vydalo

na celý román. Byl to rok, kdy jsem se úplně oddělila a žila jakoby v jiném světě. Na konci pobytu už jsem měla pocit, že se mi můj předešlý život jen zdál a realita je to, co žiju v USA. Z téhle doby jsem použila jen jednu historku, kterou jsem dala hned do první knihy. Myslím, že zbytek zkušeností z tohoto období využiji hlavně v mém románu.

## **Dočetl jsem se správně, že vaší úplně první vzpomínkou je nemocniční chodba?**

Ano, dlouhá chodba v Motolské nemocnici a na jejím konci světlem zářící okno. Byla jsem tam ve třech letech kvůli operaci nádoru na čele. Naštěstí to dopadlo dobře, takže je to ve finále vzpomínka pozitivní.

## **Jak se vám psalo v "době covidové"? Jeden by řekl, že pro knižního autora je to skoro ideální pracovní zázemí.**

Já jsem si to taky myslela. Říkala jsem si, že mám hezky klid na psaní, ale paradoxně mi to nic nedělání rozhodilo pracovní morálku. Byla jsem totálně nesoustředěná a pořád jsem koukala, co kde lítá, místo abych psala. Ve finále mě zachránil termín odevzdání knihy. To je bič, na který se dá spolehnout. Po dvou knížkách mám zkušenost, že jsem schopná napsat tak šest stránek textu denně. Myslím stránek, které se dají použít. Ale člověk si musí nechat nějaký čas i na odložení textu. Jako když pověsíte zvěřinu do spíže, aby uzrála. Po nějakém čase ten text vezmete zase do ruky a po přečtení zjistíte, jestli funguje, nebo je třeba ho přepsat.

## **Jak moc vás v hraní ovlivnila pandemie?**

Patřím k těm, kterým Covid změnil život od základu. Už rok v podstatě nevykonávám své povolání (divadla jsou zavřená) a žiji z toho, co jsem si našetřila. První kniha mi vyšla třináct měsíců před vypuknutím pandemie a finančně mě zachránila. Jediné slušné peníze, které mi minulý rok přišly byly procenta z prodaných výtisků. Založila jsem si Facebook a Instagram a tam pravidelně načítám povídky z knížky. Jednak, abych lidem v tomto období zmaru zvedla náladu a rozesmála je a taky, aby se vůbec o knize dozvěděli a v případě zájmu si ji mohli objednat. A funguje to báječně. O knihu je i dva roky po jejím vydání



FOTO: LENKA HATAŠOVÁ

enormní zájem, Češi se prostě chtějí bavit. Však jsme národ s nejostřejším humorem na světě.

### **Kterou roli, ať už filmovou, seriálovou či divadelní jste si zatím nejvíce užila a proč?**

Nejvíc mi asi šla Helena Musilová ze sitcomu Helena. Sitcom je velmi specifický žánr, který vyžaduje „tlustý“ styl hraní. Slovem tlustý myslím výrazný. A to je přesně něco pro mne. Já hraji hodně výrazně a na hraně, nic civilního ode mne nečekejte. Jsem taková i v životě.

### **Většinou lidé řeší hlavně negativní věci spojené s karanténou. Zkusme to jinak – dala vám do života něco pozitivního?**

Já jsem ten rok využila k vlastnímu osobnímu rozvoji. Měla jsem čas na jiný životní styl. Pravidelně cvičím, změnila jsem jídelníček, začala jsem se otužovat, prošla jsem dvakrát terapií s Ibogou (africká bylina léčící podvědomí). Cítím se o moc vyrovnanější a spokojenější než před začátkem pandemie. Udělala jsem si na sebe prostě čas. Taky jsem se naučila nehroutit z věcí, které neovlivním a to je největší dárek minulého roku.

### **Nedávno jste bavila fanoušky Instagramu zmíněným otužováním. Předtím jste si získala pozornost jako jogínka Amanda, vystupujete také jako DJ Psovod, skoro se zdá, že pořád potřebujete něco dělat, abyste se náhodou nezastavila na místě.**

To jsme my berani. První znamení zvěrokruhu má přebytek energie, navíc dost ohnivé energie. Jsme veselí, hluční, neposední, netrpěliví, vášniví a často míváme pusu rychlejší než hlavu. Dokonce i zevlování děláme hezky okatě. Když se válím a nic nedělám, nehodlám se za to stydět a dělám to pořádně naplno. Já jsem prostě milovník života. Jsem jako dítě, neustále překvapovaná krásou každého dne a to mne motivuje k činnosti. Potřebovala bych tak tři těla, abych stihla realizovat všechno, co mě napadne.

**Když jste u vašich koníčků, v čem si myslíte, že jste opravdu dobrá a kde naopak úplně míváte cíl?** Dokážu nadchnout lidi, nakazit je svou energií. Velice často se mi stává, že mi fanoušci řeknou, nebo napíšu, že jsem jim doslova vlila sílu do žil, že jsem je nakazila svým optimismem. A to považuji za svůj největší dar. Tohle se nedá na-

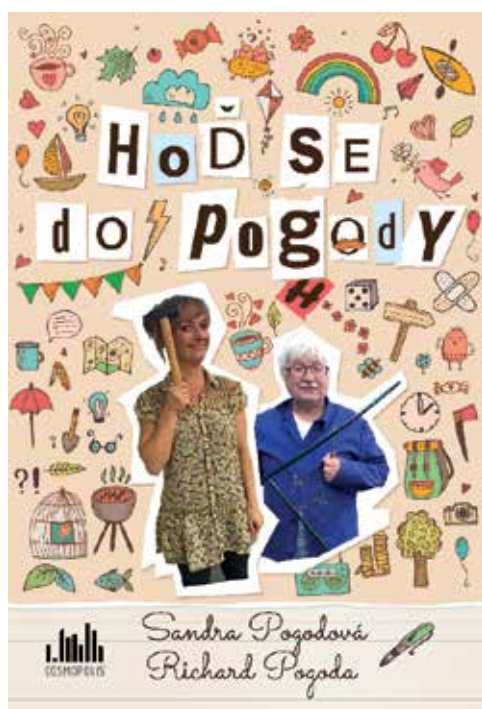
učit. Buď to v sobě máte nebo ne. Tak jako talent. Ten se taky nedá naučit. Můžete se naučit nějakému řemeslu, ale talent na to řemeslo musíte mít v sobě. Na druhou stranu jsem slabá v dokončování věcí, protože u nich neudrším dlouhou pozornost. Dělam to většinou tak, že nadchnu ostatní a oni mi pak pomohou, abych u projektu vydržela.

**V roce 2012 jste absolvovala pěší pouť do Santiaga de Compostela, těsně před pandemií jste ještě zase stihla procestovat Vietnam a Kambodžu. Jakmile to půjde, kam se rozhodně vydáte a proč?**  
Mám v plánu dál cestovat po Asii. Začala jsem tam jezdit teprve před čtyřmi lety a hodně se mi tam líbí. Ovšem to jsou dlouhodobé zájezdy, krátké výlety přijdou asi jako první. Momentálně jsem dost hladová po galeriích. Jsem ten typ šilence, co se sebere a letí přes celou Evropu, protože je někde dobrá výstava. Takže jakmile to půjde, vidím to na Florencii. Renesance je mé oblíbené období.

**Co považujete za svůj největší životní zážitek?**  
Asi porod. Škoda, že si ho nepamatuju. To muse-la být jízda. Ale jinak bych vám asi odpověděla - Život sám. Jsem doslova zamilovaná do žití. Mít schopnost prožívat emoce, mít pocity. Ochutnávat jídlo, pít, dýchat vzduch, poslouchat hudbu, zamilovávat se, radovat se, plakat...prostě všechno, co mi tento svět může nabídnout.

**A poslední otázka pro takzvané nevěřící Tomáše v řadách našich čtenářů – proč by si měli přečíst právě vaše knihy?**

Protože jim přinesou spoustu radosti do života. Čtenáři mi píšou, že propukají v hlasitý, nekontrolovatelný smích a nemůžou si pomoci. To je přece nádhera! Ty knihy mají dar, doslova vás vysvobodit ze špatné nálady. Ale doporučuji, nečíst je v jednom tahu. Vychutnejte si každou povídku a dejte jí čas a prostor. Je to stejné, jako s dobrým vtipem, úplně stačí jen jeden a rozsvítí vám celý den.





### KOSMETIKA & AROMA TERAPIE PRO DOBRÝ POCIT Z KAŽDÉHO DNE

**V**ěděli jste, že kosmetika může napomoci k tomu, abyste se cítili líp? Základem přírodní kosmetiky Vandini jsou čisté květové vody, což je složka, kterou k povznesení mysli potřebujeme. Vysoce kvalitní přípravky pocházejí od německého výrobce, rodinné firmy s tradicí od roku 1950. Jsou dermatologicky testované, neobsahují parabeny, silikony, ani látky na bázi ropy. Výrobní procesy probíhají podle zásad trvaně udržitelosti. V roce 2017 získala značka Vandini certifikát „Klimaticky neutrální“.

#### Poznejte „Vandiniho“ květové vody

Jak se dnes cítíte? Co potřebuje vaše tělo a mysl? To jsou klíčové otázky, které byste si měli položit, pokud si vybíráte kosmetické přípravky od značky Vandini.

Jestliže vaše pleť volá po vodě, určitě sáhněte po řadě Vandini Hydro. Intenzivní hydratační péče s květovou vodou z magnólie a mandlovým mlékem učiní vaši pleť hebkou a vláčnou a stejně tak uvolní i napětí v mysli. Chybí vám energie? A vaše pleť vypadá povadle? Sáhněte bez váhání

po řadě Vandini Energy. Vzácný babassu olej má jednu opravdu výjimečnou vlastnost – nevysychá, a proto nedovolí vyschnout ani vaši pokožce. Svěží vůně květové vody z pomerančového květu hravě dodá dobrou formu i vaši psychice.

Řada Vandini Sensitive je synonymem jemnosti. Potřebujete – li se laskavě opečovat, jsou pro vás tou pravou volbou produkty s květovou vodou z fialky a rýžovým mlékem, bohatým na rýžové proteiny, které vyživují, zklidňují a zvláčňují citlivou pokožku. Arganový olej je marocký elixír mládí a krásy. Pokud máte pocit, že vaši pleť „přibývají léta“, dopřejte jí intenzivní vyživující kúru s řadou Vandini Nutri s noblesní vůní pivoňky. Milujete vůni vanilky? Pak vyzkousejte řadu Vandini Vitality. Květová voda z květu vanilky a makadamový olej dodají vaši pokožce i smyslům vitalitu.

Řada Vandini Firming je unikát, který ocení každá žena. Díky výtažkům ze zelené kávy a mořských řas zpevňuje pokožku a navrácí jí hladký vzhled. Květová voda z lotosového květu, jako symbolu čistoty, dodává celé řadě ojedinelý šarm a vám pocit čistoty a nových začátků.

Více o kosmetice Vandini najdete na [www.liftea.cz](http://www.liftea.cz).







novinka



znáte  
z TV

# CO U NÁS NAJDETE?

- PŘÍRODNÍ, BIO A DERMO KOSMETIKA •
- DÁRKOVÁ KOSMETIKA •
- DOPLŇKY STRAVY • ZDRAVÉ MLSÁNÍ •
- HYGIENICKÉ PŘÍPRAVKY • EKOLOGICKÁ DROGERIE •
- PŘÍRODNÍ VLASOVÉ BARVY • KOMPLEXNÍ VLASOVÁ PÉČE •
- KOSMETIKA PRO MIMINKA • EKOLOGICKÉ PLENY •





## TOMÁŠ VOBOŘIL

"NENÍ TO O VYDĚLÁVÁNÍ. JE TO O PŘEŽÍVÁNÍ"

**B**ýt v současné době v gastro byznysu je nevděčná věc. I když si podnik udrží co nejvíce věrných zákazníků "přes okénko" či rozvozy jídel, stejně se zdaleka nelze dostat na původní tržby. Jak se v tom naučit chodit a nezbláznit se, o tom jsme si povídali s majitelem ceněné restaurace Podolka Tomášem Vobořilem.

**Začneme otázkou, která se nabízí - jak to všechno zatím zvládáte?**

Nádherně, jak jinak. (smích) Ale vážně. Emočně už je to v pohodě. Před rokem, když vše začínalo, to bylo nejtěžší. Teď už se člověk zkrátka musel přizpůsobit, ať chtěl nebo ne. Konto se ale zužuje, tomu nejde zabránit a už mi trochu docházejí síly a nejsem si jistý, co bude dál. Otevřeno každopádně máme, okénko jede a postavili jsme e-shop, takže v rámci možností co může, to funguje. Ale co se bude dít dál, to bohužel nikdo neví.

**Jak rychle se "nové době" přizpůsobili zákazníci?**

Já jsem si to na začátku trochu zkomplikoval, ale to už je taková moje věc. (smích) Nám se v Podolce všechno rozjelo o něco pomaleji, protože jsem hned na začátku odmítl dovážkové služby typu Dáme jíd-

lo, Bolt a podobně. Jsou na nich extrémní poplatky a mně to nedávalo logiku. Podobnou distribuci lze samozřejmě vnímat jako reklamní kanál při normálním provozu, kdy se tento druh distribuce může použít jako komunikace s klientem. Cena při "okénkovém provozu" je však příliš vysoká. . Příklad mi smysluplnější vystavit si vlastní platformu, i když je mi jasné, že aplikace sdružující více podniků jsou pohodlnější. Já jsem šel radši cestou vlastní distribuce, kdy místo marže třetí straně jsem naopak snížil ceny jídel. Příklad mi to férovější k hospodě i zákazníkům. Je současně třeba dodat, že to rozhodně není o vydělávání. Je to o přežívání, kdy se ze všech sil člověk snaží, aby nemusel propouštět.

**Vím, že tohle může být citlivá otázka, ale zkusme to - jak moc pomáhá, či nepomáhá stát?**

Ono to má více úhlů pohledu. Pokud se budeme bavit o tom, jestli stát aspoň nějakým způsobem pomáhá, pak ano. Byli jsme schopni si šáhnout na podpůrné programy, současně se tu ale dost lže o tom, jak reálně restaurace fungují a kolik tam kdo bere v průměru ročně hrubého. Ironií osudu je, že se vládní informace rozchází i se Statistickým úřadem. Když jsem slyšel představy ministra Havlíčka, trhal jsem si vlasy. A od reality se samozřejmě odvíjí i to, co každý podnik dostává. Takže ano,

stát pomáhá, ale je to dost podpůměrné pomáhání a místo, aby vše bylo jednoduché, je to naopak složité, zatížené byrokracií, zkrátka přesně takové, jaké žádný živnostník a podnikatel nechce a jaké by to být nemělo. Z toho je mi osobně dost smutno.

