

NOTA BENE

August 2021/241

HOSTINA

Nie každý sa pred pandémiou môže skryť doma.

Ľudia bez domova patria k najviac ohrozeným skupinám obyvateľstva. Pomôžte ochrániť aj ich zdravie. Dajte sa zaočkovať a prispejte ku kolektívnej imunite.

Registrujte sa na očkovanie na www.korona.gov.sk alebo na infolinke 0800 174 174

Vakcína
je zodpovednosť



Rozhovor
Legends o kuchyni

4



Reportáž
Vino z hmly

8



Príbeh
Kuchár od Michelinu

12



Fenómén
Naši trhovníci

16



História
Stredovek v kuchyni

20



Téma
Pohár vody a rešpekt

24



Pútník
Lovci streetfoodu

31



Spolustolovníci

Vždy mi bola sympatická predstava, že Boh chce, aby sme si ho pripomínali jedlom a hltom vína. Aj Nový zákon sa veľakrát točí okolo jedenia a hostiny. Ježiš

a jeho učeníci často hodujú za jedným stolom s neznámymi a prijímajú pozvanie domov aj od ľudí nevalnej povesti či z okraja spoločnosti. Po svojom zmŕtvychvstaní dokonca Ježiš pripravuje učeníkom raňajky. Sedieť spolu za stolom a jesť – ako rovný s rovným – je motív, ktorý sa viackrát opakuje.

Ako študentka sociálnej práce som dobrovoľníčila pri výdaji jedla ľuďom bez domova. V rozdávaní jedla bolo čosi uspokojujúce, ale zároveň som vnímala, že mnohí mali sklonenú hlavu, akoby to už chceli mať za sebou. Došlo mi, že naberačka v mojich rukách je symbolom, že patrí k tým privilegovaným, ktorí sa „skláňajú“ k tým, čo ich pomoc potrebujú. Ten ich tušený pocit zahabenia ma mrzel. Či chceme, alebo nie, pomoc je istým prejavom moci. A vie zamiesť s pocitom rovnosti a dôstojnosti človeka, ktorému pomáhame. Preto mám rada, keď sa roly obrátia. Ako keď nás pohostil pár predajcov v novom nájomnom byte. Klábosili sme a smiali sa. Všetci sme dostali do daru šálku. Najskôr som bola v rozpakoch, že z toho mála mŕňajú na nás, ale potom mi došlo, že je to úplne OK – teraz „držia naberačku“ oni. Na portáli postoj.sk ma zaujal článok o pohostinnosti, v ktorom autorka úprimne opisuje svoju dilemu. Ako dobrovoľníčka chystala jedlo na slávnostnú večeru pre ľudí bez domova, ale sadnúť si s nimi ku stolu už bolo prekročením jej komfortzóny. Trápili ju obavy, aké príbehy si vypočuje a čo im o sebe povie ona. Kládla si otázku, prečo je jednoduchšie jedlo pripravovať, ako ho s hosťami jesť. Konštatovala, že pri roznášaní jedla sú úlohy a roly jasné. Pri spoločnom jedení však žiadne roly nefungujú – každý je „len“ človekom.

Bolo mi to blízke. Spomenula som si, ako na akciách s predajcami behám v role nervóznej hostiteľky a ostávajú po mne nedojedené taniere a nedokončené rozhovory.

Páči sa mi pozrieť sa na pohostinnosť ako na ochotu nechať sa vyrušiť zo svojho pokoja a zdieľať svoj život s druhým človekom. Súhlasím, že to chce odvahu ísť s kožou na trh a vytvárať ozajstné vzťahy. Byť s ľuďmi, ktorí sú v ťažkej situácii a trpia, často prevetrá aj našu schopnosť unieť smútok druhého a umenie udržať si hranice.

Myslím si, že to spolustolovanie nám často nejde ani v menšom – aj rodinné večere sú vymierajúcim druhom našich domácností. Tak nám želám, aby sa z našich blízkych aj ďalekých čo najčastejšie stali naši spolustolovníci!

Sandra Pazman Tordová, šéfredaktorka

NOTA BENE

8 2021

Editoriál

3



Legendy o kuchyni



Karol Sudor



Tomáš Benedikovič

Viedenský rezeň nie je z Viedne a maďarský guláš nevymysleli v Maďarsku. O gastronómii koluje toľko mýtov a nepráv, že človeku robí priam radosť vyvracať ich, hovorí Vladimír Tomčík, ktorý sa venuje jej dejinám a histórii Bratislavy.

Čo sa týka dejín bratislavskej gastronómie, archeologické nálezy o nej hovoria už od praveku. Objavené boli rozbité kosti, z ktorých ľudia vyciavali špik. Vie sa aj, že ľudia zbierali semiačka a bylinky, drvili ich a pripravovali kaše. Keď potom tú zmes dali na rozpálený kameň, vzniklo čosi ako chlieb či placka. Vladimír Tomčík upozorňuje, že až do objavenia Ameriky sa kuchyne európskych krajín v podstate nelíšili. Jasné, že aj predtým sa obilii vo Švédsku darilo menej ako v Taliansku, ale zásadné rozdiely boli len dva – na severe sa používali maslo a masť, pričom sa tam pilo pivo, kým na juhu dominoval olivový olej a pilo sa víno.

Tipujem, že v lokalite dnešnej Bratislavy sa pilo pivo aj víno.

Áno, súviselo to s tým, že sme na hranici, takže tu vlastne dodnes pijeme všetko. Potom Kolumbus objavil Ameriku a do Európy sa dostali nové suroviny. Tak sa v Taliansku presadili napríklad paradajky a inde zase zemiaky. Dovtedy žiadne národné kuchyne neboli, existovali len regionálne. Málokto dnes vie, že oregano sa dostalo do sveta práve z nášho regiónu. A nie je podstatné, či priamo z Bratislavy, Györu, Hainburgu alebo inej lokality. Mnohé pokrmy pokračujú dnešné hranice, tak je to s gulášom, oštiepkom či s halúškami. Tie sa pripravovali v lokalitách, kde sa pásli ovce. Ešte aj halászlé sa v Maďarsku pripravujú na rôzne spôsoby. Na Tise je to „klasické“ halászlé, ale v Baji na Dunaji rybaciú polievku scedia a podávajú so širokými rezancami, pričom uvarená ryba je druhým chodom.

Počkať – bryndzové halušky nepochádzajú z Rumunska?

To je len legenda, bryndza po rumunsky znamená syr. Tvorcom bryndze, ako ju dnes poznáme na Slovensku, je Ján Vagač zo Starej Turej, ktorý ju začal vyrábať v roku 1789 tak, že pomlel syr a zmiešal ho so soľným roztokom. Dovtedy vyzerala bryndza úplne inak. Ovčí syr bol tvrdý ako taliansky parmezán a pri predaji ho predajcovia doslova štiepali, preto im hovorili „kaštikári“ – z nemeckého „Käse stechen“. Vynikajúcim článkom boli jahňacie črevá, lebo práve vtedy vo Viedni vymysleli viedenské párky. A predavači k nim prikladali geletku bryndze. Tak sa dostala do sveta.

Je pravda, že mnohé suroviny k nám po objavení Ameriky neprišli zo Španielska, ale od Turkov?

Je. Aj guláš pastieri dobytká prevzali od Turkov. U nás pod názvom maďarský guláš podávame mäso s omáčkou a knedľou a jeme ho vidličkou a nožom, tradičnému gulášu z pustý hovoríme kotlíkový, pričom sa konzumuje lyžicou. Do Viedne sa guláš dostal cez Bratislavu. V prvých jedálnych lístkoch v 19. storočí ho tam omylom uvádzali ako golas, lebo v bratislavskej nemčine sa spodobovali hlásky „u“ a „o“. Podobne sme od Turkov prebrali tarhoňu, špízy, pagáče, langoše, rezance s tvarohom, ale aj štrúdle či klobásy. Štrúdlá do nášho regiónu dorazila po roku 1683, keď boli Turci porazení pri Viedni. Kým oni robili len slané verzie, Viedňania začali robiť sladké náplne. Turci k nám priniesli aj kukuricu, paradajky, papriku či tekvicu. A gaštany, ktoré sa okrem okolia Nitry a Modrého Kameňa na juhu stredného Slovenska rozrástli aj vo viniciach pri Karpatoch. Poznáte bratislavské rožky?

Jasné.

Dnes sa plnia makom či orechmi, ale kedysi sa plnili aj gaštanmi. Ešte aj slovo čárda pochádza z turečtiny a znamená chatu v pustatine. Tokáň či pohánku sme zase prevzali od Tatarov. Názov pohánka hovorí o tom, že pochádza od pohanov. Pojmy ako šálka, karafa, alkohol, limonáda, saláma, káva či cukor sú zase z arabčiny.

Je guláš staré jedlo?

Práveže nie. Prvýkrát ho prezentoval Auguste Escoffier v roku 1879 v Grand hoteli v Monte Carle, keď uvádzal do gastronómie papriku. To však hovoríme o vysokej gastronómii, lebo v ľudovej kuchyni sa paprika vyskytovala už skôr. V maďarských kuchárskych knihách sa guláš objavuje až koncom 18. storočia.

Vieme Maďarsku pripísať aspoň čabajskú klobásu?

Ani nie. Je to jednoznačné slovacikum – pôvodne výrobok dolnozemskej Slovenska, ktorí žili v južnom Maďarsku, ale aj Rumunsku a Srbsku. A tí sa tiež poučili u Turkov.

Takto vieme pohodlne spochybniť aj taliansku pizzu, keďže napri-

klad v Hrušove sa už dávno z kysnutého cesta v kamenných peciach pripravovali takzvané lepníky či lepne, pričom boli plnené na slano aj na sladko.

Je to pravda. V Taliansku som bol prvýkrát pred takmer päťdesiatimi rokmi. V Neapole bola vtedy populárna pizza Margherita na počesť talianskej kráľovnej s rovnakým menom. To však platilo len pre juh, severnejšie sa konzumovala v omnoho menšej miere ako dnes.

Ani viedenský rezeň nie je z Viedne.

Ten mal fakt vtipnú cestu – Španieli ho prebrali od Maurov a odtiaľ sa dostal do talianskeho Milána. Ochutnal ho maršal Radecký, keď roku 1848 potláčal v Taliansku povstanie, a recept opísal v liste Františkovi Jozefovi. Nevymysleli ho ani Mauri, prevzali ho z Byzancie, kde si vysoko cenili zlatú farbu vysmaženého trojobalu.

Z toho všetkého vyplýva, že bratislavská gastronómia je mixom rôznych vplyvov.

Presne tak, takto sa vyvíjala až do polovice 19. storočia. Žiadna čistá bratislavská, slovenská, maďarská, nemecká, uhorská ani židovská kuchyňa neexistuje. Keby si niekto myslel, že slovenským identifikačným jedlom sú zemiaky, treba mu povedať, že ľudia ich odmietali ešte za Márie Terézie, čo nie je tak dávno. Keď maďarský jazykovedec František Kazinczy prekladal Goetheho dielo Stella, slovo zemiaky v ňom radšej nahradil pojmom nekvalitné mäso. Báľ sa, že ľudia nebudú vedieť, o čo ide. Bolo to zažitá už od stredoveku: najvzácnejšie je to, čo je najbližšie k Bohu – ovocie a vtáctvo nebeské. Čo rastie pod zemou, to závaňa peklom.

Mária Terézia a Jozef II. vraj dokonca nútili sedliakov sadiť zemiaky pod hrozbou trestov.

Inú možnosť nemali, ľudia ich tvrdo odmietali. Francúzsky kráľ postupoval psychologicky a stavil na ľudskú chamtivosť. Nasadil zemiaky a nechal ich strážiť delostrelectvom. Ľudia potom logicky reagovali – ak to niekto až takto stráži, musí to byť čosi vzácné a dobré. A začali zemiaky kradnúť a potom ich ochutnali. Krásna finta. Ešte aj v prvej slovenskej kuchárskej knihe od Jána Babilona je medzi 1500

NOTA BENE

8 2021

Rozhovor

5

receptami pomaly menej návodov na prípravu zemiakov ako na hluzovky. Mimochodom, viete, prečo sa v niektorých našich regiónoch zemiakom hovorí švábky? Nie preto, že by prišli zo Švábska, ale preto, že ich tam z Paříža priniesol Ján Šváby.

Koncom 19. storočia už chodievali Viedenčania vo veľkom do Bratislavy na mimoriadne kvalitné víno, burčiak aj jedlo.

Jeden zdroj uvádza, že za deň ich prišlo električkou až trinásťtisíc. To však bude nadsadené číslo. Bratislava mala unikátnu strategickú polohu. Na severe ju chránili Karpaty, na juhu nepriechodný Dunaj, na východe zas šúrske močariny. Navyše tu boli skvelé klimatické podmienky na to, aby sme mali kvalitné víno, divinu z lesov, ryby z Dunaja a obilie či zeleninu z roľí. Jedlom chudobných však vtedy boli najmä jačmenné a pohánkové kaše či chlieb. A k tomu sa vo veľkom pilo pivo. Dnes si robíme žarty, že pivo je náš chlieb, ale má to reálny základ – pivo kedysi bolo hustejšie a slúžilo aj na nasýtenie žalúdka. Ešte aj deťom dávali rodičia na raňajky teplé pivo, obľúbené boli pivné polievky. V starých kuchárskych knihách na ne nájdete desiatky receptov. Obľúbenosť piva dokumentuje i to, že len na Podhradí mal pivovarnícky cech v roku 1726 až 45 členov.

Raz ste mi hovorili, že to súviselo aj s tým, že vtedy bol reálne väčší smäd ako dnes.

Logicky, lebo neboli chladničky, takže mäso sa uchovávalo solením či údením a jeho konzumácia vyvolávala väčší smäd. Okrem toho, pivo bolo pôstnym nápojom, mohlo sa teda konzumovať aj vtedy, keď bolo víno zakázané. Ďalšia výhoda piva spočívala v tom, že vtedajšia voda bola neraz závadná, šíрили sa ňou kadejaké choroby. Voda v pive bola prevarená, čiže bezpečnejšia.

Ako sa pivo stalo pôstnym nápojom?

Je o tom humorná historka. Mnísi v kláštore uvarili pivo. Po ňom im bolo, samozrejme, veselo. Mali však výčitky svedomia, že sa to deje počas pôstu, tak poslali sud piva na schválenie pápežovi. Pýtali sa, či by čosi také mohli piť počas pôstu. K pápežovi do Ríma, samozrejme, pivo dorazilo až

po dlhých týždňoch a skysnuté. Keď ho ochutnal, vraj povedal, že ho môžu pokojne piť, koľko chcú. Mária Terézia svojim vojakom, strážcom a ľuďom, ktorí jej posluhovali, vydeľovala dva litre piva na noc, aby sa im dobre spalo.

V 15. storočí bolo v Bratislave obľúbené medvedie mäso.

Nemožno hovoriť doslova o obľube, ale medvedie tlapy sa považovali za pôstne jedlo. Podobne ako ryby, raky a bobrie chvosty. Podľa dobových prameňov ešte v roku 1487 v bratislavskom chotári zastrelili až 98 medvedov.

Väčšina domácich sa vraj vtedy živila výrobou vína.

Približne tretina. Na hlavu jedného obyvateľa vrátane detí ho v stredoveku vyprodukovali až 2 500 litrov ročne. Doma ho nevypili, čo svedčí o tom, že to bol vynikajúci obchodný artikel, ktorý sa predával drahšie ako iné víno. Vinohradnícky chotár sa tiahol od Devína cez Kolibu a Horský park až po Raču, kde sa začínal ďalší chotár. Patríl teda k najväčším v krajine. Kto dnes vie, že ešte pred sto päťdesiatimi rokmi boli vinohrady aj na Dunajskej ulici v dnešnom centre? Vtedy tam žiadne domy nestáli. V Bratislave sa dorábalo aj prvé šampanské mimo Francúzska. Konkrétne v roku 1825, hoci dnes by sme mali správne hovoriť, že šlo o šumivé víno vyrábané tradičnou šampanskou technológiou. Vtedy to však ešte nebola ochranná známka. Šlo o Hubert, hoci v Bratislave sídlilo viac výrobcov šampanského, napríklad Palugyay, ktorý vlastnil obrovské vinice. Jeho šampanské mali aj vo vinotéke na Titanicu.

Palugyay vraj dokonca dal spraviť čosi ako vínovod.

Áno, natiahol vínové sklenené rúry z hlavnej stanice k sebe do pivníc na začiatku Pražskej ulice, kde je dnes ministerstvo zahraničných vecí. Nemal ropovod, mal vínovod, v tom čase svetovú raritu.

Aké víno sa preferovalo?

Biele. Teplé červené víno vraj doviezol Matej Korvín výmenou za tokajské. Pil sa najmä silván a rizling, a k tomu mimoriadne vzácny „samotok“. Ten sa robil najmä v Rači a Svätom Jure tak, že bobule hrozna

sa neprešovali, ale len trochu stlačili a šťava stekala sama. V stredoveku sa zo šupiek hrozna začal páliť aj tvrdý alkohol. Vznikala tak vínovica.

Podme k rybám. V Dunaji ich bolo dosť.

Najmä vyzy, teda obrovské jesetery, ktoré sa sem chodili neresiť z Čierneho mora. Pod Bratislavou totiž bola vnútrozemská delta s množstvom ramien a ostrovov. Bežne chytali vyzy, ktoré mali 800 kilogramov, najväčšia zaznamenaná mala 1 200 kilogramov. Chytali ich na kačku alebo hus, a keď ryba zabrala, na jej vytiahnutie použili záprah volov. Inde sa zase robili špeciálne pasce. Až štvrtinu objemu ryby pritom tvoril kaviár.

Ten sa však dával prascom.

Áno, v tom čase kaviár nik nebral ako pochúťku či delikatesu. Buď ikry vyhadzovali, alebo dávali prasatám. Ešte roku 1867 na štvrtej svetovej výstave v Paríži Rusi prezentovali tri druhy kaviáru – čierny, červený a lisovaný. Parížske noviny to opisovali ako ruské svinstvo, ktoré by nik nejedol. O dva mesiace už bol kaviár obľúbenou pochúťkou a jeho ceny vystrelili nahor.

V každom prípade Rybné námestie nebolo v Bratislave náhodou.

Samozrejme, ryby boli bežnou súčasťou stravy, chovali ich aj v priekopách mestských opevnení. Keď však v roku 1870 vydal Ján Babilon v Budíne prvú slovenskú kuchársku knihu, ešte v nej síce boli aj recepty na vyzy, ale už vtedy písal, že ide o vzácnu rybu. Nakoniec sa ryby z Bratislavy vytratili, svoju rolu zohrala regulácia toku Dunaja aj znečistenie.

Čo raky?

Tie sa sem vo veľkom vozili z Maďarska. Na trhu v Bratislave dokonca fungoval špeciálny dozorca, ktorý dozeral na kvalitu rakov. Mimochodom, raky boli tiež pôstne. Špecialitou bol zase slimačí kaviár – vinohradníci zbierali slimáky do sudov, krmili ich zeleninovými listami a slimačí kaviár predávali v keramických nádobkách zaliaty makovým olejom.

Predpokladám, že vtedy nebola v móde kuracina, ale mäso z iných vtákov.

Najpredávanejšie vtáčie mäso bolo z drozdov čvíkot, ktoré už dnes nevi-

Vladimír Tomčík (1950) vyštudoval Dejiny umenia na Filozofickej fakulte Univerzity Komenského. Dva roky pracoval v Zväze výtvarných umelcov, šesťnásť rokov strávil v redakcii časopisu Výtvarný život. V marci 1989 prešiel do výtvarnej redakcie vydavateľstva Mladé letá, od roku 1991 je na voľnej nohe. Ako kustód pripravil množstvo výstav u nás i v zahraničí, je autorom viac ako tisícky odborných a popularizačných článkov v novinách a časopisoch, scenárov a autorských relácií v televízii a ešte väčšieho množstva rozhlasových relácií. Popri výtvarnom umení sa venuje dejinám gastronómie a histórii Bratislavy. Vyšlo mu trinásť kníh o umení a Bratislave. Vypracoval výtvarnú podobu rekonštrukcie Hviezdoslavovho námestia. Šéfuje občianskemu združeniu Devínska brána, ktoré oživuje tradície a propaguje kultúrne odkazy minulosti.

díte. Na trhoch ich boli tisíceky. Vraj viac ako kurčiat. Pečené som ich ešte kedysi dávno ochutnal v Taliansku, dnes je to už aj tam zakázané, lebo sú chránené. Hovorí sa, že dobrá polievka sa dá uvariť aj z vrany, len vták sa musí stiahnuť z kože, aby polievka nebola horká.

Vieme niečo o histórii praženice?

Len to, že už pred stáročiami ľudia nemali problém rozbiť vajcia na rozpálený kameň, pomiešať ich a skonzumovať.

Čo majonézový šalát?

Majonéza je arabský vynález, ktorý vznikol na Malorke. Odtiaľ sa rozšírila do Európy. Slovenský zemiakový šalát sa robil kedysi bez nej, ale s cibuľou, dnes je majonézový zemiakový šalát bežnou súčasťou Vianoc. Boli aj časy, keď ešte u nás počas Vianoc neboli rozšírené ryby. Zmenilo sa to až výstavbou železníc, ktoré ich mohli dopravovať na väčšie vzdialenosti. Dovtedy bol problém viezť ich aj z Budína do Bratislavy, keďže cesta so záprahom trvala aj dva týždne. Kto by ich potom vozil od Stredozemného mora? Vtedy bolo normálne konzumovať najmä lokálne potraviny, nie voziť ich cez pol sveta. Jedno z porekadiel hovorilo, že pivo sa má piť okolo komína, teda



v lokalite, kde sa vyrába a kde má človek, obrazne povedané, svoj pivovarnícky komín.

Ako sa k nám dostala čokoláda?

Z Ameriky cez Španielsko aj vďaka tomu, že cisársky dvor vo Viedni sa riadil španielskou etiketou. Podobne sa k nám dostal aj španielsky vtáčik – šlo totiž o najobľúbenejšie jedlo Rudolfa II. Habsburského.

Čo je pravdy na tom, že sódovka je naším vynálezom?

V Bratislave máme Jedlíkovu ulicu, pomenovanú podľa fyzika, rektora budapeštianskej univerzity a kňaza Štefana Aniána Jedlíka. Práve on v roku 1841 vymyslel známe sódovkové fľaše. Mimochodom, starí vinári hovorili, že víno nemožno kaziť vodou, ale vodu vylepšovať vínom je dovolené. Vďaka Jedlíkovi dnes poznáme vínny strek, po bratislavsky správne strik.

Vieme povedať, čo v minulosti symbolizovalo hostinu ako takú?

Veľa rôznych vecí z rôznych dôb. Spomeniem však viechy. Nemám na mysli dnešné krémy štvrtej cenovej skupiny. Keď Mária Terézia a Jozef II. začali regulovať predaj vína, vinohradníci dostali možnosť dva týždne v roku predávať vlastné víno priamo u seba doma. Vtedy z vikiera vystrčili

tyč s vencom z obilia či čečiny. Aké víno sa podáva, ohlasovali stužky na venci – boli biele, červené, ale aj fialové – vtedy ste mohli okoštovať devínske ríbezľové víno. Vo viechach sa nesmelo podávať jedlo, hostia si ho však nosili so sebou, pričom využívali ponuku potulných predajcov lahôdok.

Vo viechach sa stretávali a spoločne trávilí čas ľudia rôzneho spoločenského postavenia bez rozdielu.

Bolo to bratislavské unikum – stará „podviechová“ demokracia, kde vedľa seba sedeli, zabávali sa a popíjali dobré vínko ľudia rôznych národností a spoločenských vrstiev – profesori so študentmi, šéfovia firm s robotníkmi. A umelci – spisovatelia, maliari, speváci a novinári. Vrcholom života pod viechou bolo obdobie prvej republiky, keď viechy fungovali až na štyridsiatichtpiaticich uliciach Bratislavy. Zodpovední manželia chodili ochutnávať víno vo viacerých viechach v nedeľu doobeda, lebo poobede manželku zaviedli k tomu vinárovi, ktorý mal akurátne víno. Aby dodržali dekorum, dávali si Einspennner – jednozáprah – jednu nožičku parku s gulášovou štavou a slaným rožkom. Nepilo sa do nemoty, ale „špička“ bola spoločensky prípustná.

NOTA BENE

8. 2021

Reportáž

8

Víno z hmly



Jana Čavojská

Špecifické tufové podložie, veľa slnečných dní, jesenné hmly od riek Bodrog a Tisa a ušľachtilá pleseň botrytis cinerea robia z tokajského vína svetový unikát. O značku Tokaj však museli slovenskí vinári roky bojovať.

Prvý kontakt s Tokajom si Patrik Čizmadia dobre pamätá. Mal päť rokov. Na trojkolke prišiel do rodinnej pivnice. Chlapi mu naliali pohár „muštíka“. Chutil mu. Naliali mu ešte jeden. „Lenže bol to už skôr burčiak. Z pivnice som vyšiel na slniečko. Začala sa mi motať hlava. Najprv som sa pokúšal ísť na trojkolke, no po chvíli som ju tlačil s krvavými rukami a kolenami.“

Diplomová práca

Patrik sa dnes pri tejto spomienke smeje. Na tokajské víno nezanevrel. Práve naopak. Vinohradníctvo a vinár-

stvo vyštudoval na Mendelovej univerzite v Brne. No ešte predtým trávil vo vinohradoch vo Viničkách každú voľnú chvíľu. Otec a hlavne dedo ho učili všetko, čo o víne vedia. Od dvanástich pomáhal so všetkými prácami, na ktoré stačil. Prvé vlastné víno urobil ešte na strednej v Modre. Bazové. V bandaske v skrini. „Ak je to naozaj zo skrine, tak klobúk dolu,“ pochválil ho pedagóg, ktorému dal vzorku na rozbor.

Patrik teraz delí svoj čas medzi prácu v rodinnom vinárstve Zlatý stravec vo Viničkách a vo svojom vlastnom vinohrade v Strede nad Bodrogom. Kým vo Viničkách sa drží tradície a vyrába

klasické vína, ktoré preslávili tokajskú oblasť, s vlastným hroznom a vínom experimentuje. Nebojí sa noviniek, baví ho skúšať, čo mu napadne. Čo sa vydarí, to skončí vo fľašiach. „Čo nie, to sa vypáli,“ krčí plecami. Dobrý vinár si musí vedieť poradiť s každou situáciou.

Hoci je tokajská oblasť preslávená hlavne typicky sladkými vínami, ktorým dávajú chuť cibéby a špecifická pleseň botrytis cinerea, aj iné vína z tohto jedinečného kúska sveta stoja za to. Z klasických tokajských odrôd furmint, lipovina a muškát žltý sa vyrábajú – ak to slnko dovolí a nevytvorí v bobuliach príliš veľa cukru – aj suché odrody.



NOTA BENE

8 2021

Reportáž

10

Patrik rád skúša novinky. Napríklad zalieva botrytické cibéby netokajskými odrodami. Vyskúšal si to ako svoju diplomovú prácu na univerzite. Takéto vína ponúka pod názvom Diplomka.

Vysúkané rukávy

Niektoré finálne chute vznikli náhodou. Napríklad Isabella Rose Petit Natur. Pije sa ako mladé víno. Vo vône a chuti jasne dominujú jahody. A ešte niečo. Vraj ten kvet, či skôr poloker každý pozná... No nie je samozrejme identifikovať ho v chuti vína. Levanduľa! Kvety levandule macerované vo víne. Táto kombinácia vznikla, keď Patrik s priateľkou Soňou popíjali v jeden večer vychladené rosé Isabelu. Bolo takmer dokonalé. No predsa mu niečo chýbalo. Neďaleko bola zasadená levanduľa. Vôňa jej kvetov sa miešala s vôňou večera. Soňa zopár kvietkov odtrhla a hodila ich do pohárov. Absolútne to sadlo.

Žiť s viničom, to znamená nonstop vysúkané rukávy. Vinohrad potrebuje pozornosť a starostlivosť. Patrikov dedo Gejza Nagy, rovnako ako mnohí

ďalší z tokajského regiónu, dorábali špecifické víno celý život. Viac-menej potajomky. Z vinohradov, ktoré za komunizmu neznárodnili, odovzdávali ich majitelia úrodu štátnemu vinárskemu závodu. Až v 90. rokoch 20. storočia mohli začať s výrobou vína oficiálne a profesionálne.

To však už mal pevné miesto na trhu maďarský Tokaj. Za socializmu totiž iba Maďari mohli exportovať víno s označením tokajské. Hoci pôda a prírodné podmienky tohto špecifického kúska sveta zdieľame spolu s nimi. Áno, maďarské tokajské vinice majú dnes okolo šesťtisíc hektárov a naše niečo cez deväťsto. Napriek tomu tokajskí vinári neváhali bojovať o značku Tokaj aj na medzinárodnej úrovni. Ešte v roku 1993 uznala Európska únia exkluzívne túto ochrannú známku pre Maďarsko. Spory sa ťahali roky. Po zapísaní slovenskej Vinohradníckej oblasti Tokaj do úniijného Elektronického registra chránených označení pôvodu a chránených zeme-pisných označení vín dokonca Maďarsko podalo na Slovensko žalobu. Spor o značku skončil na Súdnom dvore Európskej únie. Definitívne rozhodnutie padlo až

v roku 2014. A vinári mohli pokojne spávať: súd oficiálne potvrdil to, čo príroda vytvorila už dávno. Tokaj, jeho špecifické prírodné podmienky a výrobné postupy sú spoločné.

Cibéby a putne

V čom spočíva výnimočnosť Tokaja? Vína odtiaľto poznačila hmla a špecifická ušľachtilá pleseň. Vinári tvrdia, že príroda si túto oblasť sama striktné stráži: stačí pár sto metrov a vína chutia úplne inak. Vinič tu čerpá chute z tufového podlažia. Nato musí mať vinohrad určitý vek: až zhruba po päťnástich rokoch sa jeho korene prebijú do dostatočnej hĺbky a usadia v tufe. Ďalšou dôležitou zložkou tejto symfónie sú jesenné hmly, stúpajúce od Bodrogu a Tisy. Práve vďaka nim sa vytvára na bobuliach špecifická pleseň botrytis cinerea. A z bobúl napadnutých touto plesňou vznikajú cibéby. Koncentruje sa v nich sladkosť a chuť.

Vznik cibéb nie je samozrejímavý. Sú roky, keď sa nevytvoria vôbec. Ak ich vinič vytvorí, zbierajú ich bobuľku po bobuľke. Ľudská ruka ich musí opatr-



ne odtrhnúť zo strapcov hrozna, ktoré naďalej zostávajú na vinici. Je to najnáročnejší zber hrozna, aký existuje.

V ďalšej technológii výroby putňových vín sa slovenský a maďarský postup líšia. Kým u nás vinári zalievajú cibéby hotovým vínom, v Maďarsku ich zalievajú muštom. Podľa našich vinárov toto dvojité kvasenie extrahuje do tokajského vína ešte viac chutí. Podľa toho, koľko putní, teda kilogramov cibéb, sa použije, sú vína odstupňované až po šesťputňové. Do putne, čo bola kedysi drevená nádoba na zber hrozna, sa zmestí približne dvadsaťpäť kíľ cibéb. Podľa toho, koľko putní cibéb vinár použije pri výrobe vína na 136 litrov vína alebo muštu, sa finálne tokajské víno označí. U nás začíname na troch putniach, vyrábať dvojputňové vína nám zakázala dohoda s Maďarskom.

Takže šesťputňové víno znamená macerovať 150 kilogramov cibéb v 136 litroch vína. Takéto víno by potom malo vyzrievať aspoň 15 – 20 rokov. A piť, samozrejme, len pri zvláštnych príležitostiach. Tokajský výber s viac ako šiestimi putňami ani nie je možné vyrobiť. Hoci sa našiel človek, ktorému sa to údajne

podarilo. Dobré známy kráľ Zemplína Mikuláš Vareha, ktorý na východe už na kolene vybudoval všeličo vrátane chovu pštrosov, plávajúcej (či skôr potápajúcej sa) diskotéky alebo boxerského klubu, kde sa išlo nadoraz, a za podvody s DPH si posedel vo väzení, sa po prepustení na slobodu stal vinárom. Ponúka aj sedemputňové. Ale netreba tomu veriť.

Prežije storočie

Slovenský tokajský región už má priaznivcov, ktorí ho radi navštevujú. Vinárstva ponúkajú ubytovanie, ochutnávky vín a prehliadky pivníc. Hlavne staré vinohradnícke rodiny sa snažia o autentický zážitok. Tak ako Patrik aj ostatní sprevádzajú svojich hostí a nechávajú to na zamestnancov. Byť členom vinohradníckej rodiny znamená fyzickú prácu vo vinici a pri výrobe vín, dohadovanie obchodných záležitostí, vedenie ochutnávok, ale často aj robotu hoteliéra, inovátora, propagátora, účtovníka... Úloha je veľa.

A čo okrem ochutnania vín môže návštevník tohto regiónu zažiť? Sú tu cyklotrasy a turistické trasy, obrobe-



aj pusté vinice, zrúcaniny hradov, vyhliadková veža neďaleko Malej Trne aj pamiatkovo chránené pivničky. V letnej sezóne pláva minimálne raz do týždňa, v nedeľu, vyhliadková loď po Bodrogu do maďarského Sárospataku. Tam, za hranicou, žije tokajský región predsa len viac. Okrem viníc tam fungujú agroturistické projekty, atrakcie typu bobová dráha, dokonca aj lyžiarske stredisko – ktovie, ako sa mu v tomto slnečnom regióne v čase klimatickej zmeny darí. Mestečko Tokaj na sútoku Bodrogu a Tisy, odkiaľ kedysi tokajské víno z tohto regiónu cestovalo loďami do Dunaja a odtiaľ ďalej, na ďalšie trhy, je predsa len väčšie než naše tokajské dedinky. Aj tu to však poznačila pandémia: návštevníkov je málo, niektoré vinárničky muselo zatvoriť.

Našťastie, tokajské víno nič nezmešká. Vďaka vysokému obsahu zvyškového cukru je určené na dlhú archiváciu. Čím je staršie, tým výraznejšiu škálu chutí v sebe rozvinie. Najstaršie víno v pivniciach Gejzu Nagyja je z roku 1912. Na aukcii kedysi kúpil dve fľaše. Vínom z jednej si už pripili, keď dokončili novú pivnicu. Bolo lahodné.

- 1 (str. 8) Špecifické tufové podlažie a prírodné podmienky vytvorili na slovensko – maďarskom pomedzí unikátnu vinohradnícku oblasť.
- 2 (str. 9) Patrik Čizmadia s vínami experimentuje.
- 3 Historické vinne pivničky vo Veľkej Trni sú pamiatkovo chránené.
- 4 Podľa predpisov na Slovensku musí putňové tokajské zrieť v sudoch minimálne toľko rokov, koľko má putní.
- 5 Tokajské víno sa vyrába len z odrôd furmint, lipovina a muškát žltý.
- 6 Vďaka vysokému obsahu cukru sú tokajské výbery vhodné na dlhú archiváciu. Dajú sa piť aj po sto rokoch, dokonca ešte získajú na kvalite.

NOTA BENE

8 2021

Reportáž

11



Kuchár od Michelina



Jana Čavojská  Jana Čavojská archív R.K., Shutterstock

Roman Kováč varil v michelinskej reštaurácii v Anglicku aj v materskej škole. Roky zvládal vysoké pracovné tempo a tlak na prestíž. Zo sveta vysokej gastronómie sa vrátil na Liptov. Teraz verí, že jedlo je liek, a chce variť niečo prospešné.

teraz. Po strednej išiel Roman Kováč na vojnu a prideliili ho, ako inak, do kuchyne. Potom sa vybral do Nemecka. Na Liptove bolo málo príležitostí zarobiť si peniaze. Do Nemecka išiel s tým, že vezme akúkoľvek prácu. „Päť dní v týždni som lepil koberce a cez víkendy som varil v typickej bavorskej reštaurácii,“ rozpráva. Po čase sa vrátil domov a našiel si priateľku Katku. Rozhodli sa odísť do zahraničia spolu. Katka sa hlásila na upratovanie, hoci vyštudovala za učiteľku. „No chceli sme niečo zarobiť a začať spoločný život. Tu to vtedy nešlo. Jediná šanca bola ísť do sveta. Ale ťahalo nás aj vidieť svet a niečo zažiť,“ pokračuje Roman.

Podarilo sa mu získať miesto v kuchyni výletnej lode, ktorá sa s americkými dovolenkármi plavila od Amsterdamu až po Konstancu. Pre personál to znamená prácu niekoľko mesiacov v kuse bez jediného dňa voľna. „Pred odchodom som bol na intenzívnom kurze angličtiny. A na lodi ma postupne zdravili: Servus, ja som Miro, Peťo... Pracovalo tam šesť Slovákov a aj kapitán bol Slováč,“ smeje sa Roman. „Na lodi som sa prvýkrát stretol s profesionálne organizovanou kuchyňou. Šéfkuchár bol Holanďan, jeho zástupca Rakúšan, a zvyšok nás bolo sedem chlapcov z východnej Európy, rozdelených na cukrárov, predjedlárov, polievkarov a podobne.“

Roman bol predjedlár a polievkar. Ešte príliš mladý fagan na to, aby mohol niečo vymýšľať. Recepty aj kritériá boli jasne dané. Základy už vedel a vo zvyšku ho viedol šéfkuchár. Všetko malo systém. Aj každý deň práce. Keď bolo popoludní voľno a loď stála v prístave, mohol vybehnúť aj do mesta.

Lietali panvice

Na lodi vydržal dve sezóny. Potom si s Katkou povedali, že už nechcú vzťah na diaľku. Pracovala v hoteli v Anglicku ako chyžná a práve odtiaľ odchádzal jeden z cukrárov. Roman dal na lodi výpoveď a prišiel do Anglicka.

Tam to bol opäť úplne iný level. Zas perfektný systém. Hlavný šéf, dvaja jeho zástupcovia, kuchári podľa funkcií – na predjedlá, polievky, mäso, ryby, cukrári. Roman

začínal ako pomocný kuchár predjedlového kuchára. Neskôr postúpil na predjedlára. Na tej pozícii bol dva a pol roka. „Na lodi sa varilo aj z mrazených surovín. Tu bolo všetko čerstvé. Nádhera. Takéto varenie ma začalo baviť. Jedlá boli krásne a šéfkuchár Tom Reins nás neskutočne driloval. Robili sme od rána do noci päť dní v kuse, potom sme mali dva dni voľna, ktoré sme celé prespali, a znova. A šéfkuchár ma cepoval ako malého chlapca. Doteraz som nepochopil prečo. Ale vymakal ma tak, že teraz nemám s ničím problém.“

Boli chalani, ktorí také tempo nevydržali a odišli. Alebo Slováč, ktorý raz šéfkuchárovi povedal svoje. Okamžite ho vyhodili. Večer už ani nemal prísť do roboty. „Šéfkuchár je tam veľká autorita. Nikto si voči nemu nič nedovolí,“ vysvetľuje Roman. „No on vie, prečo je taký. Ako top šéfkuchár musí taký byť. Neustále je pod tlakom. Jeho meno je jeho reputáciou. Ak niečo pokazí, nedá sa to napraviť. Musel som poslúchať od slova do slova. A keď sa niečo nepodarilo, bolo veľmi zle. Aj panvice lietali. Teraz nechápem, ako som pod takým tlakom dokázal pracovať. No napriek tomu sa mi tam varenie zapáčilo.“

Také tempo sa dá zvládať do určitého veku. V top reštauráciách nevidno starých kuchárov. Je tam akurát šéfkuchár, ktorý dáva reštaurácii meno. No ten už tak fyzicky nemaká. „Ostatní sú mladí, idú ako pily, ženie ich, že chcú šéfovi dokázať, akí sú dobrí.“

Znak veľkej prestíže

Po dva a pol roku hľadal Roman novú prácu. Chceli s Katkou zmeniť miesto – a ani netušil, že sa dostal do reštaurácie s michelinskou hviezdou. Dozvedel sa, že v prestížnej reštaurácii The Horn of Plenty v grófstve Devon neďaleko Plymouthu hľadajú pomocného kuchára. „Zavolať som tam cez obedňajšiu prestávku a habkajúc som sa opýtal, či by som sa nemohol prísť ukázať. Lebo vedel som skôr kuchynskú než skutočnú angličtinu. Povedal som, že chceme pracovať na jednom mieste spolu s manželkou. Odpovedali, že sa máme prísť ukázať a že nás na víkend ubytujú.“



Šéfkuchár postavil Romana do kuchyne a nechal ho robiť. No zaujímal ho hlavne Romanovo CV a referencie. To je v prestížnych kuchyniach dôležité. Zavolať aj jeho zamestnávateľovi, či ho odporučí. A po víkende mu povedal, že ho berie.

Varilo sa tam v menšom, ale šéfkuchár bol ešte väčšia celebrita než Tom Reins. „Peter Gordon mal michelinskú hviezdu už šesťnásť rokov. Vôbec nie je bežné, aby si ju niekto udržal tak dlho. Je to znak veľkej prestíže. Peter Gordon bol frajer,“ hovorí Roman. „A bol to človek s veľkým srdcom. Dal mi veľa do života. Realizoval veľa charitatívnych projektov.“

Perfektné suroviny pripravené s láskou v krásnom romantickom prostredí a od top šéfkuchára. To bol The Horn of Plenty. Na kvalitu surovín kládol Peter Gordon dôraz. Na všetko mal lokálnych dodávateľov. Mäso a zelenina boli čerstvé, aj more bolo neďaleko, takže reštaurácia dostávala práve ulovené ryby

a morské plody. Reštaurácia patrila k tým drahším a stôl si bolo treba rezervovať dopredu.

Roman sa vypracoval z pomocného kuchára na zástupcu šéfkuchára. Po čase dostal aj trochu voľnú ruku a mohol vytvárať či vylepšovať recepty. Prinášal aj jedlá upravené na spôsob slovenskej klasiky.

Priniesol kultúru

Roman si pamätá na deň, keď Petrovi Gordonovi zavolali od Michelina. Hodnotitelia navštevujú reštaurácie anonymne. Nikto z tímu The Horn of Plenty netušil, kedy u nich boli ani čo sa im nepáčilo, varili vraj konštantne rovnako kvalitne. Každý michelinský šéfkuchár návštevu hodnotiteľov podvedome neustále očakáva. Preto je stále pod tlakom a drží pod tlakom aj svojich ľudí, aby robili čo najlepšie.

Peter Gordon teda nevedel, čo sa hodnotiteľom nepáčilo. No po



šestnástich rokoch o michelinskú hviezdu prišiel. „Bol veľmi smutný,“ spomína Roman. „Potom mu začali volať kamaráti šéfkuchári, že ich to mrzí. Nakoniec sa upokojil a prijal ako úspech, že si hviezdu dokázal udržať šesťnásť rokov. Doteraz varí, a to má už takmer šesťdesiat.“

Krátko nato sa Romanovi a Katke narodila prvá dcérka Adelka a ich to už veľmi ťahalo domov, na Liptov. Pred trinástimi rokmi sa vrátili. Postavili si domček. A Roman si začal hľadať robotu. Vedel, že reštaurácia, ktorá patrila medzi najlepšie na Slovensku, hľadá kuchára a rovno tam napochodoval so svojím CV. Riadiť hotelu mu okamžite navrhla pozíciu šéfkuchára.

„Dostal som voľnú ruku, aby som si kuchyňu zorganizoval tak, ako mi to vyhovuje. Trvalo to dva roky. Vystriedalo sa tam viacero kuchárov a cukrárov, kým som našiel ľudí, ktorí ma pochopili, a nastavil som im hlavy na môj systém fungovania. Lebo fungovali úplne inak. Niekto-

rým prekážalo, že prichádzam s niečím novým. Ale nakoniec sme sa dostali na spoločnú vlnu. Do kuchyne som priniesol aj kultúru. Predtým tam varili v tričkách. V tričkách!“

Tradičné recepty upravil Roman na moderný štýl, a hlavne trval na čerstvých surovinách. Chodil ochutnávať k lokálnym dodávateľom, hľadal kvalitu. Navštevoval gastrofestivity, spoznával ľudí, dostával sa k dobrým surovinám. Na Liptove nenašiel všetko potrebné, potraviny dovážal napríklad aj z Talianska. Páčila sa mu severská kuchyňa, objednával si knihy najlepších šéfkuchárov, prekladal recepty a skúšal ich. Po piatich rokoch šiel na rodičovskú dovolenku s dcérou Žofkou, po nej sa ešte na rok vrátil. A potom si povedal, že stačilo.

Najkrajšie časy

Na jednej dedinskej akcii za ním prišla kamarátka, učiteľka v materskej škole. Že sa práve

otvára zaujímavý projekt a či by do toho nešiel. Presnejšie do súkromnej škôlky vymyslieť jedálny lístok. Bola to výzva. Hoci majú s Katkou päť detí a varili im klasicky aj podľa rôznych diét, lebo mali zdravotné problémy, predsa len to bolo aj preňho nové. Nakoniec zostal v škôlke štyri roky. „Boli to moje najkrajšie kuchárske časy,“ tvrdí. „Kuchyňu sme postupne nastavili na určitý štýl so zdravými receptami, kde bolo veľa ovocia a zeleniny. Detičky vám všetku starostlivosť mnohonásobne vrátia. Áno, jedli aj zeleninu. Samozrejme, nie všetko. To, čo išlo, sme v jedálnom lístku nechali, to, čo nešlo, sme nevarili. Boli to úplne iné jedlá než v bežných škôlkach.“

Pred pár týždňami Roman v škôlke skončil. Hovorí, že je kuchár na voľnej nohe. Varí v troch reštauráciách, podľa toho, kde ho práve potrebujú. Hlavne vo vegánskej reštaurácii. Je to niečo úplne nové, v čom sa aj on iba učí. „Nech-

1 (str. 12) Roman Kováč to v Anglicku dotiahol až na zástupcu kuchára s michelinskou hviezdou. Napriek tomu sa vrátil domov.
2 Varenie pre deti v škôlke považuje Roman za najkrajšie časy.
3 Romanov jedálny lístok pre škôlkárov bol chutný a z kvalitných surovín.



NOTA BENE

8 2021

Fenomén

16

Naši trhovníci



Mária Múhl

Pravá domáca zeleninka ze Záhorá, ochutnajte, kúpte si, oslovuje okoloidúcich trhovníčka. Je sobota doobeda a trh na Žilinskej ulici v Bratislave sa premenil na živý organizmus hmýriaci sa ľuďmi, ktorí predávajú a nakupujú čerstvé ovocie a zeleninu.

Cilka je na trhovisku legenda. Vďaka jej veselému rozprávaniu a silnej záhoráčkine si ju ľahko zapamätá každý návštevník. Svoj stôl tu má štyridsaťpäť rokov a je najstaršou predavačkou. „Tu oproti moja maminka ešte predávala, taká malá, taký šátek mala,“ zaspomína. Na stole má vyloženú len vlastnoručne dopestovanú zeleninu. „My to na jar posadíme, teraz zbierame. Žiadne fólie, nič! Len slnko, vzduch, žiadne výživy,“ vysvetľuje Cilka.

Láska k pôde

Majú šesťhektárové hospodárstvo, ktoré začínala obrábať s manželom a teraz pokračuje so synmi.

Zapojená je celá rodina. Na polovici pestujú zeleninu a druhá časť pôdy zatiaľ oddychuje. Od jari do jesene majú čerstvú zeleninu a do Vianoc predávajú z vlastných zásob. „Manžel bol študovaný, robil to odborne, postavil kontajnery a zelenina je uskladnená v zemi,“ dodáva Cilka.

Vstáva ráno o štvrtý, príde po ňu syn, ktorý ju odvezie na trh, kde od pol siedmej predáva do jednej popoludní. Doma ju potom čaká kolotoč. „Idem na pole, potom ešte viažem zeleninu, synovia ju zas perú. Oni sa starajú o všetko, ja predávam,“ opisuje každodenný rituál. Na stole má rozloženú mrkvu, zemiaky, cibuľu, cukety, tekvice, cviklu, zeler, petržlen. S predajom nemá problém,

ľudia sú na ňu zvyknutí. „Keď tu jeden deň nie som, hneď sa pýtajú, či som chorá,“ opisuje komunitný život sedemdesiatpäťročná trhovníčka.

Je stále plná sily a optimizmu. Život ju baví. „Som z roľníckej rodiny, my sme museli odmalička robiť, keď prídem unavená odtiaľto, idem na pole, ja porád ožijem. Jeden tu chodí taký lekár, tak mi hovorí – to máte z tej zeme takú silu!“ usmieva sa Cilka a rozrozpráva sa o trhovisku: „Všetko tu volákedy bolo inak, tu bola rada Záhorákú, teraz som jediná. Tam zas bola rada Bulharov, stoly boli drevené štvorce. Ja somtu dnes taká celebrita od motyky.“

Teraz predávajú prevažne ľudia z južného Slovenska. Cilke sa zrazu



NOTA BENE

8 2021

Fenomén

17

prihovorí mladá dievčina a ponúka Záhoráčku zo Zohora koláčom. „Sama som ráno o šiestej piekla,“ veselo vraví. Je to Laura Kösziklová, ktorá vypomáha v rodinnom stánku. Pred tridsiatimi rokmi na trhovisku Žilinská začal predávať jablká jej otec Peter spolu so svojou mamou, Laurinou babkou Šárkou. Otec má teraz krytý zelovoc a babka Šárka má samostatné miesto oproti nemu s dopestovaným ovocím a zeleninou. Laura pomáha otcovi od strednej školy. Ľudia ju tu poznajú odmalička. Teraz má inú prácu, no na trhovisko nezanevrela. „Chodievam pomáhať otcovi v sobotu. Je to čistý bašavel, ľudia sa veľa rozprávajú, predaj funguje už sám, je to také živelné,“ s radosťou opisuje jedinečnú atmosféru.

Sila komunity

Laura je zapojená v občianskej iniciatíve, ktorá sa snaží o to, aby trhovisko nezaniklo. Trh funguje od päťdesiatych rokov. V šesťde-

siatych rokoch sa kvôli výstavbe pyramídy Slovenského rozhlasu musel presťahovať. Je ukrytý medzi budovami na roku ulíc Žilinská a Kýčerského. Tým, že je v širšom centre Bratislavy a pozemky patria súkromným majiteľom, pravidelne čelí náporom developerov. Tí sa snažia na mieste trhu postaviť nové obchodné centrum či parkovací dom. Hneď ako sa objavia šumy ohľadom rušenia trhoviska, zmobilizuje sa silná občianska iniciatíva. Vďaka nej a dobrej participácii hlavného mesta trhovisko stále odoláva. Mesto Bratislava má v prenájme pozemky do roku 2029.

„Je tu veľmi silná komunita, ľudia sem nechodia len nakupovať, ale sa stretávajú, prídu na kávičku, či len tak pokecať s predajcami,“ opisuje nezameniteľný sociálny aspekt tohto miesta Laura. Chodia sem nielen ľudia z okolia, ale aj z iných mestských častí. Dokonca aj turisti navštevujú túto mestskú atrakciu.

Trhovníci fungujú individuálne, každý robí sám na seba. Niektorí sú

tu každý deň okrem nedele a pondelka, kedy trhovisko oddychuje. Iní chodia len v sobotu doobeda. Vtedy je trh najplnší. Prví predajcovia vstávajú ráno o štvrtý, o piatý už nosia a vykladajú tovar. Zvyčajne predávajú od pol siedmej do jednej popoludní, zopár ich končí okolo štvrtý. Všetci sa vzájomne poznajú a veľmi dobre vedia, odkiaľ pochádzajú čie plody. „Niektorí majú svoj dopestovaný tovar, iní skupujú z dedín, kde žijú, a takto pomáhajú svojim susedom. My nepestujeme nič, kupujeme v sklade, máme totiž aj exotické ovocie, ale počas sezóny berieme produkty od našich dodávateľov z juhu Slovenska,“ vysvetľuje pôvod tovaru Laura. Vlastné plody zo záhrady má už len zopár predajcov, oveľa viac je tu priekupníkov.

Srdečná atmosféra

Trh Žilinská je výnimočný svojou akurátnou veľkosťou a silným zázemím. Vďaka tomu sa nakupujúci i predajcovia dlhodobo poznajú,

vládne tu srdečnosť a príjemná atmosféra. Vo vystavených debničkách nenájdete plesnivé ovocie či staré potraviny. Tí, ktorí predávajú svoje produkty, majú v sezóne všetko čerstvé a voňavé, zozbierané deň predtým. Je to vizitka ich ťažkej práce a vedia, že keď raz predajú niečo zlé, tak sa ku nim zákazník už nevráti. Pokazili by si meno, tu anonymita nefunguje.

Chuť ovocia či zeleniny dozretých na slnku je výrazná. Marhule či jahody sú oproti tým dozretým v tme v kamióne skutočne sladké. Nakupuje sa tu síce pod jednou strechou ako v obchode, ale kupujúci podporí naraz viac ľudí. Mnohí návštevníci, čo tu nakupujú pravidelne, majú svojich obľúbených predajcov. „Sem chodíme na malé paradajky, sú veľmi sladké, a tam oproti zas berieme také mäsité na bolonskú omáčku,“ hovorí otec malého dievčatka z Ružinova.

Počas pandémie trhovisko zažilo aj krušné chvíle. Najskôr vládla neistota počas prvej vlny a potom ho na základe rozhodnutia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava v marci tohto roka zatvorili. Napriek tomu, že tu predávajú dôležité a zdravé potraviny na čerstvom vzduchu. Kamenné predajne mohli byť v tom čase bez problémov otvorené. „Podľa hlavného hygienika bol trh nebezpečnejší na šírenie covidu ako supermarket. Vraj sa tu nedali dodržiavať hygienické opatrenia. Za tri dni sme vyzbierali viac ako štyritisíc podpisov a našťastie trhovisko po pár dňoch otvorili,“ hovorí o silnej súdržnosti občianskej iniciatívy Laura. Ďalším problémom bolo aj umiestnenie testovacieho mobilného odberového miesta priamo v areáli trhoviska. Potenciálne chorí ľudia chodili v blízkosti potravín. Našťastie im skončila nájomná zmluva a už ju neobnovili.

Zo semienka po plody

„Ja som petíciu za otvorenie tiež podpísala,“ ozve sa takmer deťdesiatročná Marka. Chodí sem nakupovať, odkedy sa v roku 1958 prisťahovala s manželom a dvomi dcérami do ulice oproti. „Nakupujem zeleninu. Na jar sa sem chodím len tak prechádzať, to je tu čistá

oáza plná kvetov,“ opisuje čiperná dáma. Pôvodom je zo Záhoria a chodíva poklebetiť za Cilkou. „Rada tu kupujem kvety, to vždy u Valiky,“ a už ide ku nej do stánku. Valika viac ako dvadsať rokov pestovala kvety s manželom v Senci. Dnes už kupuje vo veľkosklade. „Ťažká je to práca, pestovať kvety, keď začali veľkosklady, vytlačili tie naše. A už sme s mužom ani toľko nevládali,“ hovorí o súčasnosti kvetinárka Valika. Kvety už pestuje len pre vlastné potešenie.

Osobný kontakt s ľuďmi je pridaná hodnota pre každého predavača. Katka Kősziklová pracovala dlhé roky v kancelárii. Vymenila sedenie nad papiermi za pomoc svojej mamy Šarlote. „Baví ma práca s ľuďmi, pôdou, keď vidím tú zmenu zo semienka až po hotové plody. Toto je pre mňa zmysel života,“ vysvetľuje s úsmevom.

Okrem sezónnych lokálnych plodov na Žilinskej sa dá nájsť výborné pečivo, slovenské mliečne výrobky, mäso či domáce výrobky z neho. V jednom rohu má svoje stále miesto včelár Arpád z Janoviec, ktorý nosí med a včelie plásty od svojich včiel. Doma má dvestodvadsať úľov, o ktoré sa stará s manželkou a synom. Výsledok včelej usilovnosti predávajú na dvoch bratislavských trhoviskách.

V ďalšom stánku pani Božka ponúka okrem iného aj ručne zbieraný vlastný mak. „O maku viem všetko, pestovala ho moja stará mama, mama i ja,“ a dopodrobna opisuje ako ho správne siať, zbierať, čistiť či uskladňovať.

Všetci predajcovia sa spoločne zhodujú v jednom. Ich životy sú úzko späté s trhoviskom, pracujú tu s radosťou a majú radi jeho atmosféru. Keby neexistovala komunita okolo neho, dávno by zaniklo. A to by bola veľká škoda.

1 (str. 16) Cilka a jej kráľovstvo. Na Žilinskej predáva už štyridsaťpäť rokov.

2 (str. 17) Marka a Cilka si popri nákupe aj poklebetia.

3 Béla je medzi zákazníkmi obľúbený, predáva vlastnú zeleninu.

4 Tri generácie Kősziklových – babka, teta a Laura.

5 Cilka kalkulačku nepotrebuje. Stále počíta z hlavy.

6 Na trhovisku funguje veľa vecí ešte po starom.





NOTA BENE
8 2021

História

20

Stredovek v kuchyni

 Galina Lišháková  Shutterstock

Prečo si sedliaci nemohli dovoliť biele pečivo? Mali králi z jedla strach? A akým luxusom bolo korenie? Kto sa chcel popýšiť bohatstvom, v jedle ním nešetril. Hoci bolo potom nekonzumovateľné.

Stredovek sa často spája s prívlastkom „temný“, možno aj pre rozsiahle a dlhotrvajúce epidémie moru. Avšak historici hovoria, že je to nespravodlivé. Rozhodne ho nemožno považovať za dobu tmárstva. V stredoveku sa už napríklad vedelo, že Zem je guľatá, uznávala to aj cirkev. V Paríži, v Padove, v Oxforde či v Prahe vznikli známe univerzity, v Európe pribúdali významní učitelia. Stávali sa nádherné gotické katedrály, zakladali školy, nemocnice, sirotince, vznikol systém notového zápisu, prvé stroje... Skrátka, bola to počiatková epocha pokroku v umení aj vo vede. Napokon aj v stredovekej kuchyni sa odrážali znalosti o ľudskom tele. „Ľudia sa

však stravovali úplne inak ako dnes,“ hovorí historička a knižná vydavateľka Daniela Dvořáková, ktorá nedávno vydala knihu Kuchár v stredoveku od britskej historičky a spisovateľky Bridget Ann Henischovej.

Dvakrát denne

Pojmy raňajky, desiata, obed, olovrant v tých časoch neexistovali, jedlo sa len dvakrát denne. „Prvé jedlo sa konzumovalo okolo jedenástej doobeda, hovorí sa mu prandium, čo sa niekedy prekladá ako obed niekedy ako raňajky, ale v podstate to bol raňajko-obed. Druhýkrát sa jedlo až večer. Tomu jedlu sa hovorilo coena,“

vysvetľuje Daniela Dvořáková a dodáva, že na dve porcie jedla denne boli zvyknutí chudobní aj bohatí. „Lekári ich považovali za dostačujúce. Hovorili, že jesť sa má až po úplnom strávení predchádzajúceho jedla, keď človek vyslovene cíti hlad. To sa dnes opäť stáva trendom.“

Pre kráľov však takéto stravovanie nemalo len zdravotné benefity. Zmenšovalotiež riziko, že im niekto do porcie pridá jed. „V tom období už existovali lekárne a jedy sa v nich dali bežne kúpiť alebo si ich mohol dať zákazník namiešať. Kráľ mal síce svojich ochutnávačov, no keďže niektoré jedy začali pôsobiť až tri dni po konzumácii, jedlo bolo preňho vždy do istej

miery riskantné. Príručky o zdravej životospráve pre kráľa hovorili, že by mal jesť veľmi striedmo a prakticky bez korenia.“

Korenie mohlo ľahko prekryť napríklad horkosť jedu aj vďaka tomu, že kráľovskí kuchári ním nešetrili. „Vtedy sa už dovážalo z Ázie aj z Blízkeho východu a bolo také drahé, že keď niekto chcel ukázať hosťom, aký je bohatý, kuchárom dal nachystať poriadne korené jedlá. Dobové záznamy hovoria, že keď bol uhorský kráľ Žigmund v Paríži, pozval na hostinu parížske dámy, no jedlo pre množstvo korenín nedokázali zjesť.“ Možno však pri tom zohrali úlohu aj veľké rozdiely v národných kuchyniach. „Hovorí sa, že stredovek zrodil nacionalizmus. Prejavoval sa aj tým, že sa útočilo na kuchyne iných národností. O Uhroch či Nemcoch sa napríklad klebetilo, že jedia len cibuľu a zapáchajú,“ približuje Daniela Dvořáková.

Cukru málo, soli veľa

Stredovekí lekári poznali zdravotné benefity potravín a ich kombinácií. „Rozlišovali jedlá teplej podstaty a chladnej podstaty, a diéty predpisovali

podľa temperamentu človeka. Keď bol niekto cholerik, neodporúčali mu pridávať si „oheň“ ešte v potravinách. To môže pripomínať čínsku medicínu. Samozrejme, takéto diéty na mieru robili na kráľovských dvoroch. Sedliak neriešil, čo je preňho zdravé. Bol rád, že sa naje.“

Slané a sladké jedlá mali v stredovekej kuchyni iné zastúpenie ako v dnešnej. Dnes jeme sladkosti bežne aj každý deň, ale v stredoveku bol cukor natoľko vzácny, že si ho mohli dovoliť len bohatí. „Cukrová trstina sa dovážala z Orientu a z nej vyrobený cukor predávali v lekárnach ako liek napríklad v podobe takzvaných konfektov, sladkostí vyrábaných z bylín, cukru, korenia, medu a vína, ktoré sa užívali na zlepšenie imunity. Chuť na sladké bežní ľudia zaháňali sušeným ovocím alebo medom. Maškrtenie, na aké sme dnes zvyknutí, neexistovalo. Jedlo bolo vymerané, aj deti ho dostávali len vtedy, keď ostatní.“

Soli však mala v stredovekej kuchyni dôležitú úlohu. Keďže neexistovali chladničky, konzervovalo sa ňou mäso. „Historici hovoria, že ľudia vtedy prijímali oveľa viacej soli než my dnes. Trpeli neustálym smä-

Daniela Dvořáková je slovenská historička a archivárka. Pôsobí ako vedecká pracovníčka v Historickom ústave SAV v Bratislave a vo svojej práci sa zameriava na neskorýstredovek v dejinách Uhorska. Napísala desať kníh o histórii, medzi nimi napríklad Rytier a jeho kráľ (2003), Čierna kráľovná. Barbora Celjská (2014), Stopy dávnej minulosti 10(2019). Po smrti manžela Pavla Dvořáka(† 81), významného popularizátora slovenských dejín a zakladateľa vydavateľstva RAK, sa spolu so synom ďalej venuje vydávaniu historickej literatúry.

dom. Zrejme aj preto pili toľko vína a piva. Samozrejme, veľa mäsa jedli najmä boháči, ale dostupné bolo aj pre sedliakov. Na panských stoloch uprednostňovali divinu z poľovačiek a drahšie hovädzie mäso, bežní ľudia jedli skôr bravčové. Prasatá vypúšťali pásť sa voľne do lesov, a keď potrebovali mäso, nahnali ich do nejakej ohrady a zabili.“

Pančovaná múka

Múka bola nedostatková surovina. „Namlieť si ju doma v žarnove bolo veľmi namáhavé. Poddaní si ju dávali mlieť v mlynch, ktoré zväčša vlastnili dedinskí richtári. Bolo to drahé. Chudobnejší preto jedli najrozličnejšie obilninové kaše alebo placky zo zrna, ktoré si sami natĺkli. Pre niekoho bol aj chlieb luxusom, a to nehovorím o bielom, ktorý išiel len na panské stoly. Páni ním však nešetrili, chlebom v mlieku niekedy krmili aj svoje psy,“ približuje Daniela Dvořáková.

V mestách boli pekárenské výroby bežnou súčasťou pouličného jedla. „Na ulici sa predávali rožky či žemle a koláčiky plnené mäsom a zeleninou. Niektorí obchodníci ich dokonca piekli

NOTA BENE

8 2021

História

21



NOTA BENE

8 2021

História

22

v pieckach priamo na ulici. Vhodnú pec na pečenie chleba nemal v mes-tách každý, takže ľudia si chlieb a pe-čivo kupovali u pekárov. Z bratislav-ských účtov zo stredoveku vieme, že keď tu bola kráľovná alebo kráľ, často si ich uctievali žemľami a vekami, čo bolo pečivo z rožkového cesta tvarom podobné oválnemu chlebu.“

Ku koncu zimy, keď sa zásoby pše-ničnej múky míňali, sa piekol chlieb napríklad zo zmesi žaluďov a fazule. „Múku všelijako pančovali, aj kôru do nej pridávali, aby to pečivo malo as-poň hmotu, keď už nebolo výživné. Preto sa pôsty vrátane toho štyrid-saždňového pred Veľkou nocou závä-dzali v obdobiach, keď sa prirodzene zmenšovali zásoby potravín. Do roka bolo až stopäťdesiat pôstnych dní, tak-že vtedy sa namiesto mäsa jedli ryby a rôzne studenokrvné živočíchy ako raky či mušle.“ Ani obdobia stredo-vekých hladomorov nepredstavovali úplný nedostatok jedla, skôr nedo-statok múky, a tým pádom aj chleba. „Lebo mäsa, špeciálne u nás, bol do-statok. Všade boli voľné priestranstvá, na ktorých sa pásli stáda. Väčší hlad prinášali vojny, počas ktorých nepria-telia stáda odháňali a vypaľovali de-

diny. Zahynulo veľa ľudí a nemal kto obrábať pôdu.“

Čašníci na koňoch

Bohatí si samozrejme mohli dať potraviny doviesť aj v ťažkých časoch. Keď bol mier, radi usporadúvali ho-nosné hostiny, na ktorých sa podá-valo tridsať aj päťdesiat chodov. „Na kráľovských hostinách sa veľmi dbalo o to, aby už pohľad na jedlo prinášal zážitok. Napríklad z koláča vyleteli živé vtáky alebo v ňom plávali živé rybičky, či z neho šľahal oheň. Jedlá hýrili farbami, fantázii sa nekládli medze. Niekedy hostí obsluhovali čaš-níci na koňoch, všetko bolo nádherne zaranžované a zinscenované. Cieľom bolo čím viac ohúriť, bolo to zážitkové jedenie, dnes by sme povedali, že šou.“

Spôsob konzumácie jedla bol však z dnešného pohľadu aspoň na našom území dlho veľmi nekultúrny. „Jedlo sa buď rukami, alebo sa kusy jedla napichávali na nože. Keď sem prišla Talianka Beatrix Aragónska, manžel-ka kráľa Mateja Korvína, bola z toho zhrozená. V Taliansku už používali príbor, tu sa musela dívať na rukami sa napchávajúcich Uhrov, ktorým po

Recept

Syrový a bylinkový koláč

... na koláč zober štyri hrste repy, dve hrste petržlenovej vňate, za hrst žeruchy, vetvičku fenikla a dve hrste špenátu a umy ich v studenej vode, potom ich nadrobno nasekaj; zmiešaj dva druhy syra, teda tvrdý a stredne tvrdý, pridaj vajcia, žĺtky aj bielky a zmiešaj ich so syrom; no a potom vlož bylinky do mažiara a pekne ich spolu roztlč na prášok. Alebo namiesto toho maj už vopred pripravené v mažiari utlčené dve hlavičky zázvoru a s tým zmiešaj ten syr, vajíčka a bylinky a pridaj k nim naškriabaný alebo nastrú-haný syr a daj do pece. Keď je koláč hotový, jedz ho teplý.

Bridget Ann Henischová, Kuchár v stredoveku, kapitola Výber stredo-vekých receptov

dlhých bradách stekala masť. Tak veľ-mi sa jej to protivilo, že im prikázala ostrihať si brady.“

Horšie ako smrť

Podľa opisov hostín na kráľov-ských dvoroch by sa zdalo, že kuchá-ri museli byť vtedy celebrity. „Status kuchára mal na počiatku stredoveku od slávy ďaleko,“ približuje Daniela Dvořáková. „Dokonca občas prischol urodzeným zločincom, ktorých mali popraviť, ale napokon im trest zmier-nili, a to znamenalo, že ich poslali robiť do kuchyne. Kuchyňa s ohňom a špinavé hrnce symbolizovali peko. Kuchár bolo opovrhované povolanie.“

Ale postupne, ako sa gastronómia stávala umením, niektorí majstri varechy získali takú reputáciu, že si ich medzi sebou šľachtici požičiavali. V knihe Kuchár v stredoveku sa o tom možno dočítať v jednej z dvoch záve-rečných kapitol. V závere knihy ná-jdete tiež výber stredovekých receptov. Vďaka nim sa môžete tomuto historic-kému obdobiu dostať doslova na chuť.

Autorka je redaktorka portálu Veda na dosah.

Najedená = šťastná



Elena Akácsová



Shutterstock

Čo si dnes obedovala? Nie si hladná? Máš čo jesť? Čo chceš v nedeľu na obed? Odmalička, už ako som začala chodiť do škôlky, ma tieto otázky mojej mamy, rovnako ako babičiek a tiet, neuveriteľne otravovali.

Pritom jedlo mám veľmi rada. Aj to na mne vidieť. Nikdy som nepatrila k ľuďom, čo považujú jedlo za nudné zdržovanie od zaujímavejších životných výziev. Ja som bola dieťa, čo všetko na tanieri zjedlo – teda okrem neestetického leča a kmínovej polievky, v ktorej plávali odporné medúzy z vajíčka. Babička sa na mňa vždy rada pozerala, ako jem. Vraj jem s takou chuťou, že z toho aj ona za-každým vyhladne. A prida-la mi dupľu.

Vyrástla som, odišla z domu, stala sa zo mňa schopná samostatná žena, ale tie otázky mojej mamy, čo som jedla, čo budem jesť a čo mi má navariť, zostali. Istý čas som tomu vzdoro-vala, naschvál som sa vy-hýbala návštevám u nej, aby nemala možnosť ma kŕmiť a baliť mi proviant na celý ďalší týždeň.

Neviem, či sa tá posad-nutosť jedlom týka len žien z generácií, ktoré zažili vojnu, chudobu a hlad, keď bolo najdôležitejšie mať dať čo jesť svojim deťom. Prežiť deň bola najväčšia výzva. Aj dostatočný dô-vod na radosť. Ťažko riešiť otázky všehomíra so škrka-júcim bruchom.

To isté opakovala moja mama vo vzťahu k vnukom a pravnukom. Plače? Nie je hladný? Akoby hlad bol jediný dôvod na detský plač. No, vlastne, možno práve tam niekde pramení

ten materský úporný pocit, že najedené dieťa rovná sa šťastné dieťa. Pretože keď zdravé vyspaté batola plače, zväčša je hladné alebo má plnú plienku. Matka nás začne kŕmiť ešte vo svojom bruchu. Potom nás kŕmi materským mliekom a sme na nej plne závislí. Cítíme sa v jej náručí šťastne a bezpečne. Najedení.

Lenže jedlo časom prestane stačiť.

Nepamätám si, že by sa ma mama niekedy otvorene spýtala, či som šťastná, zamilovaná, či ma moja práca baví alebo z čoho som taká nešťastná a nervózna. Až ne-skôr som pochopila, že pre moju mamu je jedlo bezpečný spôsob ako vyjadriť lásku a záujem. Že to inak nevie.

Prestala som vzdorovať a brala to tak, že mamu vare-nie baví, iný koníček nemá, tak nech má v dôchodku ne-jaký zmysluplný program.

No lenže potom sa situ-ácia obrátila. Moja mama mala mozgovú porážku. Odrazu zostala tá dobrá starostlivá žena odkáza-ná na svoje deti. Úplne vo všetkom. A čo začali tie deti riešiť ako prvé? Čo si dnes obedovala? Nie si hladná? Máš čo jesť? Čo by si chcela v nedeľu na obed?

Uvedomila som si pri-tom dve veci. Mojej mame vôbec nechýba varenie. Stá-le chce vedieť, čo som obe-dovala, či aj ja mám čo jesť, ale vôbec sa netrhá o to, stáť denne za sporákom. Viditeľne si užíva, že jej nosíme pod nos teplé obe-dy a večere, odpovedá nám presne tak otrávene ako predtým ja jej, že nevie, na čo bude mať pozajtra chuť, a potom si rozmarne vybe-rá a ohrňa nos, ak sa jej do aktuálnej chuti netrafíme.

Druhú vec mi poveda-la moja sestra. Nakŕmiť mamu je predsa tá najlah-šia, najjednoduchšia úloha. Ťažšie je riešiť to, aby bola

aj spokojná a šťastná, aby mentálne a fyzicky neupadala. Zobrať ju každý deň na prechádzku, učiť ju znova rozprá-vať a hovoriť s ňou o veciach, ktoré sú pre ňu dôležité. Snažím sa o to. Ale stále rozmýšľam, či by som sa na staré kolená predsa len nemala naučiť aj poriadne variť.

Autorka je publicistka.



NOTA BENE

8 2021

Protí srsti

23



Pohár vody a rešpekt



Eva Mošpanová



Gabriel Kuchta, Eva Mošpanová

Český projekt Místní místním ukazuje podnikom, že môžu ľuďom bez domova výrazne pomôcť i zdanlivými drobnosťami, ako sú nápoj, prístup na toaletu, dobitie mobilu, jedlo či lístky do divadla.

Za osemnásť rokov života, ktoré Jiří strávil na ulici, ani jediný raz nešiel požiadať o pomoc do kaviarne alebo reštaurácie, i keď by sa mu mnohokrát zišla. „Nemal som na to,“ hovorí päťdesiatdvaročný muž a na otázku, či má na mysli peniaze, alebo odvalu, odpovie jednoducho „oboje“. Jiří sa bál odmietnutia, vyhnaní a nepríjemností, preto sa radšej pretĺkal inak.

Dnes spolu sedíme v kaviarni pražského centra Prostor 39, Jiří má pred sebou pohár kávy a nikto ho nevyháňa. Za posledné roky sa totiž zmenili dve zásadné okolnosti. Po ro-

koch snaženia, pádov a opätovného snaženia má Jiří bývanie a prácu. Ale aj keby ich nemal a bol stále v ťažkej situácii, tu by ho nevyhnali.

Prostor 39 je totiž súčasťou českého projektu Místní místním, ktorý sa snaží pražské podniky podnietiť k tomu, aby pomáhali ľuďom v núdzi – pohárom vody, prístupom na toaletu, alebo i jedlom.

Osemdesiatosem služieb

Jeho myšlienka vznikla pred štyrmi rokmi v hlave Ester Pačto-

vej, ktorá vtedy pracovala ako terénna pracovníčka v Prahe. „Streťávala som sa množstvom ľudí na ulici, ktorí mali jednoduché potreby, ale nemohli ich naplniť. Napríklad ísť na toaletu, úplne jednoduchá vec,“ vysvetľuje tridsiatnička, ktorá sa sociálnej práci venuje dodnes. Rozhodujúca pre ňu bola skúsenosť staršieho pána, ktorého spoznala na ulici. „Sedával pred mestskou knižnicou. Nemal kde chodiť na toaletu, kde si meniť plienky, ktoré potreboval, a robilo mu to veľké zdravotné ťažkosti,“ popisuje Ester



moment, ktorý ju prinútil pátrať, čo by sa s podobnými problémami dalo robiť.

Zhodou okolností v tej dobe narazila na reportáž o francúzskom projekte Le Carillon, v rámci ktorého tamojšie reštaurácie, kaviarne, ale i obchody a ďalšie podniky ponúkajú ľuďom drobné služby. Projekt je dnes dosť rozšírený, len v Paríži je doňho zapojených osemsto podnikov a ďalšie sú v iných francúzskych mestách. Práve toto sa Ester rozhodla zopakovať v Česku. Aj keď v omnoho menšom meradle.

Projekt Místní místním má dnes v Prahe štrnásť zapojených podnikov, ktoré podľa Ester pomôžu každý týždeň desiatkam ľudí. Presné čísla bude organizácia zisťovať tento rok. Veľmi rýchlo sa ukázalo, že rozbehnutý francúzsky model, kde sa záujemcovia len zapoja a s vedúcou organizáciou sú v kontakte veľmi málo, sa v Česku zopakovať nedá. „U nás musíme byť stále v kontakte s podnikmi a veľmi úzko spolu ladíme spoluprácu,“ vysvetľuje Ester.

Místní místním tak pomáha záujemcom nájsť tú najvhodnejšiu kombináciu služieb, ktoré na dverách podniku označujú malé nálepky. „Toto je napríklad špecificky česká služba,“ hovorí Ester a ukazuje prstom na nálepku s ilustráciou malého čajníka. Znamená, že tu ľuďom v núdzi ochotne zalejú čaj alebo instantnú polievku horúcou vodou. Nenápadná služba, kľúčová hlavne v zime. Ďalšie nálepky ukazujú, že tu si môže človek v núdzi odskočiť na toaletu, dostať pohár vody, prečítať si noviny, nabiť si telefón, alebo sa len zastaviť na kus reči. Všetko bez obavy, že by ho niekto vyhnal. Celkovo podniky v Prahe ponúkajú osemdesiatosem drobných služieb – od zmieňovanej teplej vody až po vstupenky do divadla. Orientácii záujemcov o ne pomáha, že okrem nálepiek na dverách podnikov dostávajú od terénnych pracovníkov letáky so zoznamom miest, kde sú vítaní.

Vítaní

Práve pocit, že je vítaný, je podľa Jiřího po rokoch na ulici rovnako potrebný ako pohár vody. „Je to veľmi cenné, máte sa na koho obrátiť a je dôležité, že vás príjmu

ako seberovného,“ vysvetľuje. Dnes vďaka svojim skúsenostiam „místním“ radí, čo ľudia na ulici potrebujú najviac.

Dôvody, prečo nie je v sieti „místních“ podnikov s nálepkami viac, sú rôzne. Ester Paclová na začiatku oslovila tridsať prevádzok. Spočiatku sa pridali len štyri. Ďalšie sa neozvali, odmietli z obáv alebo s argumentom, že už pomáhajú sami a nepotrebujú to robiť „oficiálne“.

Obava z toho, čo by sa stalo, keby s klientmi nastali problémy, nedávno napadla Kamile Martinckovej, prevádzkovateľke kaviarne v Prostore 39. Upokojil ju však pohľad na stránky projektu, kde sa organizátori venujú i možným ťažkostiam. K zákazníkovi, ktorý by sa správal nevhodne, radia rovnaký prístup ako ku ktorémukoľvek inému problematickému klientovi. Pre prípad, že by človek v núdzi potreboval pomoc nad rámec toho, čo mu podnik poskytuje, majú zapojené podniky k dispozícii kontakt na centrá služieb a pomoci pre ľudí bez domova.

Napriek tejto pripravenosti v Prostore 39 za dva roky, čo tam Kamila Martinková pracuje, žiaden problém nikdy nenastal. Z času na čas sa tu niekto zastaví na pohár vody alebo na toaletu. Počas pandemického lockdownu návštevy prestali úplne. Vtedy sa „Místní“ rozhodli pomáhať inak. Vďaka peniazom od darcov mohli zapojené podniky pripravovať jedlo, ktoré sa roznášalo ľuďom v núdzi.

„Počas prvej vlny pandémie, od marca do mája 2020, sme zaistili 2 000 obedov a večerí od solidárnych kaviarní pre azylové domy,“ popisuje Ester Paclová. V druhej vlne počas jesene a zimy to bolo 1 800 bagiet pre ľudí bez domova priamo v uliciach Prahy a pomoc neskončila ani na jar. „Od solidárnych kaviarní sme zaistili 2 255 voucherov na horúci nápoj a polievku. Každý deň si po ne chodilo 25 ľudí a pomoc sme udržali celé dva mesiace,“ popisuje.

Ona a ľudia v núdzi nie sú jediní, kto z toho mal radosť. „Boli sme za to veľmi vďační, bol to pre nás v tom čase jediný príjem,“ vysvetľuje Kamila Martinková z Prostoru 39. V spolupráci chce pokračovať naďalej. „Chceme byť otvorení všetkým,



aby sa tu stretávali všetky vrstvy obyvateľov.“

Máte kam ísť

„V tomto systéme má najväčší dopad vytvorenie vzťahu založeného na dôvere medzi obchodníkmi, obyvateľmi a ľuďmi na ulici,“ píše sa na stránkach programu Le Carillon, vzoru pre Místní místním. Jeho zámer je zjavne podobný ako zámer Prostoru 39. Lenže takýto vzťah sa nerodí ľahko ani rýchlo.

Pár kilometrov západne cez rieku Vltavu je v malej uličke bistro nazvané Jídelna kuchařek bez domova. Tesne pred otváracou dobou je tu zatiaľ ticho. V prednej časti drobného bistra s niekoľkými stolíkmi schne umytá podlaha, vo vitríne sú vyložené koláče a z kuchyne vzadu rozvoniava čerstvo uvarené jedlo.

Ako napovedá názov, tu varia ženy, s ktorými sa život nemaznal. Získavajú tu prácu, skúsenosti a možnosť zapojiť sa opäť do bežného života. Spolupráca s projektom Místní místním sa tak ponúka prirodzene. K dispozícii pre ľudí v núdzi je voda, wifi, lekárnica a toaleta.

Pandémia tu s návštevami paradoxne pomohla. Pred ňou zašli denne traja ľudia. Počas nej však podnik varil pre ľudí bez domova a oni prichádzajú, i keď táto podpora už oficiálne skončila. „Keď vieme, že sa jedlo nepredá, tak im ho dáme,“ vysvetľuje prevádzkovateľka Veronika Zerzánová s tým, že bežne sa im ujde i polievka z kuchyne vegetariánskej reštaurácie. Nad pokladňou visí zavesený kupón na jedlo, ktorý môže človeku bez domova zaplatiť návštevník. Kupónov sa však nepredá toľko, aby dokázali pokryť náklady na jedlo.

Dnes ľudí bez domova chodí i deväť denne. „Myslím, že je veľmi dôležité, že sa majú kde najesť,“ uvažuje nesmelo dvadsaťdeväťročná Nikča, ktorá obsluhuje za barom. Ona sama skúsenosť so životom priamo na ulici nemá, roky strávené v detskom domove a azylovom dome ju však naučili, aké dôležité je dostať pomoc.

Lenže vytváranie spoločného vzťahu nie je jednoduché aj napriek podobným skúsenostiam. Na otázku, či sa s niektorým z pravidelných

návštevníkov spriatelila, Nikča krúti hlavou. Nie, nepúšťa sa s nimi do reči. Situácia nebude zrejme iná ani v kuchyni. Ženy, ktoré tam sú, nemajú chuť rozprávať sa a podľa Veroniky Zerzánovej má veľká časť z nich z ulice zlé skúsenosti, hlavne s mužmi.

To neznamená, že by niektorí z ľudí v núdzi vzťah nadviazať nechceli. „Jeden z nich sem chodil vždy v čase, keď nám dovážajú ovocie a zeleninu. Pomáhal nám vykladať. Bolo vidieť, že sa chodí porozprávať,“ spomína Veronika Zerzánová na mladého muža. Lenže už prestal. Ani v susedstve nie sú ľudia bez domova ešte tak úplne „místní“. Jedáleň sa pri svojom štarte musela vyrovnáť s nevôľou susedov a spodné časti výkladov v obchodoch vedľa „zdobia“ ostne, ktoré zabráňujú sadnúť si tam.

Práve pre tento prístup je však Veronika Zerzanová presvedčená, že byť ostrovčekom pomoci má veľký zmysel. „Aj to, že máte kde ísť na záchod a nepozerajú na vás s výrazom: Ježiš, ten zas otravuje, je dôležité. Nie ste úplne stratený.“

Autorka je redaktorka českého Deníka N.

1 (str. 24) Ester Paclová a Jiří, ktorý žil na ulici osemnásť rokov.

2 (str. 25) Jedáleň kuchárok bez domova.

Tu varia ženy, s ktorými sa osud nemaznal.

3 (str. 25) U kuchárok bez domova je k dispozícii voda, wifi, toaleta a lekárnica.

4-6 Kuchárky bez domova varia vegetariánske jedlá.

Naša organizácia bude čoskoro súčasťou projektu s názvom Jedlo navyše, spolu s reštauráciou Svadby a Kari a spoločnosťou Folk & Milk Studios, ktorá projekt koordinuje.



Popletené objednávky



Rie Macuoka, The Big Issue Japan/INSP.ngo



Juki Morišima

Reštaurácia, v ktorej nikto nevie, či dostane to, čo si objednal. Podnik s takýmto sloganom naozaj existuje a má výstižný názov Reštaurácia popletených objednávok. Personál, ktorý v ňom obsluhuje, tvoria ľudia s demenciou.

Objednáte si fašírku a dostanete gyózu... V tomto prijímajúcom prostredí sa však z omylov nerobí žiadna veda. „Chceme vytvoriť miesto, kde si ľudia dokážu povedať, že ak sa stane chyba, nič sa nedeje, akceptujú to a spoločne sa na tom zasmejú a zabavia,“ vysvetľuje koordinátor projektu Širo Oguni.

Takmer Michelin

Počas svojho pôsobenia v japonskom verejnoprávnom médiu NHK v roku 2012 pripravoval reportáž

o podporovanom bývaní, za ktorým stál Jukio Wada, známy ako priekopník v oblasti starostlivosti o ľudí s demenciou. „Kedysi mi demencia naháňala strach, spájal som si ju s bezcieľne sa potulujúcimi ľuďmi s vulgárnym vyjadrovaním. No keď som prišiel na návštevu, čakalo ma útulné miesto, ktoré úplne vyvrátilo moje predstavy. Podľa Jukia Wadu je každý v prvom rade človekom bez ohľadu na demenciu. Takže aj ľudia s demenciou si môžu sami variť, upratovať a robiť všetko, čo zvládnu. Úlohou podporovaného bývania je

posilniť ich schopnosť žiť vlastný život až do konca a tu sa túto myšlienku podarilo zaviesť do praxe.“

Spomína si na obed v deň svojej návštevy. Objednal si fašírku, no priniesli mu gyózu. „Prekvapilo ma to a pomyslel som si, že jediné, čo sedí, je mleté mäso. Ale bol som jediný, kto na to chcel upozorniť.“

Spomedzi obyvateľov ani sociálnych pracovníkov sa neozval nikto, namiesto toho sa s chuťou pustili do prinesenej gyózy. „Keď som to videl, zahanbil som sa. Chcel som napraviť chybu. Ale ak ju všetci

naokolo prijímú, prestane byť chyba. Toto poznanie mi otvorilo oči.“ A zároveň sa v jeho hlave zrodil nápad otvoriť Reštauráciu popletených objednávok.

O päť rokov neskôr začal mať Širo problémy so srdcom a rozhodol sa odísť z náročnej pozície v médiách. Keď rozmýšľal, čo ďalej, uvedomil si, že je správny čas zrealizovať nápad z minulosti. Oslovil Jukia Wadu, ktorý ochotne súhlasil so spoluprácou, a projekt sa rozbehol.

Ako hlavné zásady si stanovili kvalitu a nerobenie úmyselných chýb. „Chceli sme vytvoriť miesto, kam zákazníci prídu s tým, že ich tam čaká chutné jedlo a dobrá atmosféra a zhodou okolností tam pracujú aj ľudia s demenciou, s ktorými nadviažu spontánny a prirodzený kontakt,“ vysvetľuje Širo. „Nechceli sme sa spoliehať na výhovorky typu: robíme dobrú vec, takže ak sa pomýlime, odpustite nám to, prosím. Preto kuchári dokončili svoje umenie až na takmer michelinskú úroveň.“

Uvoľnená atmosféra

Najprv si myslel, že ľudia budú chcieť, aby sa chyby stávali. Na jednom zo stretnutí pri príprave projektu však vystúpil muž, ktorého manželka má Alzheimerovu chorobu so skorým nástupom, a povedal, že na nej vidí, ako ťažko znáša, keď sa pomýli. „Keď som to počul, dávalo to, samozrejme, zmysel. Zrušili sme preto robenie chýb ako jeden z cieľov a sústredili sme sa len na to, aby bol kontakt ľudí s demenciou so zákazníkmi príjemný pre obe strany.“

V júni 2017 zorganizovali dvojďňovú generálku v malej reštaurácii pre dvanásť hostí, ktorých obsluhovalo šesť ľudí z Wadovho zariadenia. Hostami boli ich príbuzní a známi. „Aj keď prijali objednávky, zabudli na ne a premýšľali, čo tam vlastne robia. Alebo priniesli ľadovú kávu namiesto koly. Ten deň bol plný omylov – a smiechu. Vďaka vzájomnej komunikácii zákazníkov sa však všetko vyriešilo a objednávky

sa dostali na správne stoly. Situáciu zobrali s humorom a neprekážalo im, keď sa stala chyba. Vytvorilo to uvoľnenú atmosféru.“

O tri mesiace otvorili reštauráciu znovu pri príležitosti Svetového dňa Alzheimerovej choroby, ktorý si pripomíname 21. septembra. Osemnásť čašníkov a servírokov privítalo za tri dni tristo hostí a zožali veľký úspech.

„Obrovský dojem na mňa urobil istý pán Misawa. Kedysi pracoval v reštaurácii, po šesťdesiatke mu však diagnostikovali Alzheimerovu chorobu so skorým nástupom,“ približuje Širo. „V našej reštaurácii sa striedali štyri zmeny, pričom každá trvala deväťdesiat minút. Počas desaťminútovej prestávky pán Misawa z vlastnej iniciatívy reštauráciu pozametal a upratal. Úplne prirodzene sa prejavil jeho hlboko zakorenený prístup k práci, keď chcel zákazníkov privítať v čistých priestoroch. Zároveň som cítil, že je to aj jeho prístup k životu. Podobne to bolo u jeho manželky Jasuko, ktorá bola klavi-





ristkou. Hrávala pre hostí, ale niekedy jej to nešlo až tak dobre a vtedy sa zdalo, že sa trasie od frustrácie. Dojalo ma, že stále chcela podávať profesionálny výkon.“

Nesmierna radosť

Šizu, deväťdesiatročnú bývalú zamestnankyňu tradičnej japonskej reštaurácie, zákazník požiadal, či by sa s ňou mohol odfotiť a ukázať jeho takisto deväťdesiatročnej mame, ktorá už stratila energiu do života, že aj v takomto veku možno byť čulý a aktívny.

„Po príchode domov Šizu tento zážitok nadšene vyrozprávala svojej rodine s tým, že ešte predsa len ne-

patrí do starého železa,“ hovorí Širo a dodáva: „Veľmi ma potešilo, že jej kontakt so zákazníkmi dodával sebadôveru. Aj ľudia s demenciou môžu pracovať, ak majú primeranú podporu. Ukázali sme, že je to možné, a myslím si, že to bol veľký krok vpred.“

Každý účastník projektu dostal za odpracovaný čas riadne zaplatené. „Niektorí si peniaze odložili na horšie časy, niektorí veselo vyrazili na nákupy, ale všetci bez rozdielu sa veľmi tešili. Niečo také bežné ako mzda za odvedenú prácu im prinieslo nesmiernu radosť. Takú reakciu som nečakal.“

Aj keď Reštaurácia popletených objednávok zaznamenala veľký

ohlas, otvorenie stálej prevádzky nie je v pláne. „Našou úlohou je vypestovať kvet, ktorého semienka zaletia široko-ďaleko. Tí, ktorí sa ich ujmú, ich potom môžu vo svojich regiónoch ďalej rozvíjať podľa vlastného uváženia.“

Okrem tridsiatich miest v Japonsku si tento koncept vyskúšali aj v Číne, Kórei a Spojenom kráľovstve. „Mojím cieľom je spoločnosť, v ktorej budeme mať všetci otvorenú myseľ. Chceme dosiahnuť, aby takéto akcie neboli potrebné. Ešte nás však čaká dlhá cesta, na ktorej budeme zatiaľ fungovať ako most.“

Za preklad ďakujeme Jane Ofúkanovej z jazykovej školy EuroTrend 21.



NOTA BENE

8 2021

Pútník

31

Lovci streetfoodu



Petra Nagyová



Tomáš Kubuš a Petra Kubušová

Cestovatelia Tomáš a Petra Kubušovci milujú spoznávanie cudzích kultúr cez ochutnávanie lokálnych jedál. Tešia sa, keď vo svojej vysnívanej krajine v spleti malých uličiek natrafia na stánok s dokonalým streetfoodom.

Definovať krajinu iba na základe jedla sa nedá, jedlo však od krajiny oddeliť nejde. „Preto sa riadime heslom, že ak krajinu neochutnáme, nemáme šancu ju spoznať,“ hovorí cestovateľ Tomáš Kubuš s vášňou pre Áziu a krajiny Stredného východu. Spolu s manželkou Petrou v nich hľadajú tie najlepšie jedlá tradičných lokálnych kuchýň. O skvelom jedle a dokonalom streetfoode, ale aj o svojich zážitkoch z ciest blogujú na svojej stránke Streetfoodhunters.

Ochutnávanie sveta

Snahou Street Food Hunters je ukázať svet ako chutné miesto. „Veľakrát sme sa stretli s tým, že ľudia cestujú do Thajska a jedia tam pizzu či hamburger. Nepoznajú lokálne jedlá, boja sa ich ochutnávať. Tešíme sa, keď nám niekto napíše, že vďaka našim blogom spoznal niečo nové,“ hovoria manželia, ktorí pri cestovaní prepájajú spoznávanie dejín, príbehov, pamiatok a lokálneho jedla.

Precestovali desiatky krajín. „Naše najobľúbenejšie streetfoody sú v Thajsku, Indii, Vietname a v Tureku, no viac než čísla si vážime momenty, ktoré sme na týchto miestach spolu prežili,“ konštatuje Tomáš.

Manželia si pred každou cestou robia prípravu. Okrem pamiatok, miest a zaujímavostí majú aj zoznam tradičných jedál, typických chutoviek lokálnej kuchyne. Odporúčania na miesta s najlepším jedlom hľadajú na internete alebo sa pýtajú ľudí, no najradšej sa iba tak túlajú

mestom. „Keď nám niečo padne do oka, ochutnáme to. Takto objavujeme gastronomické poklady,“ pochvaľuje si Tomáš. Bez lokálnych jedál by cestovanie preňho stratilo svoje korenie a bolo by oveľa chudobnejšie.

V niektorých kultúrach trávia miestni pri jedle hodiny. Práve spôsob jedenia často ukazuje, ako si ľudia vedia užívať život. „Či sa je rýchlo, v behu, alebo si jedlo ľudia vychutnávajú a stretávajú sa pri ňom s rodinou. To o danej krajine veľa napovie,“ vysvetľuje Tomáš, ktorý za najpohostinnejšie národy považuje Turkov a Iráncov. To, že majú pohostinnosť v krvi, nie je len prázdna fráza, za ktorú sa mnohé iné národy rady ukrývajú. „V týchto dvoch krajinách sa jedlo berie ako niečo vznešené a spoločenské. Niekoľkokrát sme hodovali doma s celou rodinou. Ochutnávanie trvalo hodiny, pretože sa prekladalo rozhovormi.“

Tomáš si spomína na prvý obed v Iráne: hostitelia na zem rozprestrelí deku a na ňu nakládli taniere, misky a hrnce. „Stará mama našej hostiteľky nám pripravila takú exkurziu iránskej kuchyne, o akej sa mi ani nesnívalo.“ Už ani nespočíta, koľkokrát ho neznámi pozvali na čaj a v koľkých domácnostiach sa ocitol len tak, pretože sa s niekým stretol na ulici.

Mekka gurmánov

Iráncom v pohostinnosti silno konkurujú Uzbeci, Kirgizi a Sýrčania. Veľmi pohostinní sú aj Indovia. Práve Indiu považujú Kubušovci za jednu z top krajín chutnej gastronómie s fascinujúco bohatou a rôznorodou kuchyňou. Zmes exotických korenín, vôní a chutí vytvára lahodnú symfóniu. Na svoje si tam prídu milovníci mäsa i vegetariáni. Každý indický región má svoje vlastné lokálne špeciality. „Počas niekoľkých mesiacov nášho pobytu sme ochutnali neskutočné množstvo vynikajúcich jedál. Mám slabosť na indický streetfood v Kalkate, Dillí a Mumbai. Najmä Dillí so svojimi starými uličkami má pre mňa osobitý čaro. Tu stojí za ochutnanie seekh kebab. V Kalkate zase kathi rolls so syrom paneerom. Na juhu Indie môže hoci aj každý deň začínať masala dosou, tenučkou, chrumkavou plackou naplnenou zmesou zemiakov, cibuľky

a korenín s kokosovým čatní,“ vymenúva Tomáš.

V Turecku dokážu vyčarovať z baklažánov majstrovské diela, no rovnako vynikajúco pripravia aj kebaby na mnoho spôsobov. Azda najdokonalejšou gastronomickou mekkou je podľa cestovateľa malajzijský ostrov Penang, pretože doslova žije jedlom. „Tam si vždy dám rezance charkwaytoew, vynikajúco tam robia nasikandar, zaujímavá je polievka laksa či dezerty cendol a kacang,“ hovorí nadšene cestovateľ. Jeho manželka Petra má slabosť pre juhovýchodnú Áziu. „Thajsko a Vietnam sú pre mňa gastronomickým nebom. V Bangkoku si rada dávam papájový šalát som tam a klasiku v podobe rezancov pad thai. Milujem aj vietnamský Hanoi s polievkami ako bun cha, pho bo alebo tenučké palacinky banh cuon či banh xeo.“

Koreniny ako suvení

Z európskych kuchýň cestovateľský pár nedá dopustiť na rafinovanosť Talianska. Obzvlášť špeciálnu pozornosť si zaslúži „cucina povera“, teda chudobná kuchyňa niektorých tradičných talianskych regiónov ako Apúlia. Vyzerá aj chutí úplne inak než talianska klasika. Využíva cícer, bôby a podobné ingrediencie.

Kubušovci počas cestovania radi navštevujú miestne školy varenia, takže si so sebou namiesto suvenírov nosia domov zaujímavé recepty, koreniny a menej tradičné suroviny. „Doma si potom často pripravujeme exotické jedlá. Vďaka nim sa v spomienkach presunieme na miesta, ktoré máme tak radi. Šalát som tam sme pripravovali aj na našu svadbu.“

Spôsoby prípravy jedál sa kontinent od kontinentu i krajina od krajiny líšia. Zaujímavým príkladom je Ázia. Ponuka jedla je tu neuveriteľne pestrá a rýchlosť jeho prípravy nemožno porovnať s Európou. „V juhovýchodnej Ázii je človek doslova fascinovaný tým, že vynikajúce jedlo pripravia doslova za minútu či dve priamo na ulici. Veľmi jednoduchá je thajská kuchyňa. Nepoužíva veľa korenín, skôr bylinky,“ opisuje Tomáš. Thajská kuchyňa je podľa neho doslova návyková.

Za posledné roky sa streetfood scéna pohla mľovými krokmi aj u nás. „Kedysi by sme tu márne hľa-



dali dokonalé bao, vietnamské pho bo alebo mexické burrito. Dnes to už nie je problém. S ochutnávaním však niekedy prichádzajú aj sklamania. Najmä keď má človek predstavu o jedle, ktoré pozná z Indie či z Thajska, no jedlo má ďaleko od vysnených chutí,“ konštatuje To-

máš. Zvláštnosťou, ktorá sa u nás spája so streetfoodom, je podľa neho aj pomerne vysoká cena jedál. Kým vo svete je pouličné stravovanie obľúbené nielen pre svoju chuť, ale aj pre cenu, u nás je jeho cena niekedy oveľa vyššia než cena jedla v reštaurácii.

- 1 (str. 31) Tomáš Kubuš v Barme.
- 2 Loďka s občerstvením na plávajúcom trhu v Thajsku.
- 3 Predavačka Gudegu v Yogjakarte na indonézskom ostrove Jáva.
- 4 Indický streetfood je pre niekoho lákadlom a pre iného strašiakom.



Som Tam

Thajský šalát Som Tam zo zelenej papáje patrí medzi najjednoduchšie a zároveň najlepšíe ázijské jedlá.

Na prípravu šalátu potrebujete:

Cesnak

Čili papričky (množstvo podľa toho, aký pikantný ho chcete mať; pridávajúte ich radšej postupne)

Nastrúhanú zelenú papáju (môžete ju nahradiť mladým kalerábom, ktorý má podobnú konzistenciu a tiež vám bude chutiť)

Rybaciú omáčku (jednu lyžičku)

Limetku (jednu alebo dve)

Kokosový cukor (jednu lyžička)

Pražené arašidy (stačí za hrst)

Paradajky (jednu alebo dve podľa veľkosti)

Fazuľky (používajú sa tu fazuľky „long beans“ ale ak nie sú, nevadí to)

Príprava:

Príprava šalátu Som Tam prebieha vo veľkom drevenom mažiari. Nastrúhajte si papáju na tenučké rezance. Časť si odložte bokom a k zvyšku pridajte cesnak a čili. Všetko v mažiari pomiešajte tak, aby ste čili aj cesnak podržili a tie pustili svoju arómu a chuť. O chvíľku pridajte kokosový cukor, lyžičku rybacej omáčky, vyžmýkajte šťavu z limetiek a všetko poriadne v mažiari premiešajte. Miešajte dovtedy, kým sa cukor nerozpustí. Ak máte pocit, že niečo v chuti chýba, pridajte viac limetkovej šťavy alebo rybacej omáčky. Na záver pridajte pražené arašidy a paradajky, všetko to ešte raz premiešajte, ale už to nedrhte, aby ste mali v šaláte kúsky paradajok a nie kašu. Pridajte zvyšok zelenej papáje. Za pár minút máte kúsok gastronomického raja.

Pandorina skrinka Sádla



Jana Čavojská



Tomáš Moudrý, Petra Mandlová

Česká speváčka a performerka Ridina Ahmedová otvára tému bodyshamingu a fatshamingu. Hovorí o tom, koľko zmätku a smútku v dušiach spôsobuje tlak spoločnosti na výzor.

Ako mať rád, rada svoje telo, keď cítite, že jeho proporcie sa nepáčia vašim najbližším? Spoločnosť dáva často človeku už od malička najavo, že s jeho telom niečo nie je v poriadku. Vezme mu to istotu a naočkuje ho to pocitom nedostatočnosti. Česká speváčka a performerka

Ridina Ahmedová to sama dobre pozná. Celé roky sa s tými pocitmi snažila žiť a vyrovnáť. Uzavrieť mier s vlastným telom. Trvalo dlho, kým si dokázala naplno povedať, že vzhľad predsa nie je jediným hodnotiacim kritériom človeka. A u našich západných susedov otvorila

tému bodyshamingu. Tlačenia ľudí do šablón rôznych ideálov krásy, ktoré so sebou prináša veľa zmätku a smútku do duší. Zdá sa, že otvorila doslova Pandorinu skrinku: na jej facebookovú výzvu na zverejnenie osobných príbehov reagovali desiatky žien, ďalšie stovky príbehov

jej prišli – a stále chodia – po sprístupnení podcastu na rádiu Wave a po predstaveniach v divadle. Rekordná počúvanosť podcastu tiež napovedá, že ľudia trpiaci pre svoj vzhľad doteraz nemali priestor na zdieľanie svojich pocitov.

Máte exotické korene a časť detstva ste prežili v Alžírsku.

Otec je zo Sudánu, mama je napoly Česka a napoly ruská židovka. Otec tu vyštudoval vysokú školu. Keď dostal ponuku učiť na univerzite v Alžírsku, odišli sme tam. Žila som tam od štyroch do štrnástich rokov. Potom sme sa vrátili do Česka.

Aké bolo pre dievča v takom citlivom veku zanechať všetko, čo dovtedy poznalo, a presťahovať sa do úplne inej kultúry?

Nebolo to ľahké. Za sebou som nechala všetkých kamarátov a prišla som do oveľa nepriateľskejšieho prostredia, než som poznala v Alžírsku. Odmalička som baculatá a tu som k tomu všetkému bola ešte aj tmavá. V Alžírsku som chodila do medzinárodnej školy, boli tam deti rôznych rás, navyše som vyzerala ako všetci Alžírčania. Nikoho nenapadlo, že som iná. Tu som vybočovala aj spôsobom premýšľania. Mala som za sebou úplne iné detstvo než moji spolužiaci. Vnímala som tu aj omnoho viac strachu, ostychu hovoriť svoj názor. Ľudia boli utiahnutí. Radšej sa veľmi neprejavovali. Takže som sa adaptovala dosť dlho. Aj po revolúcii sa tieto veci menili veľmi pomaly.

Dokázali ste reagovať na neprijemné poznámky?

Šikanu a znevažovanie je v detskom veku veľmi ťažké ustáť. Hlavne bez podpory iného človeka. Aj v tridsiatich, štyridsiatich rokoch o sebe pochybujeme a niektoré poznámky okolia nás dokážu zraniť. Čo potom vo veku, keď človek iba hľadá svoj obraz, stabilitu a vzťah k svetu, jeho duša je krehká a neistota veľká?

Ako ste to vtedy riešili?

Bohužiaľ, nikomu som o tom nepovedala. Tá samota bola ťaživá. Verím, že keby som poprosila o podporu, dostala by som ju. Nedokázala som to. Späť nevidím, že to bola škoda. Vo vzťahu k vlastným deťom sa snažím vytvárať priestor dôvery a dosť času na rozhovory o tom, ako sa cítia. Hovorím im,

že keby sa dialo čokoľvek, som tu pre ne. Myslím, že nejakou formou šikany alebo agresie si prejde väčšina detí. Že niekto na ne skúša svoju silu. Som rada, že mi moji synovia a dcéra povedia aspoň niečo. Môžem ich ochrániť, komunikovať o tom so školou. Raz som sa porozprávala s otcom dieťaťa, ktoré sa správalo agresívne. Reagoval pekne, povedal, že to so synom preberie. Nie vždy to stačí, no v tomto prípade to pomohlo. My dospelí by sme mali deťom vytvoriť natoľko bezpečné a dôverné prostredie, aby boli schopné o šikane hovoriť. Lebo to nie je jednoduché. Je ponížujúce niečo také priznať. Preto sa o nej aj dospelým tak ťažko hovorí. Ak poviem, že ma muž bije, že ma muž ponízuje, že v práci sa deje niečo nepatričné, zviditeľním tým tú potupnú situáciu a ukážem samu seba ako nemožnú, neschopnú, hroznú.

Od okolia ste schytávali neželané komentáre, no spievali ste s kapelou a vystupovali pred ľuďmi. Bolo jednoduché postaviť sa na javisko?

Moja neistota v osobnom živote a istota na javisku boli dve rozdielne veci. Vždy som si bola vedomá toho, že spev je môj dar a mám v ňom silu. Trému mávam občas dodnes. Našťastie, už nie tú deštruktívnu, ktorá človeka úplne paralyzuje. Je aj tréma, pri ktorej cítite nervozitu, vzrušenie, napätie, obavy, či sa to podarí. Tá je „nakopávacia“. Že to dám, že všetkým ukážem, že si to užijem. A takúto trému cítim aj teraz. Ďalšia vec je, že na javisku na vás svietia reflektory. Aj na vaše telo. Vôbec to nebolo komfortné. Pri speve sa musím nadychovať do brucha. Vtedy je ešte väčšie než zvyčajne. Ak som dýchala správne, hanbila som sa za to guľaté, mäkké brucho. Takže som mala problém so speváckou technikou a viac som si unavovala hlas.

Prekonali ste už tieto pocity?

To by som nepovedala, ale rozhodne sa to zlepšilo. Veď v predstavení Sádlo som hodinu na javisku v spodnej bielizni. Po tejto skúsenosti je celkom okej stáť tam v šatách.

Bol to váš nápad, hrať v bielizni?

Áno. Chcela som konfrontovať divákov s tým, že som, aká som, a že by žena za to, ako vyzerá, nemala dostávať toľko agresivity. Keď chcete povedať niečo také, nemôžete sa schovať do čierneho vreca. Musíte to ukázať: takáto som

a toto som zažila. Je to konfrontácia: Tak sa pozrite, a čo akože? Predstavenie začína tak, že stojím na javisku, držím kopu oblečenia, a keď ju odhodím, zostanem len v spodnej bielizni. Vtedy sa rozsvieti aj hladisko. Stojím tam polonahá, vidím tváre divákov a pozerám sa z jedného na druhého.

Čo vidíte v ich tvárach?

Trochu mi to komplikujú rúška. Ľudia, ktorí prídu na toto predstavenie, vedia, do čoho idú. Takže nie sú úplne prekvapení. Ale cítim rozpaky. Často sa prejavujú tým, že sa človek usmieva alebo sa zo všetkých síl snaží vydržať môj pohľad. Tá situácia určite nie je jednoduchá ani pre neho. Nikto však neuhol pohľadom. Vydržali so mnou v očnom kontakte. Prišli si to tam ustáť, a ustáli to.

Kedy ste si uvedomili, že koncept ženského ideálu krásy je v skutočnosti neprirodzený a škodlivý? Lebo väčšina dievčat sa mu skôr snaží podobať a nevníma ho ako niečo, čomu by sa mala vyhnúť.

Študovala som rodové štúdiá na vysokej škole. Už vďaka tomu som mala k dispozícii racionálnu analýzu toho, že žijeme v kontexte nejakého systému, mocenských štruktúr, kultúrnych tradícií a predsudkov. Ale jedna vec je to vedieť a druhá vec je prestať sa viniť a nenávidieť za to, že nie som dosť okej. A tie dve veci nešli naraz. Ako dvadsaťpäťročná som o tom začala premýšľať, ale trvalo ďalších dvadsať rokov, kým som získala dosť sily si to vnútorne ustáť. Súviselo to s časom po rozchode s mojim partnerom a otcom mojich detí. Prešla som si dvojročným obdobím vnútornej revízie. Z toho komplikovaného vzťahu som odchádzala úplne na dne. S pocitom, že som to prehrala, že som hrozná a za nič nestojím. Bola som rozbitá na kúsky. Začala som sa hľadať. A našla som sa inak, než ako som sa poznala predtým.

Napriek profesionálnemu backgroundu z univerzitných štúdií vám seba prijatie trvalo roky. Musí byť veľmi veľa ľudí, s ktorými sa negatívne pocity pre to, ako vyzerá ich telo, ťahajú celý život a ovplyvňujú úplne všetko, vrátane ich pocitu šťastia.

Najťažšie je vykoreniť tú základnú spoločenskú paradigmu, že žena musí byť v prvom rade pekná. Je všade. Vyjadrená explicitne alebo podprahovo.

Dokonca aj v rozprávkach. Urobiť si od nej odstup je veľmi ťažké. A je to práca navždy. Nikdy nemáte hotovo, stále musíte vyvíjať nejakú aktivitu. Je to ako stáť na klzkom povrchu. Stále sa musíte snažiť, aby ste nespadli. Veľmi pomáha komunikácia. Nájst si komunitu ľudí, ktorí sú si vedomí toho, že nemajú menšiu hodnotu len preto, ako vyzerajú. Nie som zástanca body positivity, teda že každé telo je krásne. Myslím si napríklad, že moje brucho nie je pekné. Po troch deťoch ho mám veľké a vyťahané. Žene po rozsiahlom zranení tváre nebudem hovoriť, že je krásna, lebo to nie je pravda. No to, že nie je krásna, nijako nemení jej hodnotu ako človeka. Zásadnou tézou pre mňa je, že hodnotu ženy neurčuje jej krása. Kto si to uvedomí, získa slobodu. Nájdu sa ľudia, ktorí hovoria, že propagujem obezitu. Nezmysel. Tým, že človek pozná svoju hodnotu, viac mu na sebe záleží a viac sa o seba stará. Ja sama som výrazne schudla niekoľko desiatok kilogramov, až keď som si začala vážiť samu seba, svoje telo, všetko, čím som. Vyvíjať úsilie mi stálo za to, pretože to malo pre mňa hodnotu.

Máte radu pre ľudí, ktorí sa chcú vymaniť z toho stereotypného uvažovania o tom, aké telo je v poriadku?

Spôsobov je veľa. Nieкто si nájde knihy, nieкто komunitu ľudí, nieкто úplne inú cestu. V poslednom diele podcastu Sádlo ženy hovoria práve o svojej ceste seba prijatia. Jedna začala tancovať. Zrazu cítila, aké je jej telo skvelé, keď jej dáva pri tanci také potešenie. Iná prijala svoje telo cez sexualitu. Cítila, že je partnerom milované a absolútne prijímané. Pre ďalšiu ženu to môže byť materstvo: jej telo sa stalo nástrojom pre tak kozmickú vec, ako priviesť na svet život. Iná respondentka hovorila o tom, že jej veľmi pomohol rozhovor s rodičmi. Vysvetlila im, aké zraňujúce boli pre ňu ich poznámky o vzhľade jej tela. Ospravedlnili sa jej. Netušili, ako hlboko ju to poznamenalo. Prišlo odpustenie. Ciest je veľa. Každý máme inú. K väčšiemu vnútornému pokoju často nevedie jedna udalosť, ale dlhodobá práca.

Zažívajú aj muži také tlaky na výzor ako ženy?

Po predstavení Sádlo bola vždy diskusia s divákmi. Ženy hovorili o tom, že situácie z môjho predstavenia poznajú a zažívajú, že sa v tom našli. Muži, že

nič také nezažili. Ale na podcast reagovalo aj niekoľko mužov. Že zaň ďakujú a že je škoda, že som v ňom mužom nedala priestor, lebo aj oni cítia tlak. Na ich vzhľad nie je kladený taký dôraz ako na vzhľad žien. To, že zažívajú menší tlak na vzhľad, však neznamená, že zažívajú menší tlak všeobecne. Cítia obrovský tlak na úspešnosť. Na výkon. Na to, že nesmú mať strach, že musia byť statoční. Nesmú dať najavo slabosť. Musia byť sexuálne výkonní, silní. Muži písali aj o tom, že nízky muž má v spoločnosti problém, lebo nenapĺňa ideál siláka, ktorý skolí medveďa.

Pokúšali ste sa niekedy vtesnať do šablón krásy?

Áno. Chcela som byť podobná tým predobrazom. Ale zároveň som sa im nikdy nepodobala. Ideál je však ideálom preto, lebo je nedosiahnuteľný. Nech sa akokoľvek snažíme, nikdy nebudeme spokojní. Vždy budeme mať pocit viny a hanby, že nie sme dosť dobrí.

Kedy ste sa o téme bodyshamingu rozhodli hovoriť verejne?
Pred dvomi rokmi.

A dôvod?

Chcela som zverejniť, čo zažíva citlivý človek prechádzajúci životom v tele, ktoré nie je považované za okej. Čomu musí čeliť a aké deštruktívne následky to môže mať.

Pred spustením podcastu Sádlo ste na Facebooku vyzvali ženy, ktoré majú skúsenosti s bodyshamingom a sú ochotné o nich hovoriť, aby vám napísali. Koľko sa ich ozvalo?

Niekoľko desiatok. Prekvapilo ma to. Myslela som si, že budem musieť prosiť kamarátky, aby mi niečo povedali.

Možno ste dali tým ženám ako jediná priestor na zdieľanie týchto skúseností. Zrejme o nich nehovoria bežne.

To je aj moje vysvetlenie. Dusia v sebe také silné emócie, bolesť, smútok, že aj keď som bola pre ne cudzí človek a vedeli, že to bude zverejnené, stálo im to za to. Okolo tejto témy bolo ticho. Po spustení podcastu sa začali valiť príbehy. Ľudia mi píšu dodnes.

Čo z tých príbehov vám najviac utkvelo v pamäti?

Sú to stovky správ. Vystupujú mi z nich príbehy mužov, lebo ich bolo málo. Naproti tomu príbehy žien sa

dosť opakovali. Všetky prežívame to isté. Pochybnosti, pocity zlyhania. Často to začína ešte v rodine, spustí to malá nevyžiadaná poznámka od blízkeho, na ktorú sa nabalí milión ďalších vecí. Vznikne problém, ktorý si ľudia nesú celý život. Prekvapilo ma aj, koľko ľudí prešlo poruchou príjmu potravy. Myslela som si, že ide o veľmi zriedkavý vážny následok tohto problému, ale z mailov som mala pocit, že je to bežný sprievodný jav pochybností o sebe samej.

Ako reagovali poslucháči na príbehy z podcastu?

Často som dostávala správy, že ženy pri počúvaní mojich respondentiek plakali, lebo mali pocit, že hovoria aj o ich živote. Že vďaka podcastu zisťujú, že v tom nie sú samy. Často písali aj o tom, ako im podcast pomáha zmeniť pohľad na sebahodnotenie alebo komunikovať s deťmi tak, aby im nespôsobili niečo podobné.

Na základe čoho ste vybrali finálne príbehy?

V rozhlase sme sa dohodli, že respondentky budú mať do štyridsať rokov, keďže rádio Wave je pre mladých. So ženami, ktoré sa mi ozvali cez Facebook, som sa postupne stretávala. Tie rozhovory trvali aj hodinu a pol.

Boli náročné? Vychádzali na povrch dlho zadržíavané emócie, slzy?

Často. Tie ženy cítili, že neprichádzam ako reportérka uloviť príbeh, ale že som človek s rovnakou skúsenosťou a vytváram priestor na jej zdieľanie. Boli to veľmi otvorené rozhovory so silnými emóciami.

Mali skutočne všetky vaše respondentky problém s vyššou hmotnosťou?

Zhruba polovica alebo dokonca viac ako polovica vôbec nemá nadváhu. Sú to štíhle „holky“. To, že podľa svojho okolia nevyzerajú správne, je iná vec. Ale vôbec nie sú tučné. V prvom diele rozpráva Jana, ktorá mala ľahkú nadváhu, ale rodičia chceli, aby išla na miss, a chceli, aby schudla. Iná respondentka bola štíhla, ale jej mama pôsobí v šoubiznise a tlačila dcéru k čo najväčšej dokonalosti – až ju dotlačila k bulímii. Iná štíhla dievčina doma počúvala, že začína mať rozkysnuté stehná. Mala som pocit, že príbuzní často takto reagovali na prirodzenú premenu tela dospievajúceho dievčaťa.



Prečo sa teda podcast volá Sádlo?

Ten názov je trochu zavádzajúci, ale vystihuje, o čom to celé je. Ženy majú pocit, že majú priveľa sadla. Či je to objektívne, alebo subjektívne, je vedľajšie. To sadlo symbolizuje nenávisť k sebe samému. Po spustení podcastu som zažila „shitstorm“. Veľa ľudí nahnevane komentovalo, že moje respondentky namiesto toho, aby nežrali, fňukajú, akí sú na ne ľudia zlí. No je medzi nimi napríklad vrcholová športovkyňa s medailou z olympiády, ktorej tréner hovoril, že je tučná. Alebo žena, ktorá nikdy nebola tučná, len chcela schudnúť po deťoch a rozbehli sa jej epizódy prejedania sa s epizódami šialeného cvičenia. Mala úplne atletickú postavu a do toho bola schopná zjesť

na posedenie bochník chleba a desať nanukov. Sádlo nie je o prejedaní, ale o tlaku na vzhľad žien. Že tie ženy nie sú dostatočne krásne pre seba a pre svoje okolie, že sklamali svojich blízkych. Spoločným menovateľom príbehov sú pochybnosti o vlastnej hodnote a hľadanie seba prijatia.

Máte pocit, že im rozhovor pre podcast pomohol? Že našli svoju cestu k seba prijatiu?

Na jeseň plánujeme stretnutie respondentiek. Som zvedavá, čo mi povedia. Podcast má viac ako dvestotisíc stiahnutí. Je to jeden z najpočúvanejších projektov rádia Wave. Asi nikto nečakal taký obrovský zásah a len to dokazuje, ako v spoločnosti chýbala dis-

Ridina Ahmedová

Česká speváčka, hudobníčka a performerka, mama troch detí, majiteľka kocúra, milovníčka farebného oblečenia, kaviarní a prechádzok krajinou. Má slabosť na výzvy každého druhu, obzvlášť tie, ktoré človeka trochu ľakajú.

kusia na túto tému. Hoci respondentky vystupovali anonymne, niektoré ľudia z ich okolia spoznali podľa hlasu. Viem, že nie pre všetky to bolo ľahké. Ale viem, že niektoré si za tým úplne stoja a sú rady, že do toho šli. Verím, že každú to nejako posunulo. Že má zmysel otvárať boľavé témy.

A vy ste rada že ste do toho šli?

Veľmi rada. Ak mi človek dovoľí zdieľať anonymne jeho reakciu na podcast, preposielam ju respondentkám. Aby videli, že druhým ľuďom menia život. Že okrem diskomfortu, ktorý pri vyrozprávaní svojho príbehu zažili, sú obrovskou oporou pre ostatných. Okrem hejtu, opovrhnutia, výsmechu a reakcií, že sa týmto chcem len zviditeľniť alebo že mám na rukách krv, lebo podporujem obezitu, vidím aj to, koľkým ľuďom otvorenie tejto témy pomáha. Som vďačná, že som pri tom mohla byť. Je to pre mňa životný zážitok, aký sa už nemusí opakovať.

Budete sa tejto téme ďalej venovať?

Rozbehli sme projekt Moje telo je moje. Prostredníctvom neho chceme držať túto tému prítomnú vo verejnej diskusii. Plánujeme streamy, workshopy na školách, výstavu portrétov ľudí, ktorí prešli procesom seba prijatia, lebo ich telo je neštandardné. Od novembra, ak to pandemická situácia dovoľí, by sme mali opäť hrať predstavenie Sádlo. Ale ja sa nevnímam ako aktivistka. Zhodou náhod som bola do aktivizmu vystrelená. Je to zaujímavá skúsenosť, ale chcem zostať pri umeleckej práci – hudbe a divadle. Plánujem však pokračovať v dokumentárnych podcastoch. To je moja cesta.



Alenku čaká nový boj. Verí, že k doktorovi prišla včas a náročnú liečbu zvládne.

Bojovníčky



Lucia Bucheňová



Alan Hyža

Doma vonia čerstvá bublanina, na gauči sa so smiechom doberajú Saška s Miškou, vo vedľajšej izbe sa sedemnásťročná Alenka chystá na brigádu, po izbe sa kráľovsky motá kocúr Murko – orientálna mačka.

Navonok idylka. Lenže pohľad na mamu Alenku hovorí za všetko. Dobré veru nie je. Príbeh o jej prostrednej dcére Saške sme uverejnili vlani. Dievčatku tesne pred desiatymi narodeninami diagnostikovali zhubný nález na stehennej kosti. Prakticky zo dňa na deň sa presťahovali na onkológiu, začali tieť chemoterapie a všetko sa pripravovalo na veľký zákrok, pri ktorom hrozila amputácia nožičky. Mama si zhlboka vydýchla, keď jej po šesťhodinovom zákroku vrátili dievčatko s oboma nohami. Napokon stačilo vybrať „len“ chytenú kosť a nahradiť ju endoprotézou. Vybrali jej 23 centimetrov stehennej kosti s jabĺčkom a vrchným kĺbom píšaly.

Začali bolestivé rehabilitácie a popritom pokračovala nepríjemná onkologická liečba, ktorú Saška nezvládala dobre. Nejedla, plakala, bála sa. „Bolo to šialené, potom prišla korona, rehabilitácie sa pozastavili, titán v nohe sa nechytal. Je júl 2021 a moja Saška nechodí. Nevystrie nohu, čo-to prejde len s dvomi barlami. V septembri ide znova pod nôž, vytvorili sa tam zrasty.“

Saška mi ukazuje dlhú jazvu na nohe, predvedie svoju chôdzu. S barlami to ide ťažko a bez nich vôbec. Na jednej nohe preskacká meter-dva a unavená padne na zem. Teší sa však, že je doma. Vrátila sa medzi spolužiakov, aj keď na vozíčku. Verí, že je to len dočasné a strach z opätovnej narkózy v septembri prebýja tá úžasná predstava, že naozaj príde deň a ona pôjde po vlastných. Z niekdajšej dlhovlasej plavovlásky je dnes čiernovlasý nezbedník. „Strašne sa teším, že mám vlasy,“ podotkne veselo a odfúkne si neposedné kučery z čela.

Už viac než dva roky si žijú v absolútnom babinci. Nevieme, kde je úplná pravda, faktom však je, že po neuveriteľných trinástich rokoch od spoluúčasti na krádeži odsúdili otca Martina na osem rokov nepodmienečne. Medializovaný prípad skončil čiastočnou milosťou prezidentky, ktorá trest skrátila na štyri a pol roka. Baby sú nadšené, že oco už funguje na otvorenom oddelení v Bratislave. „Každú nedeľu za ním chodíme na návštevu, aj včera sme boli, síce sme vstávali skoro, aby sme tam už o pol ôsmej boli, ale to nevaďí,“ hovorí Saška, ktorá síce nemôže do basy priniesť nič, „ale môžeme sa hladkať, dáme si pusku, štekli sme sa.“

Mama Alena dopľňa: „Stále nemáme so Saškou vyhraté, hoci sa snažím na to nemyslieť. Vieš, koľko detí z onkológie už za ten čas odišlo na večnosť? A koľké sa tam vracajú, lebo majú recidívu? Tak strašne sa bojím,“ a kotúľajú sa jej slzy ako hrachy. „Keď Sašenke skončila liečba a keď mi na jar Martin zavolať, že ho presúvajú na to otvorené oddelenie a že okrem návštev čoskoro dostane

dvanásťhodinovú vychádzku, že možno neskôr dostane opušťák aj na 48 hodín, že napríklad možno aj na Vianoce budeme pohromade, myslela som si, že všetko sa konečne na dobré obracia.“

Táto útla žena však dostala ďalšiu ranu pod pás. Pred pár mesiacmi si nahmatala hrčku na prsníku. Pri každom sprchovaní šmátrala po tele viac a viac a nemizlo to, naopak, stále bolelo. Odhodlala sa k lekárovi, po mesiaci ju objednali na mamografiu, bolestivo odobrali vzorku a prišlo nekonečné čakanie na výsledok histológie.

A ja popijam kávu a ponúkam sa výbornou bublaninou od ženy, ktorá už pár dní vie ortieľ. Nádor na prsníku je zhubný. Dcéry mamku objímu a dostáva od nich tie najsladšie pusy na svete. Najstaršia dcéra Ala však bojovne povie: „Musíme myslieť pozitívne, psychika je polovica liečby. Mami, neplač, všetko zvládneme, vyhrala to Saška, ty to dáš určite. Iné si nepripúšťam.“

Keby Alenka nemala deti, zloží sa úplne. „Bojím sa, či budem vladať. So Saškou musíme chodiť dvakrát do týždňa na rehabilitácie, v septembri ide na operáciu. Moji rodičia sú vyčerpaní, otec navyše po úraze.“ O týždeň ide k onkológickej prebrať ďalší postup. Čo najskôr treba naplánovať operáciu, vybrať nádor a naordinovať liečbu.

Štyri baby žijú skromne – jediným príjmom je Alenkin opatrovateľský na Sašku, rodinné prídavky, dvadsať eur ošatné pre Sašku a obrovskou pomocou je každomesačný príspevok od Dobrého anjela okolo 120 eur. Už teraz sa treba pripraviť na zimu, Alenka zháňa čo najlacnejšie drevo, z toho mála, čo má, odkladá po desiatich eurách... Najstaršia dcéra chodí na brigádu, chce prispieť do rodinného rozpočtu. Skúsme im pomôcť aj my. Alenka, veľa síl!

Časopis NOTA BENE poskytuje priestor OZ Medzi nami, aby pomohlo sociálne slabším rodinám a rodinám s postihnutým členom. Ide o ľudí, ktorí sa nie vlastnou vinou ocitli v ťažkej situácii. Možno sa nájde niekto, koho príbeh mamy Alenky osloví. Aj váš príspevok sa použije predovšetkým na drevo na zimu a na živobytie. Ďakujeme!
Číslo účtu: 4 040 218 205/3100 (Primabanka).
IBAN: SK85 3100 0000 0040 4021 8205,
SWIFT: LUBA SKBX. Pripíšte poznámku – Alena.
Kontakt na OZ medzi nami: 0905 910 827 alebo 0905 240 389 (medzinami@zoznam.sk).

Uverejňované príbehy nie sú príbehmi predajcov NOTA BENE a prípadné otázky, prosím, adresujte OZ Medzi nami.

autor: Pavol Surovec	spolok, združenie	Chaplinova manželka	1. časť tajničky	Pomôcky: KATONA, SANTA, SNOV, KOA	obidvaja	herecká úloha	predpona (vino)	citoslovce smiechu		planétka	naša mena	2. časť tajničky	jedovatý ihličnan	Asociácia tenisových trénerov
riečka v južnej Afrike				listnatý strom i plod					odštiepená náboženská skupina					
klamstvo				pestúnka (zast.)					hlbková kontrola					
				vojak (maď.)					spôsob únavu					
strácalo sa, utekalo								nepokoj (angl.)						
								tropický jašter						
rozprávkový princ							mužské meno						navija	oznámil úradom
							kananejská boh. úrody							
	priesvitný náter	zn. elektro- spotrebičov				atol v Polynézii				austrálsky pštros				
		neprijemný bodavý hmyz				svoja (čes.)				plť (čes.)				
číselná lotéria					mesto v Bielorusku					vstup				
					alebo (angl.)					zn. Pascalu				
odstraňoval stavbu									hold					
priatelia									vymedzené uzemie					

NOTA BENE

8 2021

Nástenka

Nešťastný človek je ten, ktorý robí prácu, ktorá sa mu nepáči [...]. Americký spisovateľ Irving Stone (1903-1989)

Vylúštenie z minulého čísla:

Veľkou skúškou našej rozvahy je zachovať si múdrosť [i vo chvíľach blúznenia]. Baltasar Gracián španielsky Jezuita, prozaik a filozof 1601 – 1658

42

SUDOKU

GRIDDLERS.NET

	8	7	3			6				4	
						3			8	5	2
2			5			8				3	
		9			3		6				8
	6	5	2						7		3
					7	2	9				4
5	2	9						4			
				5		2	9	7	6		
7			1	8		4					

		1				8					
					7		5	3			
		4						9	2		
					9		1		4		
4											2
5						3			6		
8	9										
			7					4			1
			4	3	6						

Kódex predajcu

- Predajca nosí preukaz so svojím registračným číslom a fotografiou pri predaji na viditeľnom mieste.
- Predajca predáva časopisy označené číslom zhodným s registračným číslom uvedeným na preukaze.
- Predajca predáva časopisy na určenom predajnom mieste uvedenom na jeho preukaze.
- Predajca predáva časopisy za oficiálnu cenu uvedenú na titulnej strane časopisu.
- Predajca predáva časopisy spôsobom, ktorý neobťažuje okoloidúcich (je triezvy, čistý, upravený, slušný).
- Predajca sa zdržuje na predajnom mieste bez detí do 16 rokov.
- Predajca aktívne pracuje na zlepšení svojej sociálnej situácie a riadi sa pokynmi sociálneho pracovníka.
- Predajca v Bratislave je povinný nosiť aj oficiálnu vestu s logom NOTA BENE. Začiatočník vestu nemá, iba špeciálny preukaz platný v daný mesiac.

Kódex kupujúceho

zostavil predajca NOTA BENE Peter Patrónsky

- Preverte si preukaz predajcu, na ktorom je uvedené registračné číslo, fotka.
- Kupujte časopisy označené číslom zhodným s registračným číslom uvedenom na preukaze predajcu.
- Predajcu si starostlivo vyberte.
- Neplaťte viac, ako je uvedené na časopise, pokiaľ sa tak sami nerozhodnete.
- Zoberte si svoj zaplatený časopis.
- Časopis po prečítaní darujte alebo znehodnoťte tak, aby sa nedal znova predat.



NOTA BENE

- Pouličný časopis NOTA BENE začal vychádzať v septembri 2001. Vydáva ho občianske združenie Proti prúdu ako svoj hlavný projekt na pomoc ľuďom, ktorí sa ocitli bez domova alebo im hrozí strata ubytovania z finančných dôvodov. Cieľom je aktivizovať ľudí bez domova, pomôcť im získať sebaúctu, dôstojný príjem, pracovné návyky a sociálne kontakty. Ulohou NOTA BENE je tiež kampaň na pomoc ľuďom bez domova.
- Predajca časopisu musí byť registrovaný v OZ Proti prúdu alebo partnerskej organizácii mimo Bratislavy. Pri registrácii dostane 3 kusy časopisov zdarma, všetky ostatné si kupuje za 1,20 € a predáva za plnú sumu 2,40 €. Je povinný nosiť preukaz, v Bratislave aj oficiálnu vestu a dodržiavať kódex predajcu (pozri str. 42). Ak zistíte, že niektorý predajca porušuje pravidlá, prosím informujte nás alebo partnerskú organizáciu.
- OZ Proti prúdu v rámci integračného projektu NOTA BENE poskytuje predajcom ďalšie služby: základné a špecializované sociálne poradenstvo, pomoc pri uplatňovaní práv a právom chránených záujmov, podporu streetworkera na predajnom mieste, právne poradenstvo partnerskej advokátskej kancelárie, tréningy, skupinové stretnutia a workshopy, prístup do kupónového motivačného sociálneho obchodu, prispevky na

lieky, internet, PC a telefón zadarmo pre vybavovanie práce, bývania a úradných záležitostí,úschovu peňazí a úradných listín a možnosť využívať korešpondenčnú adresu o. z. na zasielanie osobnej pošty.

- OZ Proti prúdu od roku 2001 realizuje pilotné projekty v oblasti riešenia bezdomovectva, iniciuje systematické a legislatívne zmeny na národnej úrovni, vydáva knihy z pera ľudí bez domova, organizuje odborné konferencie a vydáva odborné publikácie. Je členom siete pouličných časopisov INSP, organizácie FEANTSA a Slovenskej siete proti chudobe. Viac na www.notabene