

Krajanské listy

—

prosinec 2018/leden 2019

Vydává Velvyslanectví České republiky v Pretorii ve spolupráci s českými krajany
v Jihoafrické republice.

Náměty a příspěvky zasílejte na adresu: tereza.mleckova@gmail.com
Redakce a Velvyslanectví České republiky v Pretorii neručí za obsah zaslaných příspěvků.
Redakční rada: Anna Syková, Tereza Macháčková, Mirka Schullerová, Dagmar Koreň

Vážení a milí krajané,

přinášíme Vám vánoční dvojčíslí Krajanských listů za prosinec 2018 a leden 2019. Ve výběru zpráv se dočtete o průzkumu týkajícího se Andreje Babiše a o vývoji české ekonomiky, dále pak o úmrtí významného českého vědce Emila Palečka. Následují tradiční rubriky hudební okénko, zajímavosti a čeština. Nechybí vánoční příloha, kde se dočtete o České mši vánoční od Jakuba Jana Ryby a o vánočním příběhu o Lidušce, následují vánoční zvyky, tradice a recepty na cukroví.

Přejeme Vám požehnané vánoční svátky a šťastný nový rok 2019!

Vaše redakce

INFORMACE VELVYSLANECTVÍ ČR V PRETORII

*(Kontakt: Embassy of the Czech Republic, 936 Pretorius Street, Arcadia, Pretoria,
P.O. Box 13671, Hatfield 0028-Pretoria, e-mail : consulate_pretoria@mzv.cz, tel.: 012 4312380, fax:
012 4312398)*

Konzulární dny v Kapském Městě – leden 2019

Konzulární dny v Kapském Městě se budou konat **ve dnech 24. – 25. ledna 2019.**

Úřední hodiny jsou mezi 8.00 – 15.00 na adrese Visegrádského domu (bývalého Generálního konzulátu ČR), Fleetwood Avenue 2, Claremont. Pro vyřízení Vašich žádostí je nutné si předem sjednat schůzku prostřednictvím Velvyslanectví ČR v Pretorii (e-mailem consulate_pretoria@mzv.cz nebo na telefonním čísle 012 4312380). Ve Visegrádském domě nelze podat žádost o vízum.

Knihovní den na velvyslanectví

Knihovna Velvyslanectví ČR v Pretorii bude otevřena v pátek dne **18. ledna 2019** od 10 – 12 hod.
Přijďte si s námi povídat u kávy a vypůjčit zajímavou knihu.

Rubriku připravila JUDr. Anna Syková, Ph.D.

INZERÁTY / ŽÁDOSTI / OZNÁMENÍ

Výuka češtiny a angličtiny od začátečníků až po velmi pokročilé, od dětí až po důchodce.
Individuální přístup. Kontakt: Radka Hejmalová-Millar, mobilní telefon 0824681401, e-mail
RadkaHej@gmail.com

Kvalifikovaná soudní překladatelka nabízí vypracování překladů z češtiny do angličtiny a z angličtiny do češtiny (případně z a do ruštiny a němčiny). Kontakt: Radka Hejmalová-Millar, mobilní telefon 0824681401, e-mail RadkaHej@gmail.com.

Villa Klara B&B

nabízí ubytování v luxusně vybavených pokojích v srdci Johannesburgu v Northcliffu. Guesthouse je vhodně situován velmi blízko nákupního střediska Cresta.

Ideální pro byznysovou klientelu díky své poloze. (CBD 15minut, Sandton 20minut, N1 7 minut, nemocnice 10 minut)

Pokoje mají WiFi spojení.

Pro více informací navštivte naši webovou stránku www.villaklara.co.za

Rezervace: klara@villaklara.co.za či 011 478 2513. Denně od: 08:00 do 17:00.

At Villa Klara, the customer always comes first



Soukromá psychologická praxe

Mgr. Dita Bosman

HPCSA Reg. No. PS 0111449 / Pr. No. 0860000379093

V malebné Camps Bay, v Kapském Městě nabízím psychologicko poradenské a terapeutické služby pro dospělé jedince a páry v obtížných životních situacích, s různými duševními, psychosomatickými a vztahovými problémy. Dále také nabízím terapii hrou pro děti od 4 let.

Shop 102F, First Floor
The Promenade
Victoria Road
Camps Bay

Cell: 073 6103006
Fax: 086 6720904
Email: dita@dbosmanpsychologist.co.za
Web: www.dbosmanpsychologist.co.za

Advokátní kancelář UpLegal

nabízí poradenství a právní služby všem, kteří je zrovna potřebují. Poskytujeme poradenství dle českého práva v českém, anglickém a německém jazyce, dlouhodobě také spolupracujeme se zahraničními kancelářemi. Klienty zastupujeme zejména v oblastech občanského, obchodního a trestního práva. V případě potřeby se prosím obraťte na advokáta Mgr. Vojtěcha Bienka, který své znalosti nabýval rovněž na University of Pretoria.



UP legal
Francouzská 299/98
101 00 | Praha 10
www.uplegal.cz

Mgr. Vojtěch Bienek
Advokát
Francouzská 299/98
101 00 Praha 10 - Vršovice
E-mail: bienek@uplegal.cz
Tel.: (+420) 734 692 472

VÝBĚR ZE ZPRÁV

Babiš rozděluje společnost a ovlivňuje média, myslí si podle průzkumu Medianu většina Čechů. Ekonomickou situaci Česka ale podle respondentů zlepšil

Premiér Andrej Babiš (ANO) podle většiny Čechů rozděluje společnost, je ve střetu zájmů a ovlivňuje média. Podle většiny lidí ale také zlepšil výběr daní a ekonomickou situaci Česka. Vyplyvá to z průzkumu agentury Median z 13. a 14. listopadu. Průzkum agentura provedla po zveřejnění kauzy kolem výroků Babišova syna. Již dříve Median zveřejnil, že podle většiny účastníků průzkumu by měl kvůli kauze premiér sám, nebo i s celou vládou odstoupit.

Největší část lidí, téměř tři čtvrtiny, se shodla, že premiér Babiš rozděluje společnost. Uvedlo to 70 procent účastníků průzkumu. Přibližně stejný podíl Čechů, 69 procent, si myslí, že Babiš je jako politik a podnikatel ve střetu zájmů. Skoro dvě třetiny lidí také uvedlo, že Babiš ovlivňuje média. Kolem dvou pětín dotázaných míní, že premiér způsobil pokles politické kultury a omezuje demokracii.

Pracovníci Medianu se veřejnosti ptali také na pozitiva premiéra. Podle většiny účastníků průzkumu, zhruba dvou třetin, se díky Babišovi zlepšil výběr daní. Premiér se také podle 58 procent dotázaných zasloužil o zlepšení ekonomické situace republiky. Téměř polovina Čechů, 48 procent, si také myslí, že Babiš nastartoval státní investice. Že nynější premiér pomohl ke stabilnějšímu vládnutí, uvedlo 45 procent lidí a jen asi třetina dotázaných míní, že omezil korupci a uplácení. Boj proti korupci byl přitom jedním z hlavních volebních témat hnutí ANO, které Babiš vede.



FOTO: ČTK

Negativně hodnotí premiéra častěji příznivci jiných stran než ANO. I téměř polovina voličů ANO ale uvedla, že Babiš rozděluje společnost, třetina z nich míní, že je ve střetu zájmů, a podle čtvrtiny voličů ANO ovlivňuje média.

V posledních dvou dnech již Median zveřejnil další informace z průzkumu, kterého se 13. a 14. listopadu zúčastnilo 1015 obyvatel České republiky ve věku 18 a více let. Agentura například uvedla, že by podle 56 procent dotázaných měl Babiš kvůli kauze kolem svého syna odejít z funkce premiéra, a to buď sám, nebo i s celou vládou. Z účastníků průzkumu rovněž 57 procent věří tomu, že premiér se snaží, aby jeho blízcí nevypovídali na policii ke kauze Čapí hnízdo.

Syn premiéra Andrej Babiš mladší řekl serveru Seznam Zprávy, že ho spolupracovníci jeho otce drželi kvůli kauze Čapí hnízdo na ukrajinském poloostrovu Krym, anektovaném Ruskem. Údajně mu vyhrožovali, že jinak skončí v psychiatrické léčebně.

Premiér médiím řekl, že jeho syn na Krymu byl, ale nebyl nikým unesen. Uvedl také, že jeho dospělý syn i dospělá dcera jsou psychicky nemocní. Babiš mladší pak v e-mailu pro Seznam Zprávy obvinil svého otce ze lži.

Babiš i jeho dospělé děti čelí v kauze Čapí hnízdo obvinění z dotačního podvodu.

Zdroj: ihned.cz
Rubriku připravila: Tereza Macháčková

ČESKÉ OSOBNOSTI

Emil Paleček

(3. října 1930 – 30. října 2018 Brno) byl český vědec, objevitel elektrochemie nukleových kyselin.

Od roku 1955 pracoval v Biofyzikálním ústavu Akademie věd v Brně, kromě toho přednášel na Masarykově univerzitě jako profesor molekulární biologie. Spolupracoval s centrem RECAMO Masarykova onkologického ústavu. Byl zakládajícím členem Učené společnosti ČR.

Na kontě má 300 odborných publikací a je celosvětově jedním z nejcitovanějších českých vědců. Biochemik Emil Paleček významně přispěl ke vzniku nové oblasti výzkumu DNA pomáhající zjistit genetické kořeny nemocí. Zabýval se i výzkumem bílkovin, které vedou ke vzniku rakoviny. Zapsal se na poli biofyziky a molekulární biologie.

Na rozdíl od pomalejší a zatím přesnější optické metody analýzy sekvence DNA je elektrochemická analýza rychlejší a mohla by vést k vývoji miniaturních analyzátorů s novým typem čipů.

Emil Paleček před několika lety uvedl, že v budoucnu budou moci praktičtí lékaři



díky DNA zjistit z kapky krve, jak vyhovuje daný lék konkrétnímu pacientovi. Informace z genomu mohou pomoci i při včasné diagnostice rakoviny.

V roce 2014 při udělení ceny Česká hlava odhadoval, že praktici začnou používat elektrochemické metody pro rozpoznání údajů z DNA nejdříve asi za 20 let. „Samozřejmě nejde o proroctví, ale o odhad. Věda se neustále vyvíjí a nelze vyloučit, že se objeví nové metody, které budou levnější a efektivnější než moje elektrochemie,“ tehdy řekl.

Loni se stal také laureátem Ceny Neuron za přínos světové vědě. Vědec byl činný až do posledních dnů svého života.

Rubriku připravila: Mirka Schullerová

HUDEBNÍ OKÉNKO

Výročí prosince a ledna

7. 12. 1928 nar. **Zdeněk Mahler**, spisovatel 90 (zemř. 17. 3. 2018)

9. 12. 1958 divadlo Na zábradlí v Praze zahájilo činnost premiérou hry Jiřího Suchého a Ivana Vyskočila **Kdyby tisíc klarinetů** 60

14. 12. 1738 nar. **Jan Antonín Koželuh**, skladatel a kapelník (zemř. 3. 2. 1814) 280

19. 12. 1938 nar. **Karel Svoboda**, skladatel (zemř. 28. 1. 2007) 80

4. 1. 1874 nar. **Josef Suk**, skladatel pozdního romantismu, člen Českého kvarteta (zemř. 29. 5. 1935) 145

9. 1. 1969 zemř. **Ladislav Vycpálek**, skladatel (nar. 23. 2. 1882) 50

18. 1. 1934 zemř. **Otakar Ševčík**, houslista, pedagog, zakladatel moderní houslové metodiky (nar. 22. 3. 1852) 85

21. 1. 1934 nar. **Eva Olmerová**, jazzová zpěvačka (zemř. 10. 8. 1993) 85

22. 1. 1929 nar. **Petr Eben**, skladatel a pedagog (zemř. 24. 10. 2007) 90

23. 1. 1969 zemř. **Jaroslav Křička**, hudební skladatel (nar. 27. 8. 1882) 50

Zdroj: www.praguecitytourism.cz
Rubriku připravila: Dagmar Koreň

ZAJÍMAVOSTI

Autoři Ilustrované Ústavy České republiky: „Když jsme ji prvně četli, nadchla nás“

V rámci letošního Designbloku byla pokřtěna Ilustrovaná Ústava České republiky a v těchto dnech ji najdete v knihkupectvích. Kniha je vlastně světovým unikátem, v zahraničí bychom podobné projekty, které spojují základní státní dokument a umění, hledali stěží. „Hlavně si ji přečtete,“ vyzývají čtenáře autoři v úvodu knihy.



FOTO: hithit.com

Text české Ústavy, ke kterému patří také Listina základních práv a svobod, vás možná zaujme víc, než byste čekali. Je totiž perfektně promyšlený, stručný a srozumitelný prakticky každému. Zároveň podle autorů dává překvapivě přesné odpovědi na otázky, o nichž v současnosti vedeme dlouhé diskuze.

Architekt a knihkupec Adam Berka je autorem projektu Ilustrované ústavy Slovenské republiky, dostalo se mu velkého úspěchu, a proto se rozhodl realizovat totéž v Česku. „Ústava formuluje základní hodnoty, na kterých je naše demokratická společnost postavena. Její součástí je Listina základních práv a svobod. O věcech, které se zde píší, mezi sebou vedeme hodinové diskuze, vyjadřují se k tomu politici,“ říká Berka. „Často však zapomínáme na to, že tato diskuze probíhá přinejmenším 100 let a na mnoho otázek jsme už odpovědi našli. A najdeme je skvěle formulované právě v naší Ústavě.“

To potvrzuje i Jindřich Janíček, který je autorem ilustrací. Přiznává, že text Ústavy si sám přečetl až v době, kdy dostal nabídku vytvořit ilustrace. „Většinou ji najdeme někde v rohu knihkupectví, její vydání nevypadají atraktivně,“ říká. „A právě to jsme se tímto projektem pokusili změnit.“ V publikaci najdeme dva sady ilustrací, první za textem samotné Ústavy, druhý pak za Listinou základních práv a svobod. „Klíč k tomu, jak k ilustrování přistoupit, jsem hledal dlouho,“ říká Janíček. „Mé obrázky jsou jakýmsi atmosférickými pohledy na současnost. Často jde o výjevy, které jsem pozoroval na cestách českou krajinou z autobusu. V nich jsou obsaženy určité kontrasty a paradoxy, kterých si na první pohled nemusíte všimnout, můžete vidět vlastně jen hezké obrázky české krajiny.“ Je zajímavé pozorovat, jak člověk obrázky vnímá před čtením samotného textu a jak se případně změní bezprostředně poté, co si ho přečetl.

Zdroj: wave.rozhlas.cz, Matěj Samec
Rubriku připravila: Tereza Macháčková

ČEŠTINA

Doplňte správnou příponu –ař nebo -ář:

Tes--, lék--, ryb--, pís--, sedl--, čet--, cukr--, kuch--, kov--, brašn--, cest--, pek--,

Doplňte I/Í nebo Y/Ý a správná písmena ze závorek:

L-(z/s)tono(ž/š) př-nesl v po(ž/š)ťácké bra(ž/š)ně psan-. Kolem staven- b-l plo(d/t). Po(ž/š)ťák otevřel vrá(d/t)ka. Tu za(ž/š)těkal pe(z/s). V-ř-t-l se ze zahrá(d/t)k-. L-(z/s)tono(ž/š) měl stra(h/ch), ab- svou bo(d/t)kou pej(z/s)ka nezašlá(b/p)l. B-l tot-(ž/š) velk- jako m-(ž/š). Tet-čka měla rados(d/t). Čekala dop-(s/z) o(d/t) str-čka. B-l s dě(d/t)m- na prá(s/z)dn-ná(h/ch) v (k/K)rkonoš-(h/ch).

Zdroj: Prazdnninová škola 2. třída
Rubriku připravila: Radka Hejmalová-Millar

VÁNOČNÍ PŘÍLOHA

Vánoční příběh o Lidušce: co odkryly dobové spisy

V době, kdy spisovatel Rudolf Těsnohlídek s kamarády našel v lese opuštěné batole, bylo vcelku běžné, že matky kvůli chudobě odkládaly své děti. Sedmnáctiměsíční Liduška měla štěstí. Dostala se do rodiny vrchního číšníka, kde se o ni vzorně starali.

Sestavit co nejpodrobněji příběh, který začal záchranou malého děvčátka Lidušky v bílovickém lese a vyústil v tradici vánočních stromů, charitativních sbírek, a dokonce ve výstavbu dětského domova Dagmar v Žabovřeskách, není nic jednoduchého. MF DNES se o to s pomocí unikátních dobových dokumentů (některé z nich se dlouho ukrývaly v soukromých archivech) pokusila.



Dítě promodralé zimou

Dva dny před Štědrým dnem roku 1919 v Bílovicích tehdy žijící Rudolf Těsnohlídek se svými přáteli, studentem pražské akademie výtvarných umění Františkem Koudelkou a soudním úředníkem Josefem Tesařem, stoupali kolem myslivny Lišky Bystroušky a podél Kuního potoka vzhůru Palackého údolím. Těsnohlídek to ve své povídce Pod vánočním stromem zdůvodnil tím, že šli uříznout "maličkou drobnou jedličku pro dvě stárnoucí děti, jichž duše nestárla svou láskou". Náhle se vpravo ze stráně ozval zvuk, který třem podvečerním chodcům připomínal sténání, jaké vydává umírající srna. Přátelé se rozhodli zkrátit zvířeti utrpení a začali šplhat do příkrého lesa. Tu však spatřili něco nečekaného.

"Mezi kořeny smrku ležela na tenké peřince docela malá holčička. Měla rozhalenou košilku a na hlavě čepeček. Její dlaně bezmocně tiskly hrst zasněženého jehličí. U úst měla krupičky zmrzlých slin. Plakala stále tišeji, přerývaně. Byla promodralá zimou," vyličil onu událost v životopisné knize o Těsnohlídkovi (Jsem vánočnímu stromu podoben) František Kožík, který čerpal z dobových archivních pramenů i vzpomínek pamětníků. Nálezci začali volat do okolního lesa, ale nikdo se neozýval. Dítě proto zabalili do kabátu, popadli je do náruče a rychle s ním běželi dolů do Bílovic. Sedmnáctiměsíční Lidušku donesli na četnickou stanici na hlavní, dnes Žižkově ulici. Tehdy tam měl služební byt vrchní strážmistr Josef Bula s manželkou. Za pomoci selky Marie Brázdové a porodní asistentky Marie Špatné dítě u Bulů vykoupali a oblékli. Další bílovický sedlák František Kala pak zapřáhl koně a odvezl kašlající a sípající dítě do nemocnice.



Matka "chtivá požitků"

Nezaopatřené děti se tehdy kvůli hmotné nouzi odkládaly a opouštěly daleko běžněji než dnes, nešlo o nijak výjimečnou historku. Během pouhých čtyř dnů od nalezení děcka však byla vypátrána její matka Marie Kosourová, "neprovdaná dcera Marie Futerové, narozená 19. listopadu 1894, domovským právem v Netíně u Velkého Meziříčí".

Ukázalo se, že jde o služku z Prstic (uvádějí se také Branišovice), která otěhotněla s ruským zajatcem z první světové války, jehož přidělili na polní práce do statku v blízkosti Brna. Kosourové se tak 8. července 1918 narodilo nemanželské dítě, které pojmenovala Ludmila. Protože ji však nikdo nechtěl s malým děckem vzít do služby, podle svého vlastního svědectví se v krajní nouzi rozhodla děvčátko odložit.

Zkoušela to nejdříve v brněnské pobočce pomocného sdružení České srdce, které z podnětu spisovatelky Růženy Svobodové nejdříve v Praze a pak i na Moravě a ve Slezsku založila Renata Tyršová, aby dodávalo potraviny válkou postiženým rodinám a hladovým dětem. Byla tam prý odmítnuta, a proto se rozhodla dítě odložit v lese u Bílovic, neboť ta místa prý dobře znala.

Při hlavním přelíčení 8. listopadu 1920, kde se Marie Kosourová u Zemského trestního soudu v Brně zodpovídala ze "zločinu odložení dítěte", tvrdila obžalovaná, že "vše učinila z nouze, ale rozhodně nechtěla, aby dítě zahynulo, nýbrž aby je ti páni vzali". Tvrdila, že když uslyšela hlasy přicházejících, skryla se za blízký strom, a když dítě našli a volali, nehlásila se, "poněvadž kdyby jí je vrátili, nevěděla by, co s ním má dělat, neboť ve velké nouzi se tehdy nalézala". Svědci však vypověděli, že "jest jen nadmíru

šťastné náhodě co děkovati, že dítě bylo nalezeno, neboť místo, na němž bylo odloženo, jest nejméně 200 kroků vzdáleno od stezky, po které stejně málo kdo chodí".

Přecitlivělým Rudolfem Těsnohlídkem, trpícím po většinu života depresemi, případ odloženého děcka zvlášť otřásl. Napsal také o den později v Lidových novinách, že se matka hájila, "jako by opakovala dojmavou povídku pro prosté čtenáře", ve skutečnosti že však šlo o ženu "silnou, zdravou, chtivou jen požitků života", která pak "vyslechla s klidem rozsudek a po malé Lidušce se ani nezeptala". Nejvíc však obžalované přitížilo shodné tvrzení všech tří nálezců děcka, že "dítě bylo rozvinuto (odkopalo peřinku - pozn. red.) - takže samo se na žádný způsob rozvinouti nemohlo - a bylo mrazem již úplně zmodralé tak, že leželo na místě odlehlém, široko a daleko, jak se sami přesvědčili, nebylo nikoho viděti, neboť tito při nalezení dítěte nejen volali, nýbrž v okolí pátrali". I když každé ženě, která kdy měla tak staré dítě, je jasné, že takřka rok a půl staré batole se samo odkopat klidně může, soud považoval tvrzení obžalované, že dítě odložila "teprve tehdy, když slyšela, že jacísi lidé k místu onomu jdou, s tím úmyslem, aby ono dítě našli a byli se o ono ujali" za zcela vyvrácené.

Samosoudce Honal přihlédl ale k částečnému doznání Kosourové, k její dosavadní bezúhonnosti (nebyla zatím trestána) i hmotné tísní. V čase, který krutými rozsudky nijak nešetřil, uložil proto vcelku mírný trest. "Za odložení dcerušky ve věku, v němž si zachování svého života sama pomoci opatřiti nemohla," byla její matka odsouzena k pěti měsícům těžkého žaláře zostřeného jedním tvrdým ložem každých čtrnáct dní.

U pěstounů

"Tak se naše Liduška podruhé narodila a dobří lidé už ji neopustili a byli mnozí, víc než jsme očekávali, kdož projevíli zájem o její osud," vzpomíná Těsnohlídek. Šel dítě o rok později s přáteli navštívit v Brně na Cejlu k jejím novým rodičům, manželům Polákovým. U vrchního číšníka a jeho ženy, kteří sami nemohli mít děti, je "malá velká dáma, jen o něco málo větší než její loutka, přijala vlídně, takřka blahosklonně".

"Docela upřímně se zaškaredila, když jsme vstoupili do přízemní kuchyňky, kde si hrála po návratu z malé dopolední procházky." Ale pak se na ně dívanka, která "se skvěla v krásném čepci, usmála a v tom teplém úsměvu a v pohledu zářících velkých studánkových očí, které by nevyličil ani velký básník, natož nepatrný soudní referent, bylo tolik radosti ze života, který jí byl vrácen pouze náhodou a jehož poslední hrůzy prožila, aniž si toho je vědoma".

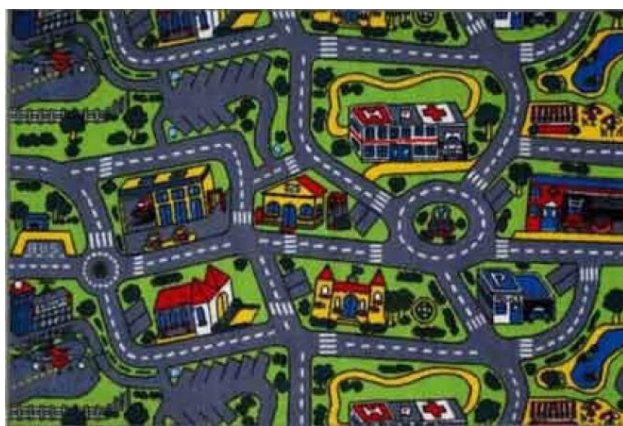
Tradice vánočních stromů

O pět let později, tedy v roce 1924, se v období adventu na brněnském náměstí Svobody poprvé rozsvítil charitativní Vánoční strom republiky. Tuto, do té doby v českých a moravských městech nevídanou událost, organizoval právě jeden ze zachránců děvčátka, Rudolf Těsnohlídek, s cílem vybrat v kasičce pod stromkem peníze na stavbu dětského domova. Nápadu se okamžitě chopila další česká a slovenská města, takže o několik let později již Vánoce provázely stovky veřejných stromů, symbolů finanční pomoci sirotkům a potřebným dětem. Konkrétně v Brně výtěžek sbírky pomohl financovat dětský domov Dagmar, který funguje dodnes.

Zdroj: brno.idnes.cz, Jana Soukupová, www.ceskatelevize.cz
Rubriku připravila: Tereza Macháčková

Hračky, které nosil Ježíšek v 90. letech

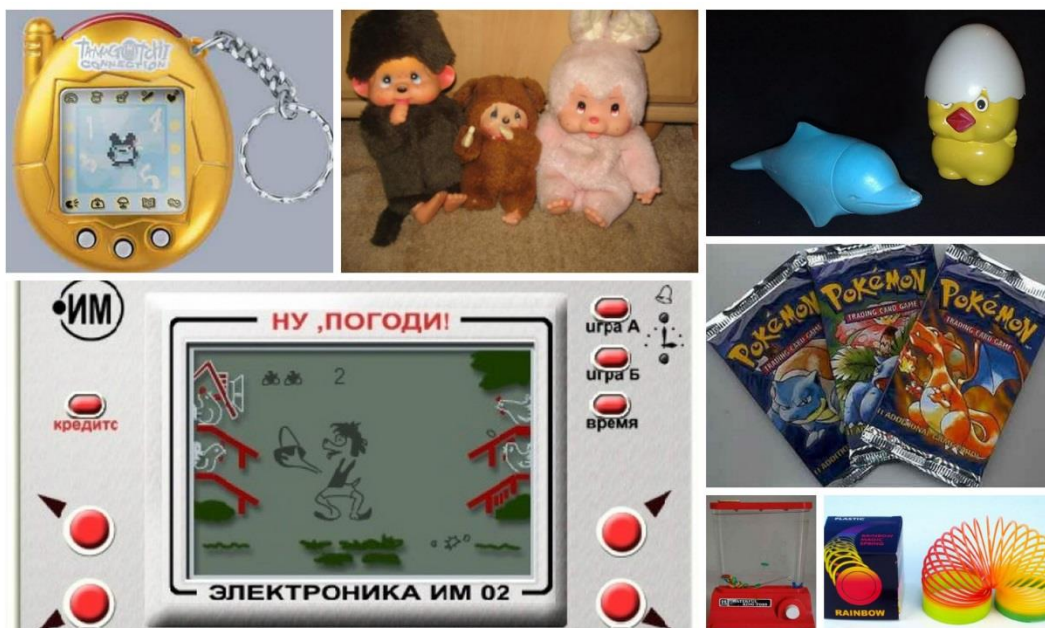
Vzpomínáte rádi na své dětství? Tyhle fotky vám osvěží paměť na vaše vánoční přání. Dárky, které jste chtěli od Ježíška, a možná jste se jich i dočkali.



V každém druhém chlapeckém pokoji byl super zábavný koberec se vzorem autodráhy. Z používání úžasného fenoménu - barevných foukacích fix - se zamotala hlava nejdne holčičce.

A jaký byl největší fenomén mezi hračkami v 90. letech? Japonské elektronické zvířátko Tamagoči! Tato hračka byla ideálním dárkem pro děti, které nemohly mít doma živého tvora. V letech 1996 až 1999 se ho po celém světě prodalo asi 40 milionů kusů.

Pamatujete si také, jak jste si vyhráli s terčem a míčkem na suchý zip? Nebo, jak jste toužili po supermoderní koloběžce či sbírali kartičky slavných Pokémonů jako diví? To byly časy!



Česká mše vánoční a Jakub Jan Ryba (1765-1815)



Jméno jednoho z nejvýznamnějších představitelů české kantorské hudby přelomu 18. a 19. století, skladatele, vzdělaného učitele, spisovatele, básníka a regenschoriho Jakuba (Šimona) Jana Ryby je všeobecně trvale spojováno především s duchovními kompozicemi určenými pro vánoční období, z nichž tzv. Česká mše vánoční „Hej, mistře“ z roku 1796 zajistila svému tvůrci věhlas nejen po celé Evropě, ale stala se trvalou součástí vánočních svátků i v zámořských zemích. Tato skladba, jíž si autor nijak zvlášť necenil, však zastínila další velice rozsáhlou a žánrově rozmanitou Rybovu tvorbu, zůstávající stranou zájmu a dostupnou pouze úzké skupině hudebních znalců a několika nadšených příznivců. Páteří Rybova díla je hudba církevní, jež vznikala z praktické potřeby rožmitálského kůru a z povinností vyplývajících z funkce jeho ředitele, kterou Ryba zastával po celých 27 let svého působení v Rožmitále (1788-1815).

Vedle skladeb určených právě pro místní potřebu, mezi něž patří i zmíněná Česká mše vánoční, vznikla také řada děl, určených jiným českým kůrům, která svým rozsahem, obsazením i náročností překročila hranice možností Rybova působiště (skladby pro plzeňský a svatohorský kůr aj.). Z velice rozsáhlého díla (cca 1100 skladeb) se však dodnes zachovala pouze část, v případě hudby církevní okolo 400 skladeb, z hudby světské však pouze nepatrné torzo.

Ryba pocházel z Přeštic z kantorské rodiny. Již jeho otec Jakub Jan Ryba st. byl znamenitým varhaníkem a schopným skladatelem, ale jeho povahové rysy mu nedovolily více vyniknout. Svůj talent, který nesporně po otci zdědil, Ryba brzy rozvinul. Po studiích na piaristickém gymnáziu v Praze, která nedokončil, a po absolvování učitelského kursu působil krátký čas jako učitel v Nepomuku a v Mníšku, aby pak od roku 1788 trvale zakotvil v Rožmitále. Srovnáme-li jeho podmínky s podmínkami současníků působících za hranicemi, musíme vyzdvihnout jeho pracovní nasazení podpořené úžasnou pílí, kterou kompozici věnoval, i když nebyla jeho hlavní životní náplní ani rozhodujícím nástrojem příjmu, neboť tím byla práce ve škole, výchova a vzdělávání dětí a mládeže, které se svědomitě a i za cenu osobních obětí až do smrti věnoval. Jako otec sedmi dětí, které zůstaly naživu z třinácti narozených, musel v posledních letech života, zejména po státním bankrotu v roce 1810, čelit existenčním potížím, spojeným mj. i s vydržováním dvou synů na studiích.

Hudba, a především její tvorba se stávala Rybovi důležitou duševní vzpruhou v těžkých životních situacích, utíkal se k ní jako do jiného, krásného světa, po kterém stále marně toužil. Stále se zhoršující zdravotní stav, neutuchající spory s rodiči žáků i s vrchností, pocity marnosti, zoufalství, beznaděje, podpořené četbou Senekových spisů však nakonec zvítězily nad radostí, optimismem a harmonií, které vtělil do svých skladeb, převážily i hodnoty plynoucí z jeho opravdové víry v Boha a přivedly jej až k rozhodnutí předčasně ukončit život. Rybův osud se dovršil v lesní tišině nedaleko Rožmitálu, kde si po vzoru Senekově podřezal břitvou hrdlo. Stalo se to v sobotu 8. dubna 1815, kdy se po splnění svých povinností ve starorožmitálském farním kostele vydal na obvyklou procházku za město, ze které se již nevrátil. Po náročném pátrání bylo jeho tělo nalezeno až v pondělí 10. dubna v neprostupném křoví na

okraji lesa Štěrbina poblíž obce Voltuš. Podle tehdejších církevních pravidel jako sebevrah nemohl být pochován na posvěcené půdě, tedy na starorožmitálském městském hřbitově. Jeho tělesné ostatky proto byly za asistence rodiny a několika věrných přátel uloženy na odlehlém bývalém starém morovém pohřebišti značný kus cesty na severozápad od Starého Rožmitálu. Teprve čtyřicet let po Rybově smrti se podařilo jeho synovi *Josefu Arnoštovi* (věhlasnému očnímu lékaři) a osvícenému faráři *Janu Fährnichovi* vymoci povolení k exhumaci a přenesení Rybových ostatků na rožmitálský hřbitov.



Ryba učitel

Bylo již napsáno mnoho pochvalných slov o Rybově učitelském působení v Mníšku a především pak v Rožmitále. Ryba byl svou podstatou, povahou i vlastnostmi rozený kantor. Jeho láska k druhým, ochota, štědrost, píle, nadšení a na druhé straně cílevědomost, přímost, důslednost a zásadovost byly tím pravým základem k jeho učitelské dráze. Do jisté míry idealisticky se ujal místa učitelského pomocníka a poté i učitele, se zápalem a horlivostí vlastní mladému člověku. Tato doba, po reformě nejnižších škol v duchu osvícenských myšlenek, přinesla řadu nových, lepších vyučovacích metod, jichž se mladý Ryba s nadšením sobě vlastním chopil. Stal se obhájcem nové výchovy, již prosazoval proti všem jejím nepřátelům. Povinná školní docházka byla všeobecně zavedena roku 1781. Rodiče měli povinnost posílat své děti do školy pravidelně, pokud se tak nedělo, platili dvojnásobek školného. Ryba jako učitel vyžadoval její plnění, připomínal povinnosti rodičům i samotné obci. Byl zastáncem nutnosti výchovy a vzdělání proti všem připomínkám rodičů a argumentům proti ní. Neuznával nařčení mnohých ngramotných rodičů, že jejich děti takové vědomosti nepotřebují.

Ryba skladatel

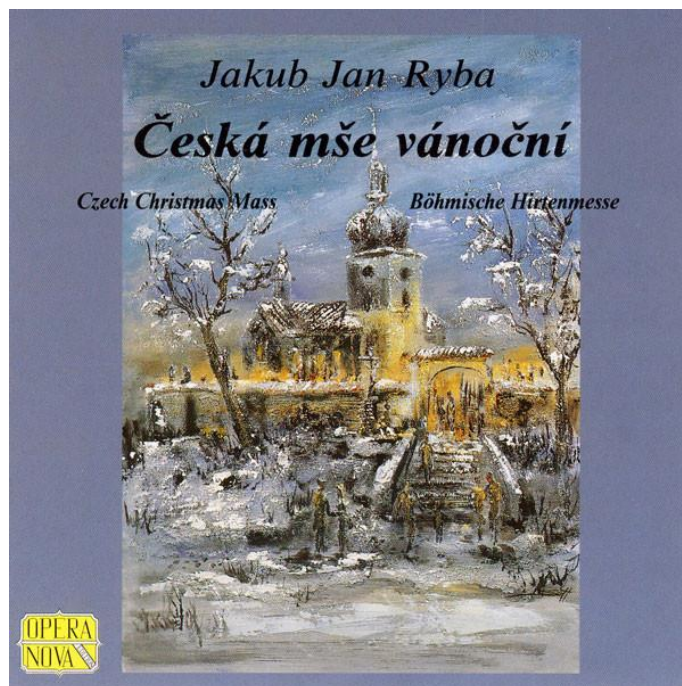
Rybovo skladatelské umění se zrodilo díky prostředí, v němž od malička vyrůstal. Otec mu byl prvním učitelem skladby a Ryba byla již jako malý zaujat mnohými hudebními skladbami, které měl možnost slyšet. V rodině zněla především církevní hudba, vždyť jeho otec byl přestickým a později nepomuckým varhaníkem, ale také skladatelem. Po prvních pokusech přišlo inspirující pražské prostředí, v němž jej

uchvátila hudba pražských chrámů, kde začal poprvé vsutku tvořit a dostavila se i první pochvalná uznání autorit, jichž si Ryba nesmírně vážil. S obrovskou láskou k hudbě přišel Ryba do Rožmitálu vykonávat povolání, které bylo značně časově náročné. Bylo jeho povinností komponovat skladby pro potřeby kostela, především mše, ale on nezůstal zdaleka jen u nich. Již v Praze měla úspěch jeho komorní díla, v tvorbě dalších pak v Rožmitále pokračoval.

Řadu svých skladeb Ryba napsal pro potřeby starorožmitálského kůru, s výjimkou těch, které byly věnovány kůrům vyspělejší, především plzeňskému. Do Rožmitálu se na provedení slavnostnějších skladeb sjížděli hudebníci a zpěváci z blízkého okolí, tak je tomu ostatně i dnes při provedeníh jeho České mše vánoční. Pro zdejší kůr si však musel vychovávat nové hudebníky a zpěváky, vyučoval proto zpěvu, hře na varhany, klavír, housle, violu, violoncello, flétnu, klarinet a lesní roh. Všechny tyto nástroje sám dobře ovládal, nejlépe však své milované housle a také varhany, což vyplývalo ze samotné podstaty jeho funkce regenschorih a varhaníka. Toto postavení vyžadovalo od učitele mnoho času, musel se věnovat škole i kůru a svou práci mezi ně rozdělit. I přes nespornou lásku k hudbě byl Ryba především učitelem.

Rybova Česká mše vánoční

Píše se rok 1796. Již čtvrtý rok trvá válka mezi rakouskou monarchií a Francií a pro Rakousko se nevyvíjí zrovna příznivě. Spojenecké Prusko uzavírá s Francií separátní mír a válka se blíží k hranicím Čech. Do země proudí uprchlíci z Německa, Praha zahajuje přípravy k evakuaci. Lidé hledají útočiště v kostelích, utíkají se k zemským patronům a prosí o odvrácení válečných útrap. V západním území zavládly strach a nejistota. Tím větší radost přináší všem občanům zvěst o vítězství rakouských vojsk v bitvě u Würtzburgu a Schwarzfeldu 3. září 1796. Francouzi se stahují za Rýn, bezprostřední nebezpečí je odvráceno. Všude se konají děkovné bohoslužby, vznikají oslavná díla, hlaholí zvony. S blížícím se adventem naděje na ukončení války stoupá. A snad právě tehdy se Ryba rozhodne oslatit tóny i slovy zrození Spasitele a vyjádřit tak odvěkou touhu lidstva po míru. Snad.



Jisté však je, že se o této skladbě nikde podrobněji nezmiňuje. V soupisu skladeb z let 1782-98 pouze uvádí: „sedm pastorálních mší, z toho jedna česká“. Také Rybův autograf díla dosud nebyl nalezen, známe pouze titulní list skladby s uvedením obsazení: 4 sóla, sbor, varhany, flétna, 2 klarinety, 2 lesní rohy, klarina-trubka, 2 housle, viola, violonkontrabas, tympány. Také název, který se všeobecně vžil – Česká mše vánoční – pouze nahrazuje původní latinský titul *Missa solemnus Festis Nativitatis D. J. Ch. accomodata in linguam bohemicam musikamque redacta*. Existuje v četných opisech, text byl přizpůsoben současné jazykové praxi, postupně byly přidávány další, nepůvodní party nástrojů. K

přístupnosti přispělo především vydání notových partů Českou katolickou charitou revidované A. Michlem z r. 1961.

Základní forma mše jako skladby doprovázející a dotvářející liturgii se nazývá ordinarium a sestává z 6 hlavních částí, které jsou označeny úvodními slovy latinského textu, a mezi ně jsou pak vkládány proměnlivé části.



První část *Kyrie* (z řec. kyrios = pán) zahajuje prosbou *Kyrie, eleison* (Pane, smiluj se). Pro ni Ryba obvykle volil, jak napsal v deníku, hudbu plnou pokory a důvěry. V této skladbě se však od svého záměru poněkud odchýlil a latinský text zcela pominul. Cele ji svěřil dvěma sólovým mužským hlasům. Hned úvodní „*Hej, mistře, vstaň bystře*“ je sice na hony vzdáleno původní pokorné prosbě kodifikovaného textu, ale již od počátku díla Ryba tuto i další části podřídil dějové linii vánoční hry, v níž se pastýři chystají do Betléma oslatit Ježíšovo narození. Mladý pastýř budí svého mistra (správce ovčína) a oba hledají příčinu rozličných přírodních úkazů: „*Vzhlédni na jasnost, nebes na švarnost*“, „*měsíc jasně plápolá*“, „*denice již vychází*“, „*z hájů volá zvěř, cvrlikáním přelibým ptáčeků zvučí keř, rozléhá se les*.“ Rozespálý mistr je zprvu mrzutý, ale když zaslechne „*libé hraní*“, zaujatě se podivuje nad neobyčejnou situací.

Druhý oddíl *Gloria* (z lat. gloria = sláva) je chvalozpěvem oslavujícím narození Krista, skladatel zde vždy volí veselý ráz hudby. I tato část v Rybově podání začíná slovy „*Sláva budiž Bohu velikému, pokoj lidu všemu pokornému*“, zde se tedy Ryba alespoň částečně přidrží kodifikovaného textu. To andělé oznamují Kristovo narození. Ohromený mistr hledá slova: „*Co je to, kde je to, co to slyším za hlas, jenžto volá na nás*“, aby opětovně uznal mimořádnost okamžiku: „*To musí něco znamenat, musím hned stádo domů hnát, vzbudím svou chasu, aby tu krásu pozorovala, a pak se mnou šla k Betlému, jak jsem slyšel, z oblohy když hlas vyšel*.“ V závěru oddílu pak mistr zvěstuje radostnou zvěst ostatním a všichni radostně volají „*Pojďme tam*“ a „*alleluja*“.

První vložená část *Graduale* (z lat. gradus = stupeň; při něm kněz vystupuje po stupních na místo, odkud bude vykládat Písmo) je cele věnována svolávání co nejširšího okruhu lidí: „*Vzhůru, bratři, jenom čerstvě vstávejte*“, „*Jeden svolá všecku chasu*“. Mistr volá pastýře jménem „*Ferdo*“, „*Jožko*“, „*Janku*“ a posílá je i do vzdálenějších míst kraje: „*Běž hned za háj, vzbudiž celý Zálesní kraj*“, „*jdi za horu*“, „*svolej lidi v b(B)oru*.“ Snad právě zde nejvýrazněji vstupuje do Rybova díla realita jeho doby i s názvy konkrétních míst našeho kraje a křestními jmény tehdejších obyvatel. Svolávají „*dobré hudce, zpěváky a hodné trubce*“, kterých zde v Rybově době bylo zajisté mnoho.

Credo (z lat. credo = věřím) je vyznáním křesťanské víry. V *Credu* Rybově ovšem vrcholí příprava na cestu: „*Již se jen připravte, hudby si upravte*.“ Po dotazech „*Copak máme s sebou vzítí aneb nač pak máme hrát*“ následuje nádherné basové sólo „*V pravé pobožnosti*“, líbeznou melodii pak střídají dotazy sboru „*Kdopak dary ponese*“, kterým bas odpovídá „*Ty nám Tomek poveze*“. Po vroucím zpěvu celého sboru tato část vrcholí slavným „*alleluja*“ a mohutnou oslavou Boha Otce: „*Sláva buď Tobě, Bože, věčný, Bože velký, nekonečný, ve své moci jsi jediný*.“

Druhou vloženou část *Offertorium* (z lat. offertorium = obětování) zahajuje líbeznou melodií flétna s doprovodem orchestru. Zástup již dospěl do Betléma, bas zpívá „*V pokoře poklekněme.*“ Všichni žasnou „*To jest Dítě vznešené.*“ Následuje vroucí prosba „*Obdař všechny milostí, zblaž nás věčnou radostí, uděl nám požehnání, pokojné obcování.*“ Po výzvě mladého pastýře „*Nuže, bratři, zahrajeme*“ a mistrově „*Naštymujte hudby jasné*“ přednáší celý orchestr svůj hudební dar malému Ježíškovi. Závěrečný sbor „*S radostí a plesáním*“ oslavuje Boha podobně jako v předcházející části, tentokrát se však zaměřuje na oslavu Boha Syna „*Ježíš Vykupitel náš, vytrh z služebnosti nás.*“

Nejkratší část mše *Sanctus* (z lat. sanctus = svatý) je andělským hymnem. I zde se Ryba vrací k původnímu textu „*Nebe, hlásej „Svatý“, obloho, zněj „Svatý“.*“

Benedictus (z lat. Benedictus = Požehnaný) je věnován oslavě zrozeného Spasitele. Celý zástup vyznává: „*Tu se jemu obětujeme, pravou lásku přislibujeme, Tobě chceme sloužit vždy, tím pak dojdeme věčné mzdy.*“

Agnus Dei (z lat. Agnus Dei = Beránek Boží) pojal Ryba jako rozloučení s nebeským Dítětem. Všichni se poroučejí do jeho ochrany a několikrát co nejzbožněji opakují: „*Uděl nám všem pokoj svatý, po němž všichni dychtíme.*“

Communio (lat. sv. přijímání) nebo též Závěr je finální částí celého díla. Vrcholí mohutnou oslavou trojjediného Boha: „*Budem chválit svého Otce z upřímného ctného srdce, písněmi, modlitbami, milováním, Tě vzýváním: Otce Boha, jeho Syna, též i Ducha, budeme vždy velebiti, Tě na věky chváliti. Budiž veleben, až na věky, amen.*“

I přes všechny dosud neobjasněné okolnosti vzniku, prvního uvedení, následná a do současnosti trvající kritická hodnocení, odsouvání skladby mimo liturgii pro její „*přílišnou lidovost, jednoduchost a prostotu a v neposlední řadě neliturgičnost*“, zůstává pro ty, kteří jí chtějí rozumět a prožít, vzácným pokladem, neodmyslitelně spjatým s liturgií oslavující Kristovo narození.



Nebylo Rybovým cílem posluchače ohromit, oslnit pompézností, leč prostě, bez patosu, ale na druhou stranu dostatečně vroucně, opravdově a ne povrchně, s nenucenou zbožností bez velkých gest a laciných frází, ale způsobem nedegradujícím velikost a hloubku okamžiku, srozumitelně navodit atmosféru oné svaté noci i událostí na ni navazujících. Chtěl oslovit lidi různých společenských vrstev, vzdělání i věku, vtáhnout jednoho každého posluchače do radostného děje, aby jej mohl ve svém srdci opravdu prožít, ne pouze pasivně vnímat jako něco nedosažitelného.

„V tom cinkl zvonek. Ze sakristie vyšel pan farář ve svátečním ornátu a rochetce, za ním kráčeli dva ministranti a rozestavili se u oltáře. Varhany zahřměly plno organo. A do nich vpadl mnohohlasý sbor literáků a vokalistů: narodil se Kristus Pán, veselme se. A celý kostel se těšil z té krásy. Tedy šťastné a veselé Vánoce! Šťastné a veselé Vánoce...“

Staré vánoční zvyky a pověry, na které se dnes už zapomnělo

V dnešní době už mají Vánoce zcela jiný nádech než měly za našich předků. Některé zvyky přetrvávají, ale většina z nich už je zcela zapomenuta. Na co lidé dříve věřili a bez kterých vánočních obyčejů se Štědrý den neobešel?

Lití olova



Dnes už málokterá rodina lije na Štědrý den olovo, přitom ještě na počátku 20. století to k vánočním tradicím neodmyslitelně patřilo. Jelikož bylo ale za první i druhé světové války olovo málo, tradice se na nějakou dobu skoro vytratila. Dnes seženeme olovo nejspíše v rybářských potřebách, když si koupíme tzv. olůvka, která se používají jako zátěž na vlasec. Roztavené olovo se lije do studené vody, kde po asi 5 minutách ztuhne. Z tohoto obrazce potom můžeme vyčíst, co nás v příštích letech čeká.

Rovné čáry znamenají spokojený a klidný život, vlnité čáry znamenají nejasnosti, zmatky, ale i cestování. Uzavřený kruh značí finanční zisk nebo dědictví, dva kruhy svatbu, dva porušené kruhy rozchod nebo zrušení svatby. Čtverec předpovídá harmonický život a trojúhelník úspěchy v podnikání. Když si člověk ale kladl konkrétní otázku, sám by měl z tvaru vyčíst odpověď.

Štědrovečerní tabule

Celý Štědrý den se držel půst, který skončil, až když vyšla první večerní hvězda. Podle staré tradice mělo být na stole devět pokrmů. Aby byla příští rok hojná úroda, každý u stolu měl sníst před jídlem lžici hrachu. Tato tradice už se asi nedrží nikde, jelikož lidé už na své úrodě nejsou závislí. Hospodyně nesměla vstát od stolu, aby se na příští rok zase všichni sešli ve stejné sestavě. Dnes u některých rodin tato tradice přetrvává, akorát nesmí vstávat od stolu ostatní členové rodiny, naopak hospodyně může. Pro přivolání si bohatství se jedly na Štědrý den pokrmy z čočky a jáhel a pod talíř se dávala drobná mince nebo šupina. Pokud se někomu podařilo omylem rozlít víno, znamenalo to, že se může rodina do roka těšit na křtiny.



Vdavekchtivé dívky

Svobodné dívky si na Štědrý den měly možnost přitáhnout do života muže a svatbu. Tak například házení střevícem za sebe - pokud špička mířila směrem ke dveřím, znamenalo to, že se dívka do roka vdá. Pokud špička mířila kamkoliv jinam, dívka zůstala zatím na ocet. Dívky, které byly svobodné a chtěly se vdávat musely na Štědrý den nasbírat devět patek od vánočky. Pokud se dívka nemohla rozhodnout mezi dvěma nápadníky, zapíchla do jablka dvě zápalky, každou pojmenovala po jednom nápadníkovi, zapálila je a ta která hořela déle, "vyhrála", toho chlapce si dívka do roka vzala za manžela.

Co přinášelo štěstí a smůlu

Dříve se věřilo, že když na Štědrý den budou lidé dělat některé aktivity, přinese jim to štěstí anebo smůlu. Před půlnoční mší se nesmělo šít a plést, znamenalo to, že by myši ušité dílo zničily. Také se nesmělo na Štědrý den prát prádlo, přineslo by to neštěstí a smůlu do rodiny. Štěstí naopak přineslo, když se 25. 12. upekla chleba a v ten samý den slepice snesla vajíčka - měla prý kouzelnou moc. Pokud vyšel Boží hod na pondělí, znamenalo to dobrou úrodu a hodně medu, když vyšel na úterý, lidé se mohli těšit na velkou úrodu vína a obilí. Boží hod na pátek znamenal horké léto a hezký podzim.

Zdroj: www.extralife.cz

Recepty

Houbový kuba



Ingredience na 4 porce:

kroupy 300 g
sušené houby 100 g
sádlo 3 lžíce
česnek 3 stroužky
cibule 1 ks
drcený kmín
majoránka
sůl

Postup:

Houby nechte namočené přes noc ve vlažné vodě, v jiném hrnci namočte kroupy. Namočené kroupy slijte, propláchněte, zalijte osolenou vodou a vařte, dokud nezměkknou. Po čtvrt hodině varu přidejte do hrnce namočené houby. Cibuli nakrájejte nadrobno. V kastrolu rozehejte sádlo (trochu si schovejte na vymazání pekáče) a na něm orestujte cibuli s kmínem. Troubu předehřejte na 180 °C. Pekáček vymažte sádlem. Kroupy s houbami sceďte (trochu vody si odložte do hrníčku), vmíchejte utřený česnek a majoránku rozetřenou mezi dlaněmi. Vařečkou důkladně promíchejte. Směs vyklopte do vymazaného pekáčku a nechte čtvrt hodiny zapéct v troubě.

Zázvorový čaj

Zázvorový čaj si lze připravit snadno ze zázvoru přelitého horkou vodou. My pro vás ale máme mnohem chutnější a účinnější recept, na který budete potřebovat trochu více surovin.

Ingredience:

1 sklenice vody
1 čajová lžička čerstvě nastrouhaného zázvoru nebo ¼ lžičky sušeného zázvoru
1 čajová lžička čerstvě nastrouhané kurkumy nebo ¼ lžičky sušené kurkumy
0,5 dcl kokosového mléka
med



Postup:

Převařte vodu a až trochu vychladne, zamíchejte do ní kurkumu a zázvor. Nechte louhovat asi 10 minut. Poté přidejte mléko a 1 – 2 lžičky medu na dochucení.

Pudinkové rohlíčky



Těsto:

220 g hladké mouky
120 g změkklého másla
100 g kr cukru
1 bal. vanilkového pudinkového
prášku (případně i karamelový
pudinkový prášek)
2 žloutky
2 lžíce mléka

Na posypání:

moučkový cukr
1 bal. vanilkového cukru

Na čokoládovou polevu:

Čokoládu na vaření a trochu
oleje, které si rozpustíme ve
vodní lázni

Mouku smícháme s ostatními přísadami a vyformujeme hladké těsto. Smíchanou hmotu je lepší míchat pomocí rukou. Těsto přendáme na pracovní desku a vyformujeme do tvaru delší rolky asi 2 cm široké.

Rolku nakrájíme na proužky široké asi 1 cm a z nich vytvarujeme jednotlivé rohlíčky. Rohlíčky na koncích zahneme a přendáme na plech vyložený papírem. Pečeme při teplotě 180 stupňů asi 12 minut, nebo až rohlíčky budou na povrchu zlatavé. Ještě horké rohlíčky posypeme smíchaným moučkovým a vanilkovým cukrem. Chcete-li tmavé rohlíčky, přidejte do těsta kakaový prášek. Konce rohlíků namočte do rozpuštěné čokolády.

Zdroj: recepty.cz, www.cukrfree.cz

Cukr free Vánoce s Janinou Černou



Cukrfree necukroví se od toho klasického liší hned v několika věcech. Kromě toho, že v něm není cukr a obsahuje minimum sacharidů, se peče opravdu až těsně před Vánoci. Jen to z toho důvodu, že není tak trvanlivé ale také proto, že necukroví se nepeče několik krabic, ale jen pár kousků.

Necukroví vás totiž zasytí a uspokojí daleko více, než klasické cukroví a tak nebudete mít potřebu sníst celý talíř, ale bude vám opravdu stačit jen pár kousků na ochutnání. Neděste se proto toho, že takové necukroví vyjde na daleko více peněz, než klasika. Vánoce totiž opravdu nejsou o tom, abychom všeho měli nadbytek a neustále se jen přejídali. Připravte si pár druhů vašich oblíbených cukrfree kousků a vnímejte je jako něco výjimečného a ne jako něco, co po Vánocích nebudete už moci ani vidět.

Kešu linecké sušenky s oříškovým krémem

Co se týče samotných sušenek, jsou díky kešu přirozeně nasládlé, takže by je měla zvládnout i “necukrfree návštěva”. Při pečení dávejte pozor, ať sušenky nenecháte v troubě příliš dlouho a tím je nevysušíte.



FOTO: cukrfree.cz

Ingredience na cca 54 ks sušenek:

Sušenky

50 g kešu ořechů
50 g kokosové mouky
1 celé vejce
1 žloutek
vanilkový extrakt
80g kešu másla

Krém

50g změkklého másla
25 ml smetany na šlehání
4 lžice roztavené 90 – 100% čokolády
3 lžice lískooříškového másla (lze použít i máslo z jiných druhů ořechů)

Postup

Kešu ořechy rovnoměrně rozmixujeme tak, aby se nám vytvořila jemná moučka. Do nádoby přidáme rozmixované ořechy, kokosovou mouku, vanilkový extrakt a vše promícháme. Poté přidáme celé vejce, žloutek a kešu máslo a propracujeme tak, aby se nám vytvořilo pevné těsto. Mezitím rozehřejeme troubu na 180°C. Z těsta pomocí rukou vytvoříme kouli a položíme ji na nepřilnavou podložku. Těsto rukou přimáčkneme k podložce, překryjeme papírem na pečení a válečkem rozválíme tak, aby vznikla cca 4 mm tenká placka.



FOTO: cukrfree.cz

Pomocí vykrajovátka vykrájíme sušenky, které poté vyskládáme na plech vyložený papírem na pečení a vložíme na 7 – 8 minut do trouby. Mezitím si připravíme krém tak, že do nádoby kuchyňského robotu vložíme změkklé máslo, smetanu, rozehřátou čokoládu a lískooříškové máslo a vše vyšleháme do hladkého krému. Hotový krém přendáme do zdobítka a vložíme na 10 – 15 minut ztuhnout do ledničky. Hotové sušenky vyskládáme na táč a necháme vychladnout. Poté polovinu z nich pomocí zdobítka poklademe oříškovým krémem a zbylými sušenkami je překryjeme. Vršek sušenek potom ozdobíme zbývajícím krémem. Hotové sušenky skladujeme v lednici ve vzduchotěsné nádobě.

Lískokoule

Ingredience

½ hrnku lískooříškového másla
1 hrnek mletých lískových oříšků
vanilková esence
60 g rozehřáté vysokoprocentní
čokolády

Na posypání:

Mořská sůl, nasekané ořechy nebo
okvětní lístky růží



FOTO: cukrfree.cz

Postup

Ve středně velké míse smícháme ořechové máslo společně s mletými ořechy. Přidáme vanilkovou esenci a opět promícháme. Z hotového těsta vytvoříme kuličky, které vyskládáme na talíř nebo prkénko s papírem na pečení. Poté je vložíme na 30 minut do mrazáku. Mezitím si ve vodní lázni roztavíme čokoládu. Tu poté odstavíme z vodní lázně a necháme vystydnout, aby nebyla příliš horká. Oříškové kuličky poté vyndáme z mrazáku a pomocí rukou ještě jednou vytvarujeme do rovnoměrných kuliček (nepracujeme však s hmotou příliš dlouho nebo se začne roztékat). Poté vždy po jedné kuličce vkládáme pomocí lžice do roztavené čokolády, necháme v ní kuličku celou obalit a následně vyskládáme znovu na papír na pečení. Posypeme pár zrníčky mořské soli, přidáme jeden okvětní lístek růže a necháme vychladnout. Hotové kuličky vložíme na dalších 20 minut do lednice a poté podáváme. Skladujeme max. 2 týdny v lednici.

Skořicové kešu sušenky

Kešu sušenky, nebo obecně nízkosacharidové a vysokotučné necukroví, se nejlépe v takovém množství, jako klasické cukroví. Tím, že obsahuje tolik tuku, vám ve výsledku stačí jen jeden či dva kousky na chuť, takže nemáte ani potřebu ani chuť spořádat celou krabici. Vánoce nemusí být o neustálém jezení něčeho sladkého, pak slaného, a potom zase sladkého. Raději si upečte menší množství, za to z kvalitních (i když dražších surovin) a jezte střídavě. Ve výsledku vás totiž X krabic sladkého cukroví s moukou a cukrem vyjde na daleko víc peněz (a daleko víc kil, které po Vánocích budete muset shazovat), než když si upečete pár cukrfree sušenek, který si dáte za odměnu ke kávě nebo jako sladkou tečku po štědrovečerní večeři.



FOTO: cukrfree.cz

Ingredience na 15 ks sušenek:

- 1 hrnek mletých kešů (lze použít i mandlovou mouku)
- špetka soli
- 3/4 lžičky jedlé sody
- 1 lžička skořice
- vanilkový extrakt
- 1/2 hrnku kešu másla
- 1/2 lžice kokosového oleje

Čokoládová náplň

- 25 g vysokoprocenní čokolády
- 10 g kakaového másla
- 2 lžičky kešu másla

Postup

Troubu předehřejeme na 175°C. Ve větší míse smícháme společně kešu, sůl, jedlou sodu a skořici. Poté přidáme vanilku, kešu máslo a kokosový olej a pomocí rukou propracujeme tak, aby se nám všechny ingredience spojily. Poté těsto vložíme na 15 minut do lednice, aby se s ním lépe pracovalo. Poté z těsta odebereme vždy množství odpovídající jedné lžici, ze kterého pomocí rukou vytvoříme kuličku. Stejným způsobem zpracujeme i zbývající těsto. Hotové kuličky vyskládáme na plech vyložený papírem na pečení. Prstem jemně přimáčkneme kuličku k plechu a koncem vařečky do jejich prostředku uděláme důlky, které po upečení budeme plnit čokoládou.

Sušenky vložíme do předem vyhřáté trouby a pečeme po dobu 8 – 10 minut. Mezitím si ve vodní lázni roztavíme čokoládu společně s kakaovým a kešu máslem. Poté nádobu s čokoládou odstavíme z vodní lázně a mícháme, dokud se nám nevytvoří hladká hmota. Vzniklou čokoládovou směs necháme

vychladnout tak, aby nebyla příliš tekutá a ze sušenek nevytékala (jakmile začne čokoláda tuhnout, je potřeba pracovat rychle, jinak ztuhne příliš a bude potřeba ji znovu rozehtát). Hotové sušenky vyndáme z trouby a necháme úplně vychladnout (sušenky nesmí být teplé, jinak se čokoláda bude roztékat). Poté pomocí malé lžičky (nebo zdobícího pytlíku) plníme důlky sušenek čokoládou. Hotové sušenky dáme ještě na 10 – 15 minut do lednice ztuhnout a poté podáváme. Sušenky nechte úplně vychladnout, než s nimi budete manipulovat. Teplé sušenky budou velmi křehké a snadno se rozlomí. Sušenky skladujeme v lednici.

Nekaramely

Dalším z vánočních receptů jsou karamely bez cukru, takže nekaramely. Tyhle karamelky se vám budou rozplývat na jazyku, a to doslova. Ony se totiž kvůli poměrně vysokému obsahu kokosového oleje, budou rozplývat i na stolku v obýváku nebo na lince v kuchyni, když je tam v teple necháte ležet delší dobu :).



FOTO: cukrfree.cz

Ingredience

- 1 hrnek kešu másla
- 1 hrnek panenského kokosového oleje
- 1 lžice mleté skořice
- 2 lžice mandlového mléka
- vanilková esence
- stévie podle chuti

Postup

Kokosový olej a kešu máslo zahřejeme na mírném plameni tak, aby obě ingredience změkly a zvláčněly. Poté odstavíme z plamene, přidáme zbývající ingredience a vše důkladně promícháme tak, aby nám vznikla řidší hladká hmota. Hmotu poté vlijeme do formy vyložené papírem na pečení (popř. silikonové formy) a vložíme na alespoň 2 hodiny do lednice. Ztuhlou karamelu poté opatrně rozkrájíme na menší kostky a podáváme.

Karamely je kvůli kokosovému oleji nutné skladovat v chladu!

Zdroj: www.cukrfree.cz

Vánoce v komixu





Zdroj: nejvtipy.cz

Speciální rubriku připravila: Mirka Schullerová, Dagmar Koreň a Tereza Macháčková

SPRÁVNÁ ŘEŠENÍ

Tesař, lékař, rybář, písař, sedlář, četař, cukrář, kuchař, kovář, brašnař, cestář, pekař,

Listonoš přinesl v poštácké brašně psaní. Kolem stavení byl plot. Pošťák otevřel vrátka. Tu zaštěkal pes. Vyřítíl se ze zahrádky. Listonoš měl strach, aby svou botkou pejska nezašlápl. Byl totiž velký jako myš. Tetička měla radost. Čekala dopis od strýčka. Byl s dětmi na prázdninách v Krkonoších.