**Přejdeme k vaší Podolce, ať se bavíme o něčem příjemnějším. Dnes jde o vyhledávaný podnik, na začátku to ale moc růžově nevypadlo, že?**

Plán byl, když jsme někdy v roce 2012-2013 začínali, že jsme chtěli přijít s čistě vegetariánskou restaurací. A evidentně jsme předběhli dobu, protože tehdy na to ještě lidi úplně neslyšeli. Po jediném roce jsme se tak dostali do ztráty. Na základě toho jsme se rozhodli jídelniček rozšířit i o maso, z toho poté vznikl koncept rodinné restaurace a pak už se povedlo oslovit dostatečnou skupinu lidí. To, že se nyní u nás může sejít celá rodina a každý si něco vybere, to vnímám jako správnou věc, i když náš k tomu dotlačily poměrně složité začátky. Co nicméně zůstalo je to, že se snažíme nabízet hlavně lehká a originální jídla.

**Vymýšlíte si jídla do menu sám?**

Dá se říct, že velká část jídel vychází z mojí hlavy. Jsem vyučený kuchař, takže menu rád dávám do-

hromady a různě si s ním hrají. Dnes mi již hodně pomáhá náš skvělý šéfkuchař Jarda Rezek. Ale příznám se, že v poslední době se mě baví hlavně cukrařina a té bych se chtěl do budoucna věnovat víc. Všeobecně si vaření pořád užívám. Poznal jsem i tu manažerskou část a musím říct, že ta mě spíš unavuje. Jsem v jádru kuchař a to je to, co chci dělat.

**V rámci manažerství jste se ale každopádně také hodně osvědčil, pokud vezmeme v potaz fakt, jak se vám daří oslovovat lidi přes internet, ať už se bavíme o Facebooku nebo Instagramu, kde navíc vystupujete sám za sebe.**

Tohle paradoxně tak nějak vyšlo z té první krize, co jsme měli na počátku, když Podolka byla rok na trhu. V té době, je to skoro deset let, byla reklama na Facebooku něco nového, takže jsem si k tomu musel sednout a studovat, jak ji používají jiní. Vyplatilo se. V podstatě jsme pak během týdne, s již překopaným jídelním lístkem, naplnili restauraci.

Když později přišel Instagram, trošku změnil pravidla hry, protože se na něm věci propagují jinak a mají i trochu jinou cílovku. Osobní Instagram jsem začal dělat hlavně proto, že je to správné pro byznys. A že tam propaguji věci sám, to jsem se inspiroval





při cestách do zahraničí. Všiml jsem si, že v cizině se snažily podniky propagovat přes konkrétní kuchaře a majitele. Když šlo o někoho, kdo řemeslu rozuměl, zákazníci na to slyšeli, protože podnik byl pro ně najednou důvěryhodnější. Takže jsem tou cestou šel taky, začal jsem fotit jídlo, je to hezký, je to barevný, lidem se to líbí a funguje to. Realisticky se objednávky otočí podle toho, jak se fotka povede a zákazníci mi dokonce často píšou, co by sami chtěli. A to mě na Instagramu baví, protože jde o přímou vazbu a motivuje to k tomu, aby člověk dělal dál, co dělá.

**Vy jste ale zažil i temnou stránkou téhle věci.**

Hádám, že myslíte kauzu s FattyPillowem...

**Přesně tak.**

Nebudu lhát, to bylo peklo. Tehdy šlo o to, že se Fatty nějak nepohodl s naší obsluhou, na základě toho dal hejt na internet a tím rozjel kauzu "bombardujeme Podolku negativním hodnocením". A řeknu vám, když se to stalo, ten den jsem prostě musel vypnout internet, nebo by to nedopadlo dobře. (smích) Tehdy ani nešly recenze na sociálních sítích zavřít a pokud jsou hodně zlé, zkrátka to podnik ovlivní. Ale lidi byli naštěstí skvělí, podpořili nás, hodnocení se částečně dostalo zpátky na číslo, jaké jsme měli předtím a i Fatty nakonec uznal, že to přehnal. Ale ano, tahle stránka sociálních sítí se mi nelíbí. Musí se s tím umět pracovat, a není to vůbec lehké, protože jsou v tom vždycky emoce.

**V jednom starším rozhovoru jste na sebe práskl, že neumíte moc chválit zaměstnance. Už jste se to naučil?**

No, jako jo, snažím se. (smích) Ale je to těžké, mnohokrát řeknu něco, co vyzní jinak než bych chtěl. Ale už je to lepší, třeba o nějakých 30%. (smích) Ono když se chválí, tak se přeci jen lidem líp pracuje, ale zase se to nesmí přehánět. Člověk musí sám sebe motivovat k nejlepším výsledkům a k tomu patří i kritika, ze které se může poučit.

**Co vás teď do budoucna, pokud se bavíme o gastronomii, hodně láká. Čemu se chcete věnovat?**

Rozhodně tomu cukraření. Myslím si, že jde o jed-

no z budoucích témat gastronomie a podobně jako dřív byli podceňováni kuchaři, než se do toho pořádně vložil Zdeněk Polreich, tak teď se zase úplně nedoceňuje práce cukrářů. Přitom v zahraničí cukrařina zažila boom již před dlouhými třemi roky. Tehdy jsem si ji sám začal víc všimnout a doslova mě ohromilo, jak neskutečně krásné věci umí lidé vyrobit. Už dávno nejde jen o laskonky a kremrole, ale třeba o dort z čokolády, co vypadá jako lampa. S žárovkou, spínačem, všemi detaily. To mi hrozně imponuje a něco z vyšší cukrařiny bych se chtěl naučit.

**Jednou celá tahle nešťastná situace, která nás nyní provází, skončí. Co uděláte, až se tak stane?**

Osobně si nemyslím, že to někdy úplně skončí, ale vidím světlo na konci tunelu. Jen mám obavu, že se všechno tak nějak srovná až příští rok. Chtěl bych se každopádně míň honit za prací a víc si užívat života. To je něco, co jsem zatím spíš zanedbával.







## RECEPT - CUKETOVÉ PLACIČKY

### Suroviny:

500 g cukety, 150 g celeru, 2 stroužky česneku  
3 větvičky čerstvé nebo i sušené majoránky  
200 g kukuřičné mouky, 3 vejce, sůl a pepř  
přepuštěné máslo na pečení

### Postup:

1. Omyjte cuketu, nastrouhejte najemno. Přendejte do cedníku a vedle uvařte vodu. Cuketu prolejte horkou vodou (dostanete z ní přebytek vody a líp se následně peče). Vyzdímejte, nebo nechte odkapat a vraťte do mísy.
2. Nastrouhejte celer najemno. Přidejte česnek, sekanou majoránku, vejce, sůl, pepř a kukuřičnou mouku. Směs by měla být tuhá (měla by se lepit, ne rozpadat).
3. Do pánve si dejte větší množství přepuštěného másla nebo rostlinného oleje. Rozehřejte a na rozpálený olej lžící pokládejte tenké placičky. Opečte a následně naskládejte na papírové ubrusky, aby se přebytečný tuk odsál.
4. Jako doplněk můžete nakájet papriku a rajčata, smíchat se zakysanou smetanou, osolit, opepřit a přidat pažitku.



## RESTAURACE PODOLKA

info@restauracepodolka.cz

info@balicekzpodolky.cz

+420 774 568 140

f/podolka

instagram.com/restaurace\_podolka

www.restauracepodolka.cz

www.balicekzpodolky.cz

# VELIKONOČNÍ TRADICE

**V**elikonoce se sice dodržují převážně na vesnicích (velká města nikdy nebyla na koledování úplně stavěná), přesto se mnoho původních velikonočních zvyků a obyčejů dodržuje i v současnosti.

Většina z nich má nějaký ten symbolický význam, který vychází z kulturních i náboženských tradic, poměr a pranostik. Vybavit si jednotlivé zvyklosti, jaké Velikonoce provází, by dokázal zřejmě každý z nás. Ale onen původ? Tam už můžete tápat. Právě proto vám v následujícím malém speciálu uděláme okénko do minulosti, ať můžete, až půjdete šupat, nést osvětu dál. Tedy, pokud nám na Velikonce dovolí, abychom vylezli z vlastního domu...

## POMLÁZKA A VAJÍČKA

Nejvýraznější symboly Velikonoc. Pomlázka by měla být vlastnoručně pletená z vrbových proutků a ozdobená stuhami. Podle pranostik totiž mladé proutky vrby přináší zdraví a mládí každé dívce nebo ženě, která s nimi dostane našleháno. Počet stuh označuje, kolik dívek a žen pomlázka při koledě o velikonočním pondělí takzvané „pomladila“. Vajíčka jsou odměnou za vyšlehání. Vzhled vajíček velmi často vychází z regionálních a místních zvyklostí a svůj význam mají i barvy.

## KOLEDOVÁNÍ

Na koledu chodí zásadně jen chlapci a muži, koledovat by se správně mělo jen od půlnoci do půlnoci, v některých krajích se ale koleduje jen do pondělního poledne. Koledovat domů se chodí jen k příbuzným nebo dobrým známým, venku je ale možné pomlázkou vyšlehat každou dívku nebo ženu. Tradiční odměnou za koledu jsou vajíčka, mohou to ale být i sladkosti a velmi často to také je (protože jsme Češi) sklenička alkoholu.

## POLÉVÁNÍ VODOU

V některých krajích muži ženy společně s vyšleháním ještě polévají studenou vodou, ale správně by dívky a ženy v úterý ráno po velikonočním pondělí měli polít chlapce a muže. Někde se místo vody používá ve skromném množství i parfém. Vodou by se měly polévat i hospodářská zvířata, protože podle pověr je polití omlazuje a dodává jim sílu.

## VELIKONOČNÍ ŘÍKANKY A BÁSNIČKY

„Hody, hody, doprovody...“ zná asi každý, ale existuje jich mnohem víc a každá má svůj půvab. Bohužel si na většinu už dnes lidé nevzpomenou (komu se to podaří, obvykle má více vajíček:).

## ŘEHTAČKY A KLAPAČKY

Řehtačky a klapačky nahrazovaly zvony, které naposledy zní při mši na Zelený čtvrtek a znovu se rozznívají až na Bílou sobotu. Na mnoha místech je řehtání a klapání symbolickým vyháněním Jidáše a začíná tak, že na Zelený čtvrtek chlapci s řehtačkami a klapačkami vyběhnou po mši z kostela a volají „Jidáše honíme, klekání zvoníme, přítom se modlíme...“

## BERÁNEK A ZAJÍČEK

Velikonoční beránek je tradiční a velmi oblíbené pečivo. Jako symbol má beránek původ už v dávných pohanských dobách a svůj význam má u křesťanů i u Židů – je členem křesťanského Božího stáda, o které se stará pastýř, kterým je židovský Bůh. V dobách starověku i středověku byl beran obřadním jídlem, ale protože jeho maso bylo drahé, jedlo se místo toho pečivo ve tvaru beránka. Zajíček je velikonoční symbol s původem v Německu, vznik této tradice má několik vysvětlení. Podle jednoho se zajíc často pohyboval okolo lidských obydlí a hledal tam potravu, podle jiného se dříve o Velikonocích pekl chléb ve tvaru zajíce a doprostřed se pokládalo uvařené vajíčko. Zajíc je ale i v Bibli mezi „stvořeními maličkými na zemi a moudřejšími nad mudrce“, kde symbolizuje skromné a pokorné. V křesťanské církevní symbolice bývá u nohou Panny Marie jako znamení vítězství čistoty nad tělesným pokušením ve spojení s příslovečnou zaječí plodností.

## MAZANEC A JIDÁŠE

Mazanec symbolizuje slunce. Těsto by se správně mělo zadělávat na Bílou neděli a mělo by být stejné jako těsto na vánočku. V dřívějších dobách mazanec nebyl sladký, připravoval se ze strouhaného syra a většího množství vajec, aby byl hodně žlutý. Nesladké mazance se jmenovaly různě – baba, babyka, šoldr, plecovník nebo svěceník. V sladké podobě si mazanec zachoval původní kulatý tvar a uprostřed znamená kříž. Jidáše by zase měly mít tvar válečku, protože symbolizují provaz, na kterém se Jidáš podle křesťanského výkladu oběsil. Praktičtější vysvětlení pečení Jidášů je, že hospodyně zkrátka jen chtěly spotřebovat zbytky těsta. Klasické těsto na Jidáše se ale připravuje z bílé mouky a medu.

## KOČIČKY A JEJICH SVĚCENÍ

Takzvané kočičky nebo větvíčky jívy se světí na Květnou neděli. Posvěcené kočičky se dávaly ke kříži v domácnostech nebo k svatým obrázkům. Zapichovaly se i na okraj pole, aby chránily úrodu, nebo se dávaly do sklepa, aby ochraňovaly zásoby. Dnes už se úroda moc neřeší a zvyk proto zanikl.



**G**hí, ghee nebo ghíčko je sanskrtský výraz pro přepuštěné máslo. S ghí se můžeme setkat v souvislosti s ajurvédou, což je 5 tisíc let stará indická medicína. Ta považuje ghí pro své účinky na zdraví za elixír života. Ajurvéda je od roku 1982 uznaná Světovou zdravotnickou organizací jako oficiální alternativní medicína.

Jakkoli zní exoticky, ghí není v našich krajích žádná novinka. Již naše babičky používaly přepuštěné máslo ke smažení, maštění knedlíků, kaší, brambor, do polévek a omáček, k potírání drůbeže, při pečení koláčů a buchet. Během posledních 20 let přišly na scénu margaríny a snažily se tradiční máslo nahradit. Vědecké výzkumy nicméně potvrzují, že máslo (a to přepuštěné

obzvláště) je stále velmi hodnotný a zdravý, tedy i nenahraditelný tuk. Ghí je čistý máselný tuk, který chutná a voní jako máslo, ale má jiné vlastnosti.

Velmi dlouhá trvanlivost (min. 12 měsíců), nemusí se chladit, dá se použít jako základ na polévku, omáčku, či jíšku a nepřepaluje se (je tedy ideální na smažení). To jsou jen některé z mnoha výhod. Ghí navíc neobsahuje mléčnou bílkovinu ani laktózu a kromě vynikajících sensorických vlastností má též spoustu pozitivních účinků na zdraví.

Na [www.ceskeghicko.cz](http://www.ceskeghicko.cz) najdete nejen čisté ghíčko, ale i speciálně ochucené edice vytvořené pro gurmány a fantastickou Ghítelu, neboli krémové oříškové pomazánky z prémiových ingrediencí s ghí.

th.



 **ČESKÉ GHÍČKO**

info@ceskeghicko.cz  
f/ceskeghicko  
/ghicko  
www.ceskeghicko.cz



Ghi

#JezteDobréTuky



Jenom **GHÍČKO**  
má modré víčko

[www.ceskeghicko.cz](http://www.ceskeghicko.cz)

**ŠÉFKUČAŘ A POROTCE V SHOW  
MASTERCHEF JAN PUNČOCHÁŘ:**

*MŮJ JÍDELNÍČEK ZAČÍNÁ VE DVANÁCT HODIN*

P

*atří mezi naše nejlepší šéfkuchaře a v posledních letech se také objevuje na televizních obrazovkách jako porotce v kulinářské show Masterchef.*

*Jan Punčochář během své dosavadní kariéry působil v nejlepších restauracích našich i světových, včetně těch, které mají michelinská ocenění. Nakonec ho získal i on, a to v restauraci Le Terroir, kde pracoval deset let. Nyní už má vlastní podnik U Matěje a vaření a dobré jídlo jsou pro něho opravdovou vášní. „Všechno, co vidím, tak sním, a proto mám nadváhu,“ vtipkoval ještě nedávno Jan Punčochář. To už je ale nyní minulost, za pouhý rok zhubl za pomoci posledního vítěze Masterchefa, Romana Staši, 15 kilogramů! Jak se mu to podařilo?*

**Vy jste se dříve označoval za nejlepšího znalce diet, ale jen na teoretické úrovni. Jak se stalo, že jste se do hubnutí pustil i v praxi? Co bylo tím impulzem?**

Já jsem se vždy snažil zhubnout skrz nějaké diety, ale nyní se jednoduše snažím jíst zdravě a hodně sportovat. To je asi základ, který snad bude vést k dlouhodobému udržení váhy. Impulz asi nebyl, možná jsem měl víc času na běhání a sport.

**Dříve začínal váš jídelníček obědem v 11. Teď už i snídáte?**

Teď můj jídelníček začíná ve 12 a končí v osm. (směje se)

**To tak dlouho spíte, nebo jste najel na přerušovaný půst?**

Za bé je správně. Dodržuji ho již delší dobu. Nemohu si to vynachválit, protože má tělo čas regenerovat a tudíž se cítíte lépe.

**To vám naordinoval váš osobní trenér, vítěz posledního Masterchefa, Roman Staša?**

Ne ne, k přerušovaným půstům mě přivedla moje žena, která tuto metodu dodržuje už nějaký čas. Viděl jsem, že se cítí dobře, a tak jsem se nechal inspirovat.

**Bylo vaším cílem zhubnout, nebo jen lepší životní styl?**

Obojí. Za rok se mi podařilo shodit asi 15 nebo 16 kilo.

**Baví vás to cvičení nebo se musíte nutit?**

Ono, když už to děláte dlouho a pravidelně, tak se to pro vás stane jakousi rutinou a spíše bez toho nemůžete být.

**Jak to řešíte teď, když jsou posilovny zavřené?**

Mám malou posilovnu doma, kde mám běžecský pás, náčiní na kruhový trénink a tak. Snažím se minimálně pětkrát týdně cvičit.

**Stále trénujete i s Romanem, nebo už si to řídíte sám?**

Tříkrát týdně spolu chodíme běhat deset kilometrů.

**Stačí vám?**

Jestli on mi stačí? Jo takhle. No tak jako myslím, že mi určitě stačí. (směje se)

**Dříve jste si dával vždy na jaře očistu. Budete si ji dávat i letos nebo to není při vašem nynějším životním stylu potřeba?**

Dříve jsem vždy na nějakou dobu najel na pravidelnou stravu, tedy dle možnosti, a snažil se dát metabolismus zase trochu do pořádku. K tomu jsem vynechával alkohol. Jelikož teď mám zdravou stravu celoročně, tak jsem jen vysadil ten alkohol. Už mám za sebou dva měsíce.

**Nestane se z vás abstinent?**

To určitě ne. (smích)

**Na čem se ta vaše zdravá strava zakládá?**

Absolutně jsem odboural přílohy, kde je mouka. To je asi největší známka. A omezil jsem i maso, které jsem dříve jedl ve velkém.

**Stravu s vámi dodržuje i rodina?**

Ano, jíme všichni to samé. Ale tak my vaříme normální jídla. Třeba když omáčku nezahustíte moukou a nedáte si k tomu šestadvacet knedlíků,

## ZPOVĚDNICE

tak to není nic hrozného. Ono to není o tom, co jíte, ale v jakém množství a jaký máte výdej.

**Vaření milujete, a když jste byl v restauraci, vařil jste denně od rána do večera. Chybí vám to?**  
Tak to víte, že ano, ale vynahrazuju si to doma.

**To už máte plný mrazák jídel do zásoby, nebo ne?**  
Já se snažím vařit jen opravdu ty tři čtyři porce, které sníme ten den. Ale je pravda, že už mi to vaření chybí natolik, že si třeba teď upeču závin nebo buchtu s hruškami a pak ho rozdávám sousedům.

**Kdysi jste mi také prozradil, že na rozpadu vašeho prvního manželství měl svůj podíl i čas strávený v práci. Posílilo teď to nucené volno váš vztah s nynější ženou?**

Já myslím, že je to stejné jako předtím. Osobně se těším hrozně moc do práce, ale v tom, že mohu být doma, vidím samozřejmě také různá pozitiva. Ono být sedm dní v týdnu večer s rodinou, to se mi dříve jen tak nepoštětilo. Takže má to svoje plusy, ale všichni chceme, abychom mohli zase pracovat.

**A jak zvládáte s dětmi distanční výuku?**

Tak dcera nastoupila do první třídy, takže ta do ško-

ly chodí, jen musí mít roušku. Syn nežije s námi, ale celou dobu – takových šedesát nebo sedmdesát procent koronaviru, je u nás a denně se od osmi do jedné odpoledne učí, a pak má prázdniny.

**Učíte se s ním?**

Občas se snažím, ale spíše to nechávám na své paní, protože ta je na to přeci jen klidnější než já. A Matěj i chce, aby se s ním učila ona. Já sice to jeho učivo zvládám, ale nervově pokulhávám. (směje se)

**Budou z nich do budoucna kuchaři?**

Vaří pořád, takže nějaké predispozice tam jsou a baví se o tom, že by chtěly být kuchaři. Ale jsou ještě malé na to, abych mohl říct, že jimi fakt budou.

**Byl byste rád, kdyby byly?**

Extrémně šťastnej bych nebyl. Říkám vždycky, že bych jim zlámal nohy i ruce, ale to je na nich. Nebudu jim každopádně bránit v něčem, co chtějí dělat. Mně také rodiče podporovali, chci být stejný.

**Po maturitě jste rok a půl pracoval ve Švýcarsku. Myslíte si, že aby člověk byl dobrým kuchařem, musí se otrkat v cizině?**

Myslím si, že teď už je to něco jiného, než dříve.







Když jsem se já vyučil, tak gastronomie u nás nebyla na takové výši, jako je dnes. V dnešní době už se i v České republice najdou takové restaurace, kde vás připraví na to, že si můžete otevřít svůj podnik nebo být skvělým šéfkuchařem. Ale cizina vám dá na tisíc procent hrozně moc.

#### **Co dala vám?**

Tak naučil jsem se pracovat, protože jsem makal šest dní v týdnu od rána do večera. Osamostatnil jsem se, protože před tím jsem žil ještě u rodičů. A hlavně jsem zjistil, že když chcete něco dokázat, musíte tomu něco obětovat.

#### **Co jste kariéře kromě času obětoval vy?**

Vlastně všechno – celý soukromý život šel stranou, na nějaký slušný plat jsem první roky mohl zapomenout. Kuchařina je časově náročná práce a v začátcích musíte opravdu obětovat hodně. Také je důležitá touha se učit, což jsem určitě měl.

#### **Říkáte, že restaurace už jsou u nás v dnešní době na úrovni těch světových. Co školy?**

Tak ty na tom nejsou zatím extrémně dobře. Ale já si pořád myslím, že je to hlavně o praxi – kam se dostanete, kde budete vařit. Přeci jenom, jako kuchař nemusíte být geniální fyzik nebo řečník, ale musíte umět dobře vařit a vystupovat.

#### **Vy do své restaurace berete čerstvě vystudované kuchaře?**

My máme v kuchyni i učně. Nebráníme se mladým lidem. Myslím si, že je lepší, když přijde někdo hned po učení a má zájem pracovat, přičemž si ho můžete dle svého vycvičit, než když vám přijde hotový kuchař a je to s prominutím trochu lempl.

#### **Podle čeho vy si vybíráte kuchaře do své restaurace?**

Já si vybírám kuchaře podle toho, jak moc chtějí pracovat. Takže kdo má chuť pracovat, učit se, být od rána do večera na nohách a baví ho ta práce, tak to je pro mě základem toho, aby u mě mohl nastoupit.

#### **Kolik jich momentálně ve své restauraci U Matěje máte?**

Teď čtrnáct, přičemž dva z nich jsou šéfkuchaři. U Matěje máme dvě restaurace, jednu klasickou českou a druhou finediningovou a každé z nich velí jeden, přičemž samozřejmě to vždycky musím schvalovat ještě já.

#### **Musel jste někoho propustit?**

Musel, nemusel, prostě jsem nikoho nepropustil. Pro mě je personál stěžejní. Zatím to dotujeme a uvidíme, co dál. Pokud to ovšem bude trvat ještě třeba tři čtvrtě roku, tak to nevím, jestli to udržíme.

## ZPOVĚDNICE

### Vaříte v restauraci i teď v době pandemie?

Vaříme víkendová meníčka, vždycky tři chody na sobotu a tři na neděli a lidé si to mohou nechat dovézt nebo si pro to přijít sami. Ale klasické výdejové okénko nemáme. Nicméně, to co takto prodáme, je tak pět procent toho, co bychom prodali, kdyby byla restaurace otevřená.

„ONO TO NENÍ O TOM, CO JÍTE,  
ALE V JAKÉM MNOŽSTVÍ A JAKÝ  
MÁTE VÝDEJ“

### Máte spočítané, o kolik jste přišel?

Přišli jsme o hodně peněz, ale já teď už nekoukám dozadu, spíš se těším na to, až budeme zase moct otevřít a naplnit restauraci lidmi.

### Kdy se tohle podle vás stane? Jste optimista?

Moc velký optimista nejsem. Myslím si, že když to bude na Velikonoce, tak budeme rádi.

### Pamatuji si, že když se v prosinci otevřeli restaurace, tak jste byl proti...

Ano, protože se otevřely na čtrnáct dní a znovu se to zavřelo a všechno šlo ještě víc do háje. Říkal jsem, ať se to nechá zavřené a otevře se to v lednu. Takhle jsme nakoupili zásoby, a pak jsme je zase vyhodili nebo rozdali. Každopádně, já už bych teď viděl jen to pozitivum, protože když si dneska otevřete jakékoli médium, tak na vás všude vyskočí koronavirus. Lidé už jsou z toho nervózní. Já už chci vidět jen to světlo na konci tunelu a doufám, že budeme rozumní, necháme se naočkovat a bude zase lépe.

### Tím jste mi odpověděl na otázku, zda se necháte očkovat...

Já určitě, protože nevidím jiné východisko, jak se z tohoto sajraktu dostat. Takže pokavaď se s mým věkem dostanu na řadu na podzim, tak se nechám hned naočkovat.

### Momentálně probíhají v televizi nové díly Masterchefa, kde se vždy utkávají dvojice kuchařů,

## RECEPT - STAROČESKÝ TRHANEC S BORŮVKAMI A MALINAMI

**Ingredience:** 4 vajíčka, 120g hladké mouky, 300 ml mléka. 20 g cukru, špetka vanilky, sůl, 100 ml javorového sirupu, 100 g cukru na obalení, 3 g skořice na obalení, 60 g másla, 400 g borůvek, 50 g malin, 150 ml zakysané smetany

**Postup:** Prvně vezmeme vajíčka a oddělíme žloutky od bílků. Do žloutků přidáme 20g cukru, polovinu javorového sirupu, vanilku a mléko a vše postupně mícháme, až se ingredience spojí. Následně opatrně přisypáváme mouku, kterou zapracováváme do těsta, dokud nemá požadovanou konzistenci. Výsledné těsto musí být středně husté (o něco méně než na lívanec). Z bílků vytvoříme sníh a nakonec dobře vmícháme do těsta.

Pánev rádně rozpálíme a přidáme polovinu másla. Pomocí naběračky vložíme těsto na pánev a po obou stranách pečlivě opečeme. Poté vyndáme na dřevěnou podložku a pomocí vidličky natrháme. Smícháme 100g cukru se skořicí a se solí a trhanec ve směsi obalíme. Pánev, ve které jsme opékali trhanec, znovu rozpálíme, vložíme zbytek másla a zprudka orestujeme borůvky spolu se zbytkem javorového sirupu.

Trhanec rozprostřeme na talíř, přidáme borůvky, dle potřeby zalijeme javorovým sirupem, přisypeme maliny a rádnou dávku smetany.



## **kterí prošli předchozími řadami. Jak se natáče- lo v době korony?**

Bylo to o trochu jiné natáčení, to máte pravdu. Celý štáb musel dodržovat přísná hygienická pravidla, nosit roušky nebo dezinfikovat ruce. Testy pro nás už byly rutinou, podstupovali jsme je fakt často.

## **Který duel vás nejvíce překvapil?**

Asi vítězů – Romana a Kristýny, ta jídla byla fakt výborná. U Kristýny vidím obrovský posun, studuje školu v Británii a hodně se zlepšila. Je vidět, že si jde za svým snem.

## **Předpokládám, že hodnotit soutěžící v této ver- zi bylo zase něco jiného než samotná soutěž?**

Bylo fajn vidět znovu známé tváře a pozorovat, jaký krok kupředu ten který soutěžící ušel. Každý má už svůj příběh a s úlohou znovu vařit v pořadí Masterchef se všichni popasovali skvěle. Navíc už tu nebyla ta nervozita jako v jejich první soutěži.

## **Nyní se chystá také další řada klasického Mas- terchefa. To jsou v Česku stále noví a noví skvělí amatérští kuchaři?**

Já myslím, že když kouknete kolem sebe a přijde-  
te do nějaké dobré rodiny, tak se tam skvěle vaří.  
Máme přes deset milionů obyvatel, takže těch  
skvělých kuchařů bude stále dost. Pokud by tako-  
vá soutěž měla pokračovat ještě dvě stě let, tak se  
vždy najdou výborní amatérští kuchaři.

## **Jak jste spokojený s posledním Masterchefem, Romanem?**

Moc. On má neskutečný dar poslouchat, protože  
profesionální kuchyň a vaření ve větších porcích  
je něco jiného, než vaření doma. A navíc, když mu  
něco řeknete, tak on to dokáže převést v praxi. Tak-  
že si myslím, že má před sebou velkou budoucnost.

## **Sledují Masterchefa vaše děti a žena?**

Pravidelně určitě ne, jelikož většinou už spí. Ale  
jsou rádi, když vidí tátu v televizi, to je jasné.  
Žena to příliš neprožívá – bere to jako její další  
práci. Za což jsem rád.



### **Jan Punčochář:**

Kuchařem se vyučil v hotelu Ambassador. Pracoval například v pražských restauracích Rybí trh, International Zlatá Praha nebo Zátíší Group. Zdokonaloval se i na několika zahranič-  
ních stážích, mimo jiné v respektovaných mi-  
chelinských restauracích Hangar 7 v Salcburku  
či Tim Raue v Berlíně, působil také v přední  
švýcarské restauraci Häberli Schützenhaus.  
Po návratu do Česka v roce 2004 se stal šéfkuch-  
ařem a spolujeditelem pražské restaurace a  
baru Le Terroir. Během desetiletého působení  
získala tamní kuchyně pod jeho vedením ně-  
kolikrát respektované michelinské ocenění Bib  
Gourmand, tedy Dobré jídlo za přijatelné ceny.  
Od 1. října 2014 byl šéfkuchařem nově otevřené  
restaurace Grand Cru. I ta je uvedena v pre-  
stížním michelinském průvodci. Nyní má svou  
první vlastní restauraci U Matěje, kterou otevřel  
v roce 2019. Jsou to dokonce dva podniky v jed-  
nom, protože v ní najdete ještě mikrorestauraci,  
která se jmenuje Stůl Jana Punčocháře. Kuchyně  
této mini restaurace je součástí salonku, kde je  
stůl pro dvanáct osob a Jan Punčochář zde ve  
vybraných dnech vaří hostům degustační menu.



# M

*imořádná nařizení vlády bohužel pokračuje a tak stále naše oblíbené podniky přežívají skrze drobné okno, které jim umožňuje*

*alespoň nějak obsloužit zákazníky z ulice. Držíme palce všem, aby to vydrželi a budeme se vás snažit podporovat tak dlouho, jak jen to půjde.*

## ZAHRADNÍ RESTAURACE LAVIČKA

Restaurace vyhlášená pro svou zahrádku ve vnitrobloku dál pokračuje, samozřejmě v „okénkovém“ módu. V Lavičce se drží moderní české kuchyně, za hlavní jídlo zaplatíte cca 120-140 korun.

**Adresa:** Seifertova 77, Praha 3

**Otevírací doba:** 11:00–23:00

## FORKY'S

Pokud jste vegan, vegetarián nebo máte intoleranci na lepek, Forky's je tu stále s námi. Zdravé speciality si tu dopřejete od 100 do 200 korun, odnést si můžete také filtrovanou kávu v kelímku.

**Adresa:** Milady Horákové 16, Praha 7

**Otevírací doba:** 11.00 - 19:30

## CANTINA

Mexická restaurace kousek od Petřína vás do okénka láká na předkrmy (100–200) Kč, salát s krevetami (315 Kč), lahodné quesadilly (300–370 Kč) a klasické mexické fajitas (340–420 Kč).

**Adresa:** Újezd 38, Praha 1

**Otevírací doba:** 11:30–24:00

## JÁMA STEAKHOUSE

Jáma nabízí polévky za 39 korun, dále pak třeba holandský řízek s máslovou bramborovou kaší za 129 korun a hlavně burgery se steakovými hranolky, jejichž cena se pohybuje okolo 159 korun.

**Adresa:** Ostrovní 26, Praha 1

**Otevírací doba:** 11.30–15.00

## MINIPIVOVAR BEZNOSKA

Jedno z hladových okýnek najdete i nedaleko metra stanice Prosek. Restaurace nabízí polední menu, burgery okolo 200 korun za kus a pivo s sebou v PETkách. Otevřeno je i o víkendu.

**Adresa:** Klíčovská 11, Praha 9

**Otevírací doba:** Po–pá 16:00–19:30,

So–ne 14:00–19:30

## RESTAURACE U HOUMRA

U Houmra vám přes své okno nabídnou jak polední menu, tak i vše ze stálého jídelního lístku, kde jsou speciality z kuřecího, vepřového i hovězího masa.

**Adresa:** Šumavská 20, Praha 2

**Otevírací doba:** 11:00–20:00

## RESTAURACE NA BAŠTĚ

Na Baště se nachází v těsné blízkosti největšího a nejoblíbenějšího dětského hřiště zhruba uprostřed Letné s dobrou přístupností ze všech směrů. Letenské sady jsou nádherným místem pro procházku po celý rok, takže si odnesete nejen dobré jídlo, ale i dobrý pocit z příjemné procházky.

**Adresa:** Letenské sady, Praha 7 - Letná

**Otevírací doba:** Po–ne 11:00–20:00





### RESTAURANT KULAŘÁK

Restaurace oceněná jako TOP restaurace ČR nabízí denně jedno jídlo s výdejem do 5 minut za cenu 99 Kč. Vybrat nicméně lze také ze stálého jídelního lístku s cenami od 179 Kč a výše. K jídlu si s sebou můžete odnést pivo nebo kávu v kelímku.

**Adresa: Vítězné náměstí 820/12, Praha 6**

**Otevírací doba: 11:00 - 22:00**

### HOSPŮDKA U KAŠPÁRKA

Ve Strašnicích můžete svůj hlad zahnat nedaleko stanice metra u Kašpárka, kde přes okénko ve všední dny zajišťují tradiční české obědy. Dále si můžete dát polévky, dezerty či hlavní jídla do 100 Kč.

**Adresa: Dubečská 74/4, Praha 10**

**Otevírací doba: Po–pá 10:30–15:00**

### ŘÍZKÁRNA

Kdo nedá dopustit na pořádný poctivý řízek, musí vyrazit na Prahu 5. Řízek na mnoho variací, např. ¾ metrový řízek, řízková kremrole, telecí,

hovězí, vepřový nebo kuřecí řízek je jen špetka z nabídky Řízkárny. Restaurace nabízí speciální slevy pro seniory a matky s dětmi v nouzi.

**Adresa: U Klikovky 10, Praha 5**

**Otevírací doba: 11:00–14:00**

### RESTAURACE NA KOPCI

Rodinná restaurace Na Kopci i v těchto nelehkých časech dále podává speciality francouzské a české kuchyně. Prestižní gastronomický průvodce Michelin Main Cities of Europe udělil této restauraci Michelin Bib Gourmand, a to hned pětkrát za sebou, přičemž tohle ocenění (pokud to zjednodušíme) znamená, že jde o místo nabízející vynikající jídlo za rozumné ceny. Takže tenhle kousek si určitě chcete v Praze udržet. V současné době je možné si po telefonu (251 553 102) objednat polední menu s sebou. V nabídce je vždy polévka za 60 Kč a dvě hlavní jídla za 150 Kč.

**Adresa: K Závěrce 2774/20, Praha 5**

**Otevírací doba: 11:00–14:00**



**DOPRAVA NAD  
500 KČ ZDARMA**

**OBJEDNEJ NA WEBU  
NEBO V APLIKACI KFC**

**KFC.CZ**



## JE TO NA NÁS



**P**ravděpodobně se najde málo těch, které poslední rok nepoznamenal. Jak z toho ven? Pokud jde i "šikovné české ručičky", odpověď je jednoduchá. Pojďme je podpořit v jejich snažení tím, že si domů pořídíme něco, co je vyrobeno u nás.

A protože máme rádi jídlo - to už jste pravděpodobně z našeho magazínu dávno zjistili - zaměříme se hlavně na něj. Bude to dobré, kvalitní, zdravé, z těch nejlepších možných surovin, zkrátka vám dokážeme, že podporovat domácí trh se vyplatí. A ještě k tomu udě-

láte dobrou věc. To není špatná kombinace, ne? Dvakrát tolik, když si člověk opravdu pochutná.

Pokud si vás některý z námi vybraných výrobců získá, určitě nechte i nějaké to pochvalné slovíčko na internetu. Dnes mají sociální ohlasy cenu zlata a být nejlepší už nestačí. Lidé musí mluvit. Zatímco pro vás to bude pár minut a několik slov, pro každý podnik, který najdete na dalších stranách, to může znamenat klidně i desítky nových spokojených zákazníků. A těch není nikdy dost, což dvakrát tak platí v téhle mizerné době.

**Tak ať vám to chutná... a dobře píše...**



## BONEDERE EXPRESS

Co jí tělo nejradší? Není náročné, stačí mu tuky, cukry, bílkoviny – ovšem ve vyváženém poměru. A pokud potřebuje nějaké tuky spálit, chce to i přizpůsobit tomu metabolismus. Vládní opatření bohužel vedou mimo jiné k tomu, že většinu času doma sedíme jen a tloustneme. Chcete s tím něco udělat? Pomozte svému tělu v přirozeném spalování nadbytečných kil s redukčním programem Bonedere Express! Pokrmy jsou prakticky zabalené a snadné na přípravu.

[f/Bonedere](#), [i/bonedere](#), [www.bonedere.cz](http://www.bonedere.cz)

## TĚSTOVINY CELLESTA

Tyto jedinečné těstoviny se vyrábí nedaleko Brna z kvalitní italské semolinové mouky, která obsahuje minerální látky a vyšší množství bílkovin. Semolinová mouka má nižší glykemický index, díky tomu je vhodná nejen pro diabetiky. Výběr mouky, olivového oleje a sušených vajec je základem chuti a vlastností samotných těstovin, proto celý proces testů a zkušebních vzorků trval více než rok. Vysoký podíl ruční práce a malá produkce zaručují kvalitu. Ochutnejte také. Zaručujeme, že nebudete litovat.

[f/testovinycellesta](#), [i/testovinycellesta](#)  
Tel.: +420 720 395 231, [www.testovinycellesta.cz](http://www.testovinycellesta.cz)



## POCTIVÉ OVOCNÉ A BYLINNÉ SIRUPY OD MR. HANZE

Ručně vyráběné v Česku, bez konzervantů, barviv a umělých sladidel. Nezávazné objednávky přijímáme na tel. číslo 773 466 166, nebo na [honza@mrhanze.eu](mailto:honza@mrhanze.eu)

[f/mrhanzeu](#), [i/mrhanzeu](#), [www.mrhanze.eu](http://www.mrhanze.eu)

## SIRUP MALINOVÝ S MÁTOU 1 LITR

Opravdové maliny v sirupu s troškou máty a cukrem představují opravdovou lahůdku. Sirup z malin s jemnou osvěžující příchutí máty. Kdo ochutná, už nechce jinak. Bohatá chuť malin a úžasná vůně.

[/karaskovalimonada](https://www.karaskovalimonada.cz)  
[www.karaskovalimonada.cz](http://www.karaskovalimonada.cz)



## INTELLIGENTNÍ JÍDLO

Intelligentní jídlo z rostlinných superpotravin se skvělou chutí, složené z nejkvalitnějších forem proteinů, BIO a RAW superpotravin obsahujících přírodní vitamíny. Bylo navrženo tak, aby tělu poskytlo všechny potřebné živiny v ideálním poměru. Jednoduše dodá energii i pro ty nejnáročnější dny. Dopřejte svému tělu vše, co potřebuje v ideálním poměru. Směs nejkvalitnějších forem proteinu a superpotravin vás rychle zasytí a dodá všechny potřebné živiny, vitamíny, minerály a energii i na ty nejnáročnější dny. Potravina s vysokým obsahem bílkovin bez laktózy, vhodná i pro vegany.

[/myintelligentfood](https://www.intelligentfood.cz)  
[www.intelligentfood.cz](http://www.intelligentfood.cz)

## ČESKÉ GHÍČKO

Přepuštěné máslo ghí je čistý máselný tuk, který chutná a voní jako máslo, ale má jiné vlastnosti. Má velmi dlouhou trvanlivost a nevyžaduje chlazení. Nepřepaluje se, je ideální ke smažení. Použit se dá v teplé kuchyni všude tam, kde potřebujeme tuk, ke zvýraznění chuti koření a bylin. Neobsahuje mléčnou bílkovinu ani laktózu. Kromě vynikajících sensorických vlastností má spoustu pozitivních účinků na zdraví. Ajurvěda, stará indická medicína jej považuje za vůbec nejlepší potravinu na světě a elixír života.

[/ceskeghicko](https://www.ceskeghicko.cz)  
[/ghicko](https://www.ceskeghicko.cz)  
[www.ceskeghicko.cz](http://www.ceskeghicko.cz)





# POSUNULA SE RUČIČKA VÁHY O VÁNOCÍCH KAM NEMĚLA?

**BONEDERE EXPRESS**  
Vám ji pomůže vrátit zpět!



**BONEDERE.cz**

[WWW.MRHANZ.EU](http://WWW.MRHANZ.EU)



**Dej vodě chuť!**

# NATURAL PROTEIN



**N**avzdory krátké existenci si NaturalProtein vybudoval pověst společnosti, která je v očích zákazníků neoddělitelně spjatá se spolehlivostí, vysokou kvalitou užitých surovin a rychlým dodáním. Vybudovat si jméno na trhu plném větších a zaběhlých konkurentů nebylo ze začátku vůbec jednoduché, ale nápad, který zakladatelé měli, na trhu zkrátka chyběl.

Objednat si dnes tolik populární proteinové směsi můžete téměř všude. Trh je přesycený firmami, které se předhánají v cenových akcích ve snaze dodat zákazníkovi co největší množství různobarevného prášku za co nejnižší cenu,

mnohdy na úkor kvality. Většina z nich má ale jedno společné – téměř totožné složení, kde chuť je doháněna dochucovadly a aromaty.

V NaturalProtein se rozhodli vsadit vše na kvalitní složení a vydali se konkurovat mnohem větším a zaběhlým firmám. A po více než roce fungování můžeme konstatovat, že se sázka vyplatila. “Proč bychom měli používat něco, co má vonět a chutnat jako jahoda, když tam můžeme dát opravdovou jahodu?” vysvětlují majitelé firemní filosofii.

Slovo dalo slovo a první proteiničky s pravým ovocem spatřily světlo světa. Na rozdíl od větších společností neměli v NaturalProtein dostatek kapitálu





na agresivní reklamu, ani velkou síť obchodních zástupců, proto vše vsadili na kvalitu a začali objíždět různé trhy, fitness centra a sportovní akce.

A opravdu – jejich drinky s pravým mrazem sušeným a jemně nadrceným ovocem se během prvního roku staly hitem. Ukázalo se, že existuje spousta zákazníků hledajících kvalitu, ale doposud chyběla adekvátní nabídka. NaturalProtein postupně přidal další příchutě a tak dnes v nabídce nalezneme mimo jiné i instantní ekvádorskou a peruánskou kávu, kokos a kakao v BIO kvalitě, mrazem sušené mango, arašídy nebo i pravou vanilku. Zákazníci si tak mohou vybrat z devíti druhů příchutí ve dvou základních velikostech balení a několika variantách podle toho, k čemu proteiniák chtějí.

*“Dostáváme samé pozitivní reakce. Zákazníci jsou pro nás na prvním místě a tomu jsme se uzpůsobili. Chceme mít vše pěkně jednoduché, přehledné a kvalitní,”* upřesňují jednatelé.

Na výběr je z několika kategorií. Pro sportovní nadšence umíchali verzi „Sportuji“, která po výkonu skvěle doplní počet bílkovin a živin. Na druhou stranu verze „Držím dietu“ obsahuje vlákninu

dvou druhů, výborně zasytí a přispívá tak k redukcii váhy. A skvělá perlička pro náročnější se skrývá v možnosti umíchat si složení podle svých potřeb.

Novinkou pro rok 2021 jsou fantastické snídaňové kaše, které obsahují mimo jiné i větší kousky mrazem sušeného ovoce a různé druhy semínek. Složení v NaturalProtein dlouho ladili, dokud nedostali špičkový výsledek. A zákazníci jsou nadšení. *“Snídaňové kaše jsou obrovský hit. Sotva je vyrobíme, už putují k zákazníkovi. Z míchačky do krabice,”* upřesňují a dodávají: *“Skvělá snídaně je nejlepší začátek dne a pokud je navíc zdravá z kvalitních surovin, co pěkně zasytí, pak není divu, že se těší takové oblíbeně.”*

Na otázku, jaké plány má NaturalProtein do budoucna, odpovídají majitelé následovně: *“Jsme stále teprve na začátku, ale máme v rukávu ještě spoustu novinek, které naši zákazníci dozajista ocení. Můžeme všechny ale už teď ujistit, že vše se ponese ve stejném duchu - špičková kvalita, rychlé dodání, přehlednost a spolehlivost.”*

Na jejich nabídku se můžete podívat na [www.naturalprotein.cz](http://www.naturalprotein.cz) a také je nezapomeňte sledovat na sociálních sítích, kde jsou rovněž velmi aktivní. Držíme této nové a svěží firmě palce!

th.

#### TIP NA DÁREK

Pokud chcete někomu (případně i sobě, člověk se musí umět rozmazlovat) udělat radost, v nabídce obchodu jsou též výhodné balíčky ze všech kategorií obsahující tři Vámi vybraná 350g balení. Doprava je zdarma.



**NATURAL PROTEIN**

info@naturalprotein.cz, +420 601 375 888  
f / NaturalProtein.cz, i / naturalprotein.cz  
[www.naturalprotein.cz](http://www.naturalprotein.cz)



## BUJÓN JINAK



**J** sou tři a společně se rozhodly oprášit babiččín recept, který je léta v jejich rodině. Tak vznikla Bujónka, jedinečný bujón vyroben z čerstvé zeleniny, masa, koření, bylinek a hlavně bez chemických přísad.

Na počátku celého příběhu stály tři sestry Kateřina Gazdačko, Lenka Vlasáková a Anna Pojezná, které spolu chtěly po ukončení mateřské začít dělat něco smysluplného. Plán se zrodil tak, jak to u podobných projektů bývá - po velkém ohlasu od přátel začalo být jasné, že by rodinné dědictví po babičce mohlo slavit úspěch i u široké veřejnosti. Výzvou, která před sestrami stála, bylo nicméně to, jak lidé bujón vnímali.



Ten totiž s sebou již léta nese nevalnou pověst spojenou s glutamátů a chemií. S takovou to nový produkt pod hlavičkou neznámé firmy nemohl mít zpočátku jednoduchý. Úkol představit světu zdravou variantu Bujónku si proto vzala na starost Lenka, která rok objížděla celou Českou republiku a Slovensko, aby produkt představila jednotlivým farmářských obchodům a prodejcům. Byla to nevděčná mravenčí práce, ale vyplatila se. Postupně Lenčino úsilí oslovilo na 400 stálých odběratelů a stoprocentní zvýšení poptávky, která loňský rok vedla k obratu přes šest milionů korun. To je přímo obdivuhodný úspěch na „malý projekt tří sester“.

Nejmladší sestra Anna se po rozjetí firmy nakonec vydala vlastní cestou a ve firmě tak zůstaly





Kateřina s Lenkou, které si rozdělily práci na svém produktu rovným dílem. Jakkoli byla duše projektu rodinný podnik, zájem a touha nabídnout Bujónky co největšímu počtu zájemců vedlo k přirozené expanzi - spolupráci s velkoobchody, takže dnes lze Bujónku koupit nejen na oficiálním e-shopu, ale také třeba na Rohlíku. Zvýšená poptávka přirozeně vyústila v potřebu přejít z čistě manuální výroby do té více automatizované, která by sestřám usnadnila práci a urychlila výrobu. Z nároků na kvalitu ale sestry neustoupily ani o píď.

Dnes Bujónka nabízí 10 druhů produktů a ročně se jich prodá 80 tisíc balení, přičemž nejžádanější je

hovězí, kuřecí a zeleninový bujón. Ingredience vždy pochází od lokálních farmářů a dodavatelů, použité maso pak z rodinných a bio farem. Důležité je také zmínit znovupoužitelný skleněný obal, který nabízí ve velikostech 220 a 330 gramů, včetně 900gramového gastro balení. Výhodou je i to, že takto zdravý bujón vydrží po otevření v lednici i měsíc.

*„Škoda jen, že se toho nedožila babička, byla by šťastná, že její základ do omáček a polévek má takový úspěch,“* dodávají ke svému úspěchu sestry. Jedno je jisté, určitě by na své vnučky byla pyšná.

th.

### RECEPT - POLÉVKA Z CUKETY, CIZRNY A OVESNÝCH VLOČEK

**Ingredience:** olej nebo ghí, cibule, mrkev, cuketa, 100 - 150 g uvařené cizrny, ovesné vločky (3-4 lžičce), česnek, tymián, zeleninový vývar nebo Bujónka, případně sůl

**Postup:** Na ghí zpěníme nadrobno nakrájenou cibuli, na chvilku přidáme česnek a pak přidáme na kolečka nakrájenou mrkev. Necháme trochu osmažit, přidáme nakrájenou cuketu a zase chvilku smažíme. Přidáme vločky, ještě chvíli smažíme a zalijeme vodou. Přidáme potřebné množství Bujónky a necháme zhruba 15 minut provařit, aby vše změklo. Potom přidáme uvařenou cizrnu. Vypneme a dochutíme troškou tymiánu a případně



**BUJÓNKA**  
Bujónky

info@bujonka.cz, +420 724 64 94 51

f / bujonJINAK, i / bujonka

www.bujonka.cz

## DOBROTY S PŘÍBĚHEM TENHLE DOBRÝ SKUTEK SI SKUTEČNĚ VYCHUTNÁTE



**H**ermelíny a utopence nakládají už 12 let, takovouhle nálož ale ještě nezažili. Sociální podnik Dobrotý s příběhem, ve kterém pracuje 80 % zaměstnanců s postižením, postihla epidemie koronaviru obzvláště tvrdě. Pomozte jim psát dál příběh plný odhodlání, samostatnosti a dobré chuti.

### Dobrotý pocit na duši i v žaludku

Za každý příspěvek dostanete sklenici s vyhlášenou pochoutkou. Na výběr máte hermelíny s česnekem, ořechy, tvarůžky, švestkami, nivou, brusinkami nebo koprem (příčemž můžete koupit jak do počtu "pouhé" dva kusy vybraného hermoše najednou, tak i obrovitánské Maxi balení s

pětadvaceti kusy). Pokud nechcete, aby se frajeři s oceněním Nejúspěšnější společensky prospěšný podnik roku 2016 dál topili v nejistotě, kupte si od nich utopence. A jestli vám ani tahle pomoc nevoní, sáhněte po romaduru – tím ukážete, že máte na dobré skutky nos. V téhle záplavě dobrot si zkrátka snadno vybere každý a ještě tím nejen potěší svůj žaludek, ale i srdce někoho jiného.

### Dobrotý až domů

Dobrotý si můžete vyzvednout na jednom ze tří výdejních míst, v Praze a Středočeském i Jihomoravském kraji vám je ale klidně pošlou až domů. Stačí ve variantách vylovit dopravu firmou Kuryrbox. Je to sice dražší než klasická pošta, rozvázejí ale jen ekologickými vozy a navíc máte jistotu, že



vám díky chladicímu boxu nepřivezou sklenici, ve které to začíná žít víc, než je zdrávo.

### Nashle v novém bistro

Každé vaše říznutí nožem pak znamená, že Dobroty s příběhem ukrojily další částku potřebnou na dobudování nového bistra. Pomozte jim s tím už jen proto, abyste se tu mohli někdy v budoucnu zastavit na nějakou další mňamku.

## JAK TO VŠECHNO ZAČALO

### Náš příběh

V Davli u Prahy jsme v únoru 2014 otevřeli sociální integrační podnik, v kterém našli již plnohodnotné zaměstnání i lidé se speciálními potřebami, kteří ve svém životě překonávají nějaké zdravotní znevýhodnění nebo postižení.

V potravinářské výrobě se specializujeme na nakládání sýrů a utopenců. A naše výrobky pod značkou DOBROTY S PŘÍBĚHEM distribuujeme do mnoha obchodů, kaváren, vináren, restaurací a dalších gastro zařízení. Seznam našich odběratelů, najdete zde KDE OCHUTNAT. V současné době se více zaměřujeme i na vlastní prodej skrze náš eshop nebo na různých trzích, akcích, festivalech a také připravujeme tento rok v létě otevřít bistro, v kterém bude již více sortimentu onroad.

### Co předcházelo otevření sociálního podniku.

DOBROTY S PŘÍBĚHEM jsou nakládány potraviny, které vznikly jako produkt pracovní terapie lidí s mentálním postižením v sociálně terapeutické dílně na Slapech. Tu provozuje již sedm let organizace Portus Praha, známé pořádáním celostátního benefičního projektu AKCE CIHLA. Z výtěžku několika ročníků této sbírky Portus Praha v roce 2013 financoval i výstavbu zcela nové dílny v Davli u Prahy, která umožnila rozšíření původní výroby až do roviny plnohodnotného zaměstnávání lidí se speciálními potřebami, kteří mají nějaké zdravotní omezení nebo postižení.



eshop@dobrotyspribehem.cz  
+420 727 980 127  
f /dobrotyspribehem,  
i /dobrotyspribehem  
www.dobrotyspribehem.cz





## JITULČINY DOBROTY TRADIČNÍ I BEZLEPKOVÁ PIZZA

**K**do by nemiloval pizzu? *Ingrédients podle chuti, do zlatava propečené těsto a dokonalá kombinace všemožných chutí. V devadesátých letech jsme kouzlo této italské klasiky objevovali hlavně na dovolených. Dnes je pizza již běžným zástupcem na českém jídelníčku, současně se ale objevuje řada pochybných mražených napodobenin, které oblíbenému jídlu nedělají zrovna čest. Jitulčiny dobroty chtějí tuto chybu napravit.*

Jitulčiny dobroty vznikly v roce 2005 jako malá firma rodinného typu. Myšlena byla prostá - jít cestou poctivých výrobků. Přesvědčit zákazníky, že i mražená pizza může nabídnout kvalitní ingre-

dience a chuťový zážitek, jakému se člověku obvykle dostane při návštěvě restaurace. Korpusy se zde proto vyrábí a tvarují ručně, stejně tak se pizza ručně ozdobí a poté předpeče v klasické pizza peci. Sýry a mozzarella jsou bez rostlinných náhražek, salsa je pouze z drcených rajčat a bazalky s oreganem. Salámy, šunky, klobásy a anglická slanina jsou od regionálního řeznictví a v nejvyšší možné míře se zde používá čerstvá zelenina a žampiony.

Obvyklým prohřeškem mražených pizz bývá také to, že zpravidla obal láká v rámci ingrediencí na bohatý produkt, který následně po vytažení vypadá jako nějaká napodobenina pizzy z Číny. V Jitulčiných dobrotách našťestí na podobné nepřijemné překvapení nenarazíte. Pizza je váhově







nastavena tak, že náplň je vždy víc jak polovina objemu výrobku. Všechny výrobky jsou navíc vakuově balené, a proto zůstávají maximálně chráněné a sami sebou po celou dobu, než se dostanou rozpečené a voňavé k zákazníkovi na stůl.

Vybírat můžete ze 14 druhů mražené pizzy. Ať už hledáte šunkovou, sýrovou, pikantní nebo třeba veganskou, v Jitlčiny Dobrotách si vyberete. Navíc svůj výběr snadno zúžíte například na domácí pizzy bez éček, bez palmového oleje nebo bez rostlinných tuků. A pochutnáte si zdravě a podle svého.

V Jitlčiny Dobrotách myslí také na celiaky. V e-shopu proto najdete i 13 druhů bezlepkových pizz, a to včetně MiMi pizzy. Zkratka pro každého něco. V době zavřených hospod ideální pomocník.

th.

### JAK SI PIZZU DOKONALE PŘIPRAVIT

PiZZA oD JiTuLkY je předpečená tak, aby šla jednoduše dopéct v normální troubě. Nejdůležitější je pizzu dopékat ve spodní části trouby, na mřížce nebo již **rozehřátém plechu**.



### Jak vznikl nápad na Jitlčiny Dobrotý?

Naše manufaktura vznikla shodou náhod díky onemocnění jednoho moraváka a kamarádství s Jitkou, která kromě příjemné hospůdky pekla pizzu pro blízké okolí v Jeseníkách. A metodou pokus-omyl se spoustou chyb (smích) jsme se dostali na nynější pozici uznávaného výrobce především bezlepkových pizz. Jediné, co nás konstantně celou dobu provázelo, byla poctivost ve výrobě.

### Jak jste pocítili dopady pandemie?

Odešlo nám 65% obrátu v gastro segmentu. Vyjma stresu nám covid time dal prostor pracovat od „spodu“ na prezentaci výrobků se sloganem PiZZA oD JiTuLkY (smích). Jedeme kampaň na Slevomatu, našem eshopu a portálu SCUK.CZ. Tam se nám podařilo obstarat víc než 800 zákazníků s recenzemi přes 94% a toho si ceníme. Nejde o „lajky“, ale hodnocení skutečných spotřebitelů. Taky jsme dokončili vývoj MiMi PiZZY, která nyní míří na portál Rohlík.cz kde už druhým rokem úspěšně prodáváme.

### Chystáte do budoucna nějaké novinky?

Máme připraveny výborné bezlepkové tortily, ty brzy dáme na náš eshop. A bezlepkové sušenky, ty jsou fakt boží. Jen hledáme cestu ruční výroby, ceny a rentability. Tam je vždy tenká hranice.

### Určitě byste doporučil každou pizzu z vašeho eshopu. Přesto, která je vaše nejoblíbenější?

Znáte řezníka, co nejlíjtrnice? Já ano. (smích). Pizzu jím málo, ale mám pro vás tip. MiMi PiZZU pikant! Ta je úplně super, jen tak k vínku, pivku i jako občerstvení pro návštěvu. To je ta moje.



## JITLČINY DOBROTÝ

jitluciny.dobrotý@seznam.cz  
+420 776 495 839  
f/jitlucinydobrotý  
www.jitlucinydobrotý.cz



# JAMIRO'S JERKY



**V** dnešní nelehké době je třeba vážit si každého příběhu se šťastným koncem. Radek "Jamiro" Stiller začal se sušením masa někdy v roce 2010 a poměrně rychle mu díky jeho hladovým přátelům došlo, že dělá něco, co ostatním chutná.

Sehnal si proto investora, zadařilo se rozjet výrobu a pak... přišla koronakrize a investor hodil ručník do ringu. Radek se ale zabejčil. "Rozhodl jsem se postavit na vlastní nohy. Chápal jsem rizika. Byla tu slušná šance, že se všechno... no víte, co. (směje se) Ale nechtěl jsem to vzdát. Takže jsem musel plánovat, myslet dopředu, abych se chránil před možným neúspěchem. A i když to není vždycky lehké, musím zaklepat, že to zatím funguje. Hlavní je nezdočná vůle k podnikání. Bez ní by žádné Jamiro's Jerky nebylo."

Můžeme být rádi, že to Radek nevzdal, protože nabízí opravdu unikátní kousky. Jako třeba Hovězí Habanero, při jehož výrobě využívá papričky sušené mrazem (díky čemuž si zachovávají před zpracováním dokonalou chuť i vůni). Nebo nečekanou pecuku Hovězí Vinegar. Kombinace hovězího a octu je opravdovou trefou do černého. A pak je tu výborná krutí varianta s nasládlou chutí teriyaki a se špetkou zázvoru. Všechny výrobky jsou navíc vhodné pro keto a low carb dietu a 100% bez chemie a lepku.

Zkrátka a dobře, kdo má rád sušené maso, ten musí Jamiro's Jerky vyzkoušet. Litovat určitě nebude. Kdo by si pak Radkovy sušené lahůdky hodně oblíbil (a věřte nám, těžké to není), může se stát členem Jamiro's Klubu, kde na něj čeká řada výhod.

th.



**JAMIRO'S JERKY**

obchod@jamiros.cz, +420 608 120 240

f/jamirosjerky, i/jamirosjerky

www.jamiros.cz



*Jsou věci, za které by měl někdo bojovat. My jsme se rozhodli obnovit krásu a vznešenost limonád a sirupů, které za první republiky stácel Josef Karásek. Ve stejných prostorách krok po kroku obnovujeme zašlou slávu tradiční české značky.*

## KARÁSKŮV SIRUP

*Vyrábíme poctivé sirupy na přípravu studených i horkých nápojů. Rozpouštíme v nich opravdovou čokoládu, používáme opravdové kousky ovoce a hlavně dbáme na výtečnou chuť a stabilní kvalitu. Stačí zalít vodou a ochutnat!*

malina  
s mátou

švestka  
se skořicí

bezinka  
s echinaceou



hruška  
se skořicí

třešeň  
s čokoládou

## KARÁSKOVA LIMONÁDA

*Karáskova limonáda s pravou přírodní chutí je vyrobená bez chemikálií a škodlivých "éček" a slazená sníženým množstvím cukru.*

mateřídouška  
s jahodou

medová  
s mátou

švestková  
se skořicí



okurková  
s mátou

hrušková  
s rozmarýnem

levandulová  
s bezinkou

**Bio** sirupy a limonády  
malina a citrón



[www.karaskovalimonada.cz](http://www.karaskovalimonada.cz)  
[eshop.karaskovalimonada.cz](http://eshop.karaskovalimonada.cz)

[kalabria@kalabria.cz](mailto:kalabria@kalabria.cz)

Tel 312 664 511



Kalabria s.r.o.  
Brožíkova 329  
Kladno



# V HARMONII S PŘÍRODOU



**N**ěkdy se zdá, že člověk a živoucí příroda jsou dva neslučitelné světy. Kde jsou lidé, tam bývá přírody pomálu. Jsou ale místa, kde se daří s přírodou spolupracovat. „Když něco krajině bereme, musíme jí také něco vrátit, jinak to nejde,“ říkává Josef Tománek, jednatel Ekofarmy Javorník.

Takto museli hospodařit i naši předci – starat se, aby půda byla živá, protože pak plodila kvalitní produkty po dlouhá léta. Když je v půdě život, rostou z ní životodárné plodiny. „Je to sice velmi náročné, jak na práci, tak na neustálé kontroly kvality, ale už bych se ke konvenčnímu zemědělství nikdy nevrátil, protože na vlastní oči vidím, jak je používání chemie v přírodě škodlivé, jak tlak na výkon ubližuje nejen krajině a živočichům, ale také následně i samotným lidem,“ přiznává Josef Tománek, který v minulosti pracoval v běžném zemědělském podniku, ale nyní se již věnuje pouze ekozemědělství.

Postupně se mu v nádherné krajině CHKO Bílé Karpaty podařilo vybudovat soběstačný ucelený zemědělský komplex. Součástí je 1750 hektarů obhospodařovaných zemědělské půdy, z čehož je 40 hektarů ovocných sadů. Zaměřuje se také na chov skotu, jehož celkové množství činí zhruba tisíc kusů (jde zejména o dojně krávy a býky na výkrm). „Vše v Ekofarmě Javorník má svůj smysl – na loukách se pasou krávy, jejichž mléko se ihned zpracovává ve farmářské mlékárně. Pasené a přirozeně chované krávy dávají mléko s výrazně lepším složením, dokonce ho často zvládnou pít i lidé, kteří mají problémy s konzumací mléka z intenzivních konvenčních chovů,“ poukazuje Kateřina Urbánková ze Svazu ekologických zemědělců PRO-BIO Šumperk s tím, že oproti klasické velkovýrobě biomléko obsahuje prokazatelně více bioaktivních látek a omega-3 polynenasycených mastných kyselin.

„Dnes už všichni víme, že je potřeba dbát na plnohodnotnou stravu. Rozdíl mezi plodinami pěstovaný-





mi pro co největší výnos a zisk na chemicky ošetřovaných a chemicky hnojených polích a plodinami z bio farem je markantní. Zásadní je fakt, že biomléko neobsahuje škodlivé zbytky chemických pesticidů, antibiotik, hormonů či stimulatorů růstu," zdůrazňuje.



Zdejší krávy se dožívají vysokého věku a dojí i 10 let. "Je to proto, že se nehoníme za maximálními výnosy. U nás nadojíme od jedné krávy zhruba 6 tisíc litrů mléka ročně, ale v konvenčních chovech dojí kráva i 10 tisíc litrů mléka za rok, což snižuje jak kvalitu mléka, tak také život dojnic."

Na polích Ekofarmy Javorník se pěstují krmné plodiny (ječmen, oves, luskoviny, vojtěška, jetel) ale i tržní (špalda). Dále také pohanka, koriandr a ostropestřec mariánský. "Právě cit pro krajinu, vhodné střídání plodin a správné hnojení chlévským hnojem jsou zárukou úrodné a živé půdy. Takto obhospodařovaná půda a na ní pěstované rostliny nepotřebují chemické ošetření. Je to sice náročnější na myšlení a mnohdy i fyzickou práci, ale konečným výsledkem je plnohodnotná zdravá potravinu", vysvětluje jeden ze zakladatelů ekologického zemědělství Milan Drgáč. A nějaký ten kvítek v obilí není vůbec na škodu, jednak dává možnost přežít spoustě užitečných živočichů, ale také oživuje pohled na krajinu. Musíme však dbát na to, aby zastoupení těchto "doprovodných" rostlin výrazně nepřevyšovalo plodinu, kterou chceme sklízet.

Nosnou plodinou je pšenice špalda, což je původní, zatím málo prošlechtěná obilovina, ze které se v místní pekárně pečou chleba, koláče a další dobrotu. Veškeré produkty je možné koupit přímo ve farmářské prodejně ve Štítné nad Vlárí nebo přes e-shop (JAVORNÍK-CZ s.r.o., [eshop-ekofarmajavornik.cz](https://eshop-ekofarmajavornik.cz)),

kde můžete také najít kompletní seznam obchodních partnerů, kteří s farmou spolupracují.

Péče o krajinu se místním obyvatelům vyplácí – ubývá erozí i záplavových oblastí, pole a louky jsou rozmanitě, v krajinotvorných sadech je možné ochutnat původní odrůdy ovoce a případně si ve farmářské palenici vypálit slivovici.

"Zdravá krajina, zdravá půda, zdravá zvířata, zdraví lidé - vše spolu souvisí," shodují se ekozemědělci a věří, že stále více lidí bude při výběru potravin dbát na jejich složení a kvalitu.

## RECEPT - BOMBETTE



Tip na recept nám poskytl fenomenem pražské gastronomické scény Paul Day - majitel restaurace Sansho a The Real Meat Society, který z Ekofarmy Javorník Štítná nad Vlárí odebírá mléčné výrobky. Sýry využívává ve svých receptech pro jejich kvalitu a jedinečnou chuť.

**Ingredience:** krkovička, BIO Sýr s bílou plísní, sůl, pepř, strouhanka

**Postup:** Krkovičku si nakrájíme na tenké plátky, lehce poklepeme, posolíme, opepříme a dovnitř zabalíme BIO Sýr s bílou plísní. Nakonec bombette lehce obalíme ve strouhance a hurá na grill.



# GINGER SHOT



### Jak vznikl Ginger Shot?

Náš Ginger Shot vznikl v břeclavské kavárně Cafe Industry, jako jeden z dalších produktů pro rozšíření naší nabídky. Pustili jsme se tedy do testování několika možných receptur a začali jsme první varianty nabízet našim zákazníkům k ochutnání. Po celkem krátké době, začala být poptávka po našem Ginger Shotu stále větší a větší. Stále ale neměl náš Ginger Shot svůj kabát. Rozhodl jsem se tedy pro vytvoření etikety a s tím začal i výběr vhodného obalu. Při řešení těchto záležitostí, se zrodila myšlenka vytvoření e-shopu a zkusit tak dostat náš Ginger Shot ne jen mezi návštěvníky v kavárně, ale i mezi naše potencionální zákazníky po celé české a slovenské republice. Tak se i stalo. Etiketa byla na světě, e-shop spuštěn a první objednávky začaly naplňovat náš e-shop. S rozjezdem e-shopu nám začala být kavárna pro výrobu Ginger Shotu tak nějak malá, proto se musela výroba přemístit do nových prostor, které slouží výhradně pro kompletní výrobu Ginger Shotu. S tím bylo také spojeno pořízení nové technologie pro kompletní zpracování.

### Co je vlastně Ginger Shot?

Ginger Shot je unikátní kombinace peruánského zázvoru, citrónu, medu od českých včelařů, kokosové vody, kurkumy a kampaťského pepře, který je považován za nejkvalitnější pepř na světě. Peruánský zázvor a citróny lisujeme za studena metodou cold press. Kurkuma je koření a zároveň oblíbená bylina ajurvédského a čínského tradičního lékařství, jejíž terapeutické použití se počítá na tisíce let. Četné studie potvrdily, že kořen kurkumy může mít významný pozitivní účinek na neurologický, kardiovaskulární, metabolický a imunitní systém a buněčně zdraví. Bohužel, zmíněné koření má velmi nízkou biologickou dostupnost, to znamená, že tělo může využívat jen velmi malé množství.

Vzhledem k tomu, že hladina absorpce kurkumy je velmi nízká, organismus se z léčivých účinků kurkumy nemůže radovat naplno, jak již bylo řečeno. Naštěstí existuje jednoduchý způsob, jak potenciál zmíněného oblíbeného koření zvýšit na maximum. Docílíme toho tím, že spárujeme kurkumu s pepřem. Užívání kurkumy s pepřem může zvýšit biologickou dostupnost kurkumy až na úžasných 2000 %, a to díky přidanému pepři. Přitom potřebujeme jen špetku pepře.

### Výběr zázvoru pro náš Ginger Shot

Máme za sebou více než rok práce a za tu dobu nám prošlo přes náš lis několik tun zázvoru. Rozhodli jsme se, že jestli chceme vybrat ten nejlepší zázvor, tak musíme otestovat všechny dostupné zázvory z celého světa a díky vlastní zkušenosti,



tak budeme schopni vyhodnotit jaké má každý zázvor vlastnosti a jaký zázvor bude tedy pro nás ten pravý. Po celou dobu jsme testovali zázvor z Brazílie, Indie, Číny a Peru. Zázvor z Indie jsme vyhodnotili jako nejmíň kvalitní pro naši výrobu. Zázvor z Brazílie už byl o něco lepší ale barva vylisované šťávy a síla zázvoru neodpovídala našim představám. U zázvoru z Brazílie jsme zaznamenali i lehce nasládlou chuť. Rozhodovali jsme se tedy mezi zázvorem z Číny a Peru. Rozdíl mezi nimi je ale dost znatelný a to už na první pohled. Zázvor z Číny má dost silnější tělo proti zázvoru z Peru. Z výše uvedených zázvorů je u toho čínského právě nejvyšší produkce šťávy. Z ekonomického hlediska, by se tedy právě ten čínský měl řadit mezi vítěze. Není tomu tak. Je z něj sice nejvíce vylisované šťávy ale sediment, který je nedílnou součástí kvalitního Ginger Shotu je právě u peruánského zázvoru vyšší. Díky vysokému, získanému sedimentu ve vylisované šťávě je právě peruánský zázvor ten nejsilnější. Proto je peruánský zázvor vítěz našeho výběru a na základě tohoto zjištění jsme navázali spolupráci s farmáři přímo v peru, kteří pro nás ten nejkvalitnější zázvor pěstují. Bohužel ale pro naši náročnou produkci Ginger Shotu není možné zajistit tak vysoké dávky zázvoru po dobu celého roku. Právě z tohoto důvodu, nahrazuje peruánský zázvor právě zázvor z Číny, mezi kterým jsme se rozhodovali pro naši výrobu. Čínský zázvor sice páli o dost méně než ten peruánský ale to neznamená že je v něm méně vitamínů. Každý z vybraných zázvorů má své pro a proti. Pokud se k Vám dostane od nás Ginger Shot jak z peruánského tak i z čínského zázvoru, tak můžete sami vyhodnotit, který bude pro Vás ten chutnější. Peruánský sedne více mužům právě z důvodu vysoké pálivosti. Čínský zázvor v našem Ginger Shotu je o dost jemnější a tím se pak stává Ginger Shot lahodnější.

### **Užívání Ginger Shotu by mělo být...**

Ginger Shot doporučuji užívat 3x denně 50ml. Dávkování je však individuální a každý dávkuje dle svého uvážení. Důležité je brát v potaz i to, že síla zázvoru může být agresivní na žaludek. Já osobně dávám 1x 50ml ráno, 1x 50ml odpoledne a večer

dávám 1x 50ml do čaje z čerstvé máty. Oblíbená varianta je přidání 1x50ml do pomerančového, grepového nebo ananasového freshe. Další tip je již zmíněných 1x 50ml do jakéhokoliv čaje. A pokud jde o účinky Ginger Shotu - posiluje imunitu, má blahodárný vliv na trávení, zlepšuje srdeční činnost, působí pozitivně na svalovou regeneraci, prohřeje organismus, pomáhá při nevolnosti, může snižovat hladinu cukru a cholesterolu v krvi a mnoho dalšího.

### **Ginger Shot v těhotenství?**

Zázvor ulevuje od těhotenských nevolností. Je tedy uznáván a doporučován při ranních nevolnostech. Je potřeba ale dbát na individuální dávkování. Náš Ginger Shot je dost silný a při těhotenství určitě nedoporučuji konzumaci čistého Ginger Shotu. V těhotenství doporučuji 1x 50ml a ideálně přidat do jakéhokoliv čaje nebo freshe. Hodně oblíbený je mátový čaj s přidáním 1x 50ml Ginger Shotu.

Na našem e-shopu můžete vybrat hned z několika balíčků, od degustačního na týdenní užívání balíček Ginger Shotu, který vám vydrží rovnou celý měsíc.



info@gingershot.cz  
+420 607 639 368  
f /gingershot.cz  
i /gingershot.cz  
www.gingershot.cz



FOTO: MILAN HAVLIK

## NUBIJKA KLASA, KTERÁ CHUTNÁ HEZKY. JIHOČESKY...

**V** krásné krajině jižních Čech, v blízkosti České Kanady, působí od roku 2014 rodinné hospodářství. Podle místa nese název Farma v Marin-kách a hlavním zaměřením je chov plemenných Anglonubijských koz a výroba mléčných produktů.

Toto plemeno bylo vyšlechtěno na Britských ostrovech křížením indických a súdánských koz s anglickými mléčnými plemeny. Jsou to ony, kozí aristokratky, krásné, elegantní s dlouhými ušima, charakteristickým klabonosem a barevných odstínů které si jen dovedete představit. Péče o ně je velmi náročná avšak odměnou za ni, je vynikající mléko. Má trochu jiné složení než u klasických

plemen koz (vyšší tuk a bílkovina) a ceněno je i pro svoji lahodnou chuť, bez charakteristického kozího aroma. Možná právě proto je vyhledávané i zákazníky, kteří kozině zrovna neholdují.

Farmu se majitelé snaží nestále vylepšovat. V loňském roce proto zbudovali moderní kozín s výběhem, jehož součástí je i dojírna. V něm žije celé kozí stádo, s výjimkou kozlí skupiny. Od jara do podzimu jsou kozy vyháněny na pastvu, aby chov probíhal co nejpřirozenějším způsobem. Důležitý je i výběr kvalitního krmiva - na Farmě v Marin-kách nepoužívají nikdy krmiva s GMO. Stádo je navíc pod stálým veterinárním dohledem a jsou u něj prováděny pravidelné zdravotní testy. Součas-ně s kozínem byla přímo na farmě postavena i nová





zpracova a zahájena výroba vlastních produktů, které jsou uváděny na trh pod značkou Nubijka. Ve schválené a registrované mlékárně používají výhradně kozí mléko, které není homogenizované, tzn. že tučnost mléka není nijak upravována.

Co se týče výrobků, zaměřili se na Farmě v Marinách na produkty zdravé výživy, které jsou nejen zdravé, ale i velmi chutné. V nabídce najdete vedle klasických výrobků jako jsou jogurty a kefíry s příchutěmi či v přírodní variantě, také výrobky méně tradiční. A to mléčné krupice nebo bezlepkové cereální kaše s bambusovou vlákninou v několika příchutích. Nejoblíbenější je prý rýžová kaše se skořicí či kaše lahodná z čiroku a červené quinoi. Kašičky jsou určené pro děti, čemuž odpovídá i jejich složení. Maminky bezpochyby ocení také to, že je mohou ohřát přímo v kelímku, nebo je vzít jako rychlou svačinku na procházku. Milovníci sladkého si mohou pochutnat na pu-

dinkových krémech. Stačí si jen vybrat z široké nabídky příchutí. Zákazníky nejvyhledávanější je dle výrobců pudink s příchutí vanilkovou a karamelovou. A v oblíbenosti nezaostává ani pudink s příchutí panna cotta, jablka se skořicí, či kakaový.

V letních měsících je však největším lákadlem jejich vynikající zmrzlina, jak jinak než z kozího mléka, pro kterou jezdí lidé na farmu z daleka.

Nejúspěšnějším výrobkem je Farmářský kozí jogurt Nubijka, který krátce po svém uvedení na trh získal ocenění Chutná hezky. Jihočesky..., zvítězil v kategorii mléčné výrobky v prestižní soutěži Regionální potravina a do třetice mu byla udělena národní značka kvality Klasa, kterou uděluje ministr zemědělství mimořádně kvalitním potravinářským a zemědělským výrobkům.

th.



# RUMOVÝ DENÍK



**V**šichni ho znají, ale nikdo neví, kde se vzal jeho název. Někteří tvrdí, že za původem slova rum stojí velmi staré a dnes už nepoužívaný anglický výraz *rum-bullion*, který znamená zmátek, chaos nebo hluk. Přesně takové emoce totiž dokáže rum poměrně snadno probudit.

Podle jiných jdou rumové kořeny k nizozemským námořníkům, kteří svůj rum ve-sele popijeli ze skleniček, kterým se říkalo roemer. Je tedy možné, že název skleničky se přenesl i na samotný konzumovaný obsah.

Existuje také teorie, že rum je zkomoleninou francouzského slova *arome*, tedy *aroma*, vůně.

S jistotou víme, že první sazenice cukrové třtiny přivezl na Hispaniolu Kryštof Kolumbus při své cestě do západní Indie v roce 1493. Přesně tak, Kryštofůfek objevil nejen Ameriku, ale dokonce má prsty u v rumu (leč vzdáleně, protože první zaznamenaná destilace proběhla až v Karibiku v 17. století). Dnes se rumu celosvětově vypije více než 1,4 bilionu litrů ročně a dokonce má vlastní svátek (16. srpna). Na následujících stránkách najdete tipy na ty nejlákavější varianty.

**Tak pěkně do dna!**



DIPLOMÁTICO

— THE HEART OF RUM —



pijsrozumem.cz

Vyzkoušejte rituál  
párování s řemeslnou čokoládou  
speciálně vytvořenou pro tento skvostný rum.

Ron Diplomatico Reserva Exclusiva je k dostání na e-shopu [www.warehouse1.cz](http://www.warehouse1.cz)





### TROIS RIVIÈRES CUVÉE DE L'OCEAN

Inspirací pro název karibského rumu Trois Rivières byly tři řeky ohraničující stejnojmenné plantáže cukrové třtiny. Jsou situovány na jihu karibského ostrova Martinik, v jeho nejslunnější části. Kořeny cukrové třtiny jsou zde omílány mořskou vodou. Toto prostředí dodává agricole rumům Trois Rivières mimořádně jemný, velmi bohatý sensorický profil. Díky unikátnímu výrobnímu procesu, jehož tradice sahá až do 18. století, se značka Trois Rivières stala jednou z předních značek ve světě rumů. Romy Trois

Rivières jsou vyráběny fermentováním a destilováním šťávy cukrové třtiny a mohou se pochlubit prestižním chráněným označením A.O.C. Martinique. Cuvée de l'Océan je naprosto ojedinělý rum s výjimečným charakterem a jedinečným chuťovým profilem.



### GOLD OF MAURITIUS

Už název samotný napovídá, že se uvnitř lahve rumu Gold of Mauritius ukrývá tekuté zlato. Na mezinárodních soutěžích právem sbírá jedno ocenění za druhým. Mauricius má díky své poloze výborné podmínky pro pěstování cukrové třtiny. Však zde také tradice jejího pěstování sahá až do osmnáctého století! Za značkou Gold of Mauritius stojí Frederic Bestel, jehož rodina se v tomto tropickém ráji usadila zhruba ve stejném období. Bestel vybírá a kupuje kvalitní stařené romy od několika místních výrobců, následně je míchá a ukládá do sudů po jihoafrickém portském víně k dalšímu zrání. Výsledný rum, Gold of Mauritius, je vyvážený a jemný a odráží mnoho tváří ostrova s bohatou kulturní historií.



### APPLETON 12 Y.O. RARE CASKS

Appleton Estate je nejstarší nepřetržitě fungující třtinovou plantáž a palírnou na Jamajce. Za přípravou prémiových rumů unikátního charakteru stojí už více než dvacet let výjimečná dáma Joy Spence, která se jako první žena na světě stala master blenderkou rumů. Appleton 12 Y.O. Rare Casks je směs rumů, z nichž nejmladší zrál 12 let. Má komplexní aroma a robustní chuť s tóny dřeva, ovoce, kakaa, pomerančové kůry a mandlí. Je určen pro pomalé upíjení a díky chuťovému profilu potěší i konzumenty whisky, kteří chtějí vstoupit do světa rumu.



## CIHUATÁN NIKTÉ

Rumy Cihuatán jsou vyráběny ve stejnojmenném údolí středoamerického El Salvadoru, v destilérii, jež byla založena roku 2004 a je jedinou palírnou v zemi. Je poháněna obnovitelnou energií, kterou čerpá z vylisovaných zbytků cukrové třtiny. Inspirací rumů, na jejichž výrobu dohlíží master blenderka Gabriela Ayala, je mayský odkaz místa, odkud pocházejí. Ron Cihuatán Nikté je blendem čtyř rumů starých 12 až 15 let, který se zrodil k počtě mystického mayského festivalu květů Kay Nikté. Během jeho oslav Mayové za svitu půlměsíce obětovali bezpočet posvátných okvětních lístků měsíční bohyni. Master blenderka Gabriela Ayala byla zároveň inspirovaná bohyní noci Sac Nicté (v jazyce nahuatl „bílý květ“), prchavou květinou, jež rozkvétá za jediné noci v roce. Než za úsvitu uvadne, naplní okolní vzduch omamnou vůní medu a jasmínu.



## DIPLOMÁTICO SELECCIÓN DE FAMILIA

V legendární venezuelské destilérii vznikl mimořádný rum Selección de Familia (v překladu „výběr rodiny“) odkazující na jedinečnou povahu rodiny Ballesteros, která stojí za nezávislou značkou Diplomático. Odráží i vášně pro řemeslo a umění výroby rumu kolující v žilách rodiny Ballesteros už po mnoho generací. Členové rodiny spolu s maestros roneros vybrali sudy, které dle jejich názoru nejlépe definovaly styl a hodnoty značky Diplomático. Novinku Selección de Familia charakterizuje jemná chuť typická pro rumy Diplomático, jde ale přitom o komplexnější a sofistikovanější blend. Je lahvován při vyšší síle 43 % alk. a má sušší, robustnější charakter.

## DON PAPA

Domovem prémiového, malosériově vyráběného rumu Don Papa je filipínský ostrov Negros, kterému místní obyvatelé přezdívají Sugarlandia. To proto, že se zde pěstuje jedna z nejsladších cukrových třtin na světě. Vedle dokonale vyladěné chuti, ve které vynikají tóny vanilky, medu a kandovaného ovoce, a vedle příjemného aroma je Don Papa vyhledáván i pro svůj unikátní design. Na lahvi je zobrazeno neuvěřitelných 50 zvířat, která mají, až na jedno z nich, souvislost právě s Filipínami. Vedle designu lahve není možné opomenout ani tuby, v nichž jsou lahve k dostání. Don Papa každým rokem uvádí jejich speciální limitované edice, které se dokonale vyjímají ve sbírkách všech rumových nadšenců.



*Všechny zmíněné rumy jsou k dostání na e-shopu [www.warehouse1.cz](http://www.warehouse1.cz).*



## EXPERT NA DESTILÁTY LUKÁŠ HANZL

"MEZI RUMY SI KAŽDÝ NAJDE SVÉHO FAVORITA"

**E**xpert na rumy Lukáš Hanzl spojil s alkoholickými nápoji celou svoji profesionální kariéru. Jako manažer pracoval v jednom z nejlepších pražských barů Tretter's, během svého života získával praxi nejen v Česku, ale i v zahraničí. Kromě toho je v současnosti ambasadorem značky Diplomático a dokonale se vyzná jak v historii rumu, tak i v současných trendech. Věděli jste třeba, že k rumu se skvěle hodí čokoláda nebo kvalitní doutník?

### Existují rumové kategorie?

Hlavní vliv na rumovou kulturu měli kolonizující národy, především Francouzi, Britové a Španělé. Nejčastěji se tak používá dělení dle těchto národních kategorií. Říká se, že je na světě neuvěřitelných 15 tisíc druhů rumu. Jednotlivé národy mají navíc své vlastní zákony, výrobci se ale shodli na hlavním bodu – rum musí být pálenka nebo destilát vyrobený z cukrové třtiny s alespoň 37,5 % alkoholu. Pokud je obsah nižší, jde většinou o elixýr.

### Proč se mu říká vlastně rum?

Slovo rum má dva nejrozšířenější původy. Tím prvním je rumbellion, což je dialektní označení pro velkou vřavu. Údajně to vzniklo tak, že námořníci, kteří rum na lodích fasovali, se mezi sebou rvali. Měl totiž vysoké procento alkoholu a rychle jim stoupl do hlavy. Druhou variantou je odvozenina od latinského názvu třtiny - Saccharum officinarum.

### A kdy se s rumy vlastně začalo?

Cukrová třtina byla viděna před více než 10 tisíci lety na ostrově Papu-Nová Gunea. Odtud se poměrně klikatou cestou přes asijské mořeplavce, Arabů a později křižáky dostává až do Evropy, konkrétně na Sicílii a Azurské ostrovy. Odtud zanesli semínka třtiny při plavbách Kryštofa Kolumba do Karibiku. Měl tchána Pasarela, který na Azurských ostrovech vlastnil plantáže s cukrovou třtinou a na zámořské plavby mu je dodával.

### Je složitá na pěstování?

Jedná se o travnatou rostlinu, která dorůstá výšky

mezi pěti až osmi metry. Potřebuje nižší nadmořskou výšku a také hodně vody a vláh. Svědčí jí sopečné podloží. Sklízí se začátkem března, ale třeba na Filipínách, odkud je rum Don Papa, se sklízí celoročně. Z tuny cukrové třtiny se vylisuje přibližně 700 litrů šťávy a z té se vydestiluje přibližně 70 litrů rumu. Pokud bychom do Karibiku vyrazili a chtěli ochutnat čerstvou šťávu z cukrové třtiny, tak nám na trhu pomoci speciálních strojů vylisují šťávu.

### Rumy se dělají přímo z té šťávy?

Především některé z francouzských oblastí ano, třeba na Martiniku. Zajímavým zástupcem mohou být rumy z plantáží Trois Rivières, které byly založeny kolem roku 1660 a patří k nejstarším v Karibiku. Tyto agricole rumy, neboli zemědělsky zpracované rumy, jsou vyráběny fermentováním a destilováním šťávy cukrové třtiny.

### Uvedete příklad?

Pokud se bavíme o oblasti Trois Rivières, tak například Cuvée de l'Océan. Jedná se o jedinečný rum, který se vyrábí z třtiny, jejíž kořínky berou minerály z mořské vody. Někteří při slepé degustaci dokonce řeknou, že je lehce slaný. Skvěle se hodí třeba do národního drinku Martiniku, kterým je Ti'Punch. Je na bázi rumu, cukrového sirupu z třtiny, poloviny vymačkané limetky a ledu.

### Když je rum bílý, znamená to, že nezrál v sudu?

Standardně ano, sudy propůjčí rumu barvu. Můžeme se setkat i s na pohled bílými rumy, které zrálý v sudech. Klasický tmavý rum nalijí do velkých nerezových nádob, podchladí ho a barvu vyfiltrují. Na pohled jsou bílé, ale chuťově tmavé. Dělá to třeba destilérie Botram z Guatamely a stejně se filtruje i Diplomático Planas.

### Jsou další způsoby výroby?

Ano, při tom nejrozšířenějším se vezme cukrová třtina, vylisuje se z ní šťáva a poté se v cukrovaru zahřívá téměř k bodu varu, čímž vzniká cukr, který odstředí. To co zbude, tedy druhotný produkt, je melasa. Z ní se vyrábí až 93 procent rumů. Třetí možností je rum z panenského medu, který vzniká z třtinové šťávy zahřáté na 60 stupňů. Je to podobné, jako když dlouho vaříme a redukuje vývar. Výsledný produkt nazýváme panenský med.

### Co se děje dál?

Nejdřív se melasa, panenský med nebo třtinová šťáva napustí do nerezových či dřevěných tanků společně s vodou a kvasinkami. Po pár dnech až týdnu se proces fermentace ukončí a poté začíná proces destilace. Pak začíná nejdelší proces - zrání. U rumů jsou sklady venku, protože v těch teplých klimatických podmínkách je žádoucí cirkulace





vzduchu. Pak ještě přichází andělská daň, kdy se z každého sudu se odpaří určité procento destilátu. Dle klimatu je to okolo deseti procent ročně.

### Co je britská rumová kultura?

Patří sem třeba jamajské rumy. Jamajku začali kolonizovat Britové v roce 1655 a je s tím spojen i zajímavý příběh. Admirál William Pen dával tehdy svým námořníkům povinný příděl rumu. Šlo o půl pinty, což byl necelý litr. Později ho fasovali i španělští a francouzští námořníci.

### Přispěli Britové ještě něčím?

Ano. Admirál Edward Wernon v roce 1740 začal kvůli častým nehodám v důsledku opilosti nutit posádku míchat rum s vodou, cukrem a citronem, ten byl proti kurdějím. Námořníci si brzy začali nápoj ohřívát. Wernon tehdy nosil kabát z materiálu zvaného grogam a od svých mužů si kvůli nařízení vysloužil hanlivou přezdívku Old Grog, která se vžila i pro tento nápoj. Námořníci ale položili i základy koktejlové kultury. Dělalí drinky na bázi rumu, říká se jim dodnes punch. Je složený z destilátu, cukru, bitteru, vody a nějakého koření.

### Často slyším, že když rum, tak z Jamajky... Je na tom něco pravdy?

Dříve měli 80 aktivních destilérií, nyní je jich šest. Jamajka a Barbados patří mezi nejvyhledávanější rumové oblasti. Pro ně je to něco jako národní poklad, snaží se, aby měli nejlepší rumy. Master blendery tam zpravidla dělají vystudovaní chemici s výbornými senzoricými schopnostmi. Jmenuji třeba dámu Joy Spence, která pracuje v jamajské destilerii Appleton Estate od roku 1997. Říká se, že ji dokonce pozvala NASA, aby čuchala k měsíčnímu prachu, a že má nos pojištěný na milion dolarů. Když jsme se jí na to zeptali, tak se jen usmála a řekla, že pravdu nechá na nás...

### Čím se živí?

Je master blenderkou, zjednodušeně to můžeme nazvat míchání rumů. Na etiketách rumů britského stylu vidíme často jejich věk a slovíčko blend. A právě třeba Joy Spence finální produkt namíchává z různých starých rumů, ale na etiketě je uveden vždy ten nejmladší. Třeba ve dvanáctiletém rumu Appleton Estate jsou ve skutečnosti namíchány i déle zrající rumy. Zrají především v sudech od



whiskey a bourbonu, aby byl podobnější britskému původně nejoblíbenějšímu nápoji, tedy whiskey.

### **Čím se liší španělská kultura?**

Španělské rumy jsou často lehčí, mají ovocnější tóny, což je dané velkou tradicí ve výrobě dezertních vín. Španělé jsou milovníci sladkých věcí, tudíž mají i rumy sladší, což nám Evropanům zpravidla svědčí. Nemůžeme ale paušalizovat.

### **Najdeme tam zajímavé destilérky?**

Můžeme se podívat do San Salvadoru a firmy Cihuatán, kde rumy velice zajímavě připravují. Cukrovar mají hned vedle destilérie a dřevo, které zbude po vylisování třtiny, používají na topení pod destilačním zařízením.

### **Najdeme mezi tou španělskou kulturou i nějakou jinou zajímavou destilérku?**

Můžeme se podívat třeba do Venezuely k městečku La Miel. Zde má svou továrnu firma DUSA, která od roku 1959 vyrábí jednu z nejoblíbenějších značek rumů v Česku – Diplomático. Pro mnoho lidí je to první kvalitní rum, který v životě ochutnali. Diplomático používá unikátní destilační zařízení, které nenajdeme jinde na světě.

### **Co k rumu jíst a pít?**

Ideální je rum zapít vodou, ale samozřejmě je to na každém. A co se týče jídla... Skvělou možností je třeba párování s čokoládou. S tím začal šéfkuchař Gordon Ramsay, který pároval čokoládu s destiláty. V Česku máme dokonce již 13 let patentovanou speciální hořkou čokoládu k rumu Diplomático Reserva Exclusiva, kterou vyvinul alchymista Daniel Syrový. Udělal i bílou čokoládu, která se skvěle hodí k Diplomático Planas a musím říct, že lepší bílou čokoládu jsem nejedl.

### **Jak si ještě rum užít?**

Doporučuji jít po kvalitě, ke kvalitnímu rumu kvalitní potraviny – sýry, salámy, ovoce, čokoládu. K rumu se skvěle hodí i doutník, který vytáhne z rumu sladkou chuť. Ale myslím, že je to na každém z nás. Radím lidem experimentovat, zkoušet a vytvořit si vlastní příjemný zážitek.



# ODVÁŽÍTE SE NA ONEN SVĚT?



**N**aučná stezka na Onen Svět byla slavnostně otevřena již v roce 2012. Proplétá se typickou malebnou jihočeskou krajinou s mnoha zajímavými místy, kde mají návštěvníci možnost setkat se s řadou technických i kulturněhistorických památek.

Trasa stezky začíná nedaleko rozhledny Semenec v Týně nad Vltavou a je jednou z nejdelších naučných stezek v Česku (její delká je úctyhodných 66 km).

Stezka vede malebnou jihočeskou krajinou s mnoha zajímavými místy například přes Bechyni, Stádlec, Sepekov, Milevsko a Kovářov až se dostane ke svému vrcholu (symbolickému i geografickému) do osady Onen Svět. Uprostřed vsi stojí dřevěná chata

Onen svět z roku 1940, podle níž se dnes osada jmenuje. Vedle ní byla v roce 2001 postavena Langova rozhledna, která se stala předlohou pro logo stezky.

Turisty trasa povede po stávající turistické stezce z Týně nad Vltavou údolím řeky Lužnice, od Srlína údolím říčky Smutná, okolo Milevského potoka a přírodní památkou Boukal (oblast rybníků Boukal a Slatina), okolo rybníka Pokoj a u Kovářova kolem rybníka Krajíc. Pak čeká turisty výstup na Jalovčí a cesta krásným lesem pod vrcholem Hrby (627 m), až na Onen Svět.

Prostřednictvím 21 informačních tabulí se seznámíte s historií, kulturními i přírodními zajímavostmi okolí. Nechybí ani pověsti nebo historické příběhy vztahující se k místům podél stezky.



## JAK TO CELÉ ZAČALO?

V roce 2008 vznikla myšlenka na propojení Vltavotýnska, Bechyňska a Středního Povltaví prostřednictvím naučné stezky. Iniciátorem projektu se stala MAS Vltava, o.s., která má podporu výstavby stezek ve svém strategickém rozvojovém dokumentu Rozvoj Vltavotýnska na období 2007 - 2013. Oslovila tedy sousední mikroregiony s možností vypracovat společný projekt naučné stezky.

Základním kamenem realizace projektového záměru se stala úspěšná žádost o dotaci z Programu rozvoje venkova, osa IV Leader. V letech 2009 - 2011 se pak podařilo projekt úspěšně zrealizovat. Celkové náklady se vyšplhaly na 2 836 001 Kč, z toho dotace činila 2 754 151 Kč.

Stezka na Onen svět využívá stávající turistické stezky značené Klubem českých turistů. V rámci projektu byla stezka vybavena 31 novými staništi s 21 naučnými tabulemi, 2 propagačními poutači, 26 odpočívadly (posezení ze dřeva) a 18 interaktivními sety (interaktivní mobiliář ze dře-

va). Došlo také k opravě visuté lávky nad řekou Lužnicí proti ústí Židovy strouhy.

Naučná stezka informuje své návštěvníky nejen o místních historických, kulturních či přírodovědných zajímavostech či blízkých cílech. Stezka na Onen Svět je, jak již název napovídá, tak trochu zahalena rouškou tajemna. Začíná totiž na vrchu Semenec u Týna nad Vltavou, kde kdysi existovalo městské popraviště, podle kterého se místo nazývalo Na Spravedlnosti. A končí symbolicky na Onom Světě, osadě na Kovářovsku.

Jelikož se podél naučné stezky nachází různá tajuplná místa opředená mystikou, staly se nedílnou součástí naučných tabulí i poutavé pověsti či historické příběhy vztahující se k těmto unikátním místům. Stezka má navíc výhodu v tom, že na cestu na Onen Svět lze kdekoliv na trase vstoupit a kdekoliv z ní zase vystoupit a to v obou směrech. Svůj výlet tak můžete maximálně přizpůsobit své energii.

*ml.*





### CHRÁM SV. BARBORY KUTNÁ HORA

Barborská, Kutná Hora  
Tel.: +420 775 363 938, [www.khfarnost.cz](http://www.khfarnost.cz)



Unikátní dílo vrcholné a pozdně gotické architektury, založené roku 1388, je spolu s historickým jádrem města zapsané na seznamu památek UNESCO. Podle historických pramenů měla velkolepá stavba dosahovat dvojnásobku dnešní délky. Prohlídky chrámu svaté Barbory probíhají individuálně, bez průvodce. Na pokladně chrámu je možné si půjčit stručný text o historii a nejdůležitějších zajímavostech v různých světových jazycích. Za poplatek 40 Kč je možné si zapůjčit audioprůvodce.

### SOLENICKÁ PODKOVA

Solenický meandr, Solenice



Ve Středním Povltaví, mezi přehradami Kamýk a Orlík vytváří řeka Vltava jeden z úžasných meandrů Vltavské kaskády, kterému se přezdívá Solenická podkova. Nejhezčí pohled na něj je ze skaliska Na Vraném nedaleko vrchu Na Altánku u obce Solenice, kde skalní ostroh strmí asi 160 m nad řekou. Vyhlídka na Solenický meandr patří bezesporu k nejkrásnějším vyhlídkám na Vltavu. Nachází se ve skalách v lese mezi obcemi Zduchovice a Solenice na Příbramsku. Solenická podkova nabízí pohled z výšky přibližně 150 metrů nad vodní hladinou.

### GEOLOKAČNÍ HRY V GEOFUNU SI UŽIJETE NOVĚ I V NÁCHODĚ

Rádi vyhledáváte originální a zajímavé pěší vycházky, při kterých vám je společníkem mobilní telefon nebo jiné chytré zařízení? V aplikaci GEOFUN nově najdete tři výlety na motivy náchodských pověstí. Během svého putování v centru města spojíte síly s prchajícím Fridrichem Falckým, na Státním zámku Náchod osvobodíte zakletou zámeckou paní a v Malých lázních Běloves pomůžete vyléčit podlomené zdraví princezny Idy. Pro absolvování těchto zážitkových výletů si stačí zdarma stáhnout aplikaci GEOFUN na GooglePlay nebo v AppStore, a můžete se pustit do poznávání města trochu jinak. Tak Géčko v Náchodě!



### ZLATONOSNÁ ŘÍČKA KOCÁBA

Kocába pramen - Příbram

Kocába je 45 km dlouhá říčka, která pramení u obce Dubno 3 km od Příbrami a zapsala se do historie trampingu těsně po I. světové válce, kdy začala být navštěvována milovníky Divokého západu, kteří Kocábu přezdívali Hadí řekou. Ve třicátých letech našeho století pak oživily skalnatý kaňon desítky chatiček a starých trampských osad. Na říčce se dříve nacházelo několik mlýnů, z nichž některé lze vcelku dobře lokalizovat i dnes. V souvislosti se zlatohorní historií Nového Knína i Štěchovic lze v údolí dodnes rozpoznat zbytky důlní činnosti.







MARIÁNSKÉ  
LÁZNĚ

Mariánky jsou super  
pro imunitu



#mariankyjsousuper  
[www.marianskelazne.cz](http://www.marianskelazne.cz)

GREAT  
SPAS of Europe

## PIŠINKA JE TŘEBA



**K** aždý, kdo měl někdy zvíře, ví, jak je pro dobré chování důležitý systém odměn. Dokonce i kočky aneb "říkej mi jak chceš, stejně na to neslyším" umí předvést pokoru, když se naučí, že v určitou dobu se schyluje k večeři nebo nějaké laskomině.

Je naprosto přirozené, že příčina má důsledek a pokud něco od někoho chceme, měli bychom nabídnout adekvátní protíváhu. I naše vláda to podle toho, jak s chutí pravidelně podplácí důchodce, velmi dobře chápe. Je proto až zarážející, s jakou urputností prosazují stále stejné restriktce. Jak řekl Albert Einstein - definice šílenství je dělat stejnou věc znovu a znovu a očekávat jiné výsledky. Přitom řešení se nabízí samo. Odměny. Dejte veřejnosti nějakou tu pišinku, která je bude

správně motivovat a oni se rádi přizpůsobí. Jednoduché jak facka. Nerozumím proto tomu, že dávno nepadl návrh, aby se do kin / restaurací / na sportovní akce mohlo jen s 24 hodin platným antigenním testem. Jen si to představte. Lidé by MĚLI motivaci se jít testovat (protože by to bylo s vidinou nějaké odměny). Současně, kdyby se náhodou ukázalo, že je člověk pozitivní, by se lépe trasovalo. Větší zájem lidí o testy by znamenal snazší podchycení ohnisek. A samozřejmě by to pomohlo i celkové morálce, když by z tepajících měst nezbyly jen Potěmkinovy vesnice.

Ale ne. Vláda bude raději po desáté zkoušet to samé (dokonce s priznáním, že to nejspíš zase nezafunguje), odněkud do toho bude žvatlat ukrát vyhozený Prymula a hlavně že můžeme všichni nakupovat v květinářství. Jděte s tím do háje.

th.





SANITÁRNÍ ZAŘÍZENÍ A HYGIENICKÉ POTŘEBY

# BEZDOTYKOVÝ Dezinfekční stojan ANTI-COVID POINT

Přenosný stojan s integrovaným vysoko-  
kapacitním dávkovačem pro účinnou  
dezinfekci rukou na exponovaných,  
veřejně přístupných místech. Určeno  
jako součást opatření pro antivirovou  
a antibakteriální ochranu úřadů, škol,  
restauračních zařízení, provozoven,  
obchodů a dalších prostor s vyšší  
frekvencí návštěv, kumulací lidí  
a pohybem zákazníků.

**CHRAŇME SE SPOLEČNĚ!**



## CENTRÁLA ČR

Merida Hradec Králové, s.r.o., Zemědělská 898, 500 03 Hradec Králové  
telefon: +420 495 545 924, mobil: +420 605 255 689  
e-mail: office@meridohk.cz, [www.merida.cz](http://www.merida.cz)



**25let**  
1995 - 2020

**TRIDO®**



## Široký výběr vrat a designu

**TRIDO Style**  
standardní sekční  
vrata na míru

**TRIDO Easy**  
cenově výhodná  
sekční vrata

**TRIDO Evo**  
pro rekonstrukce  
bez bourání

E-mail: [obchod@trido.cz](mailto:obchod@trido.cz) | Tel.: (+420) 800 800 874 | [www.trido.cz](http://www.trido.cz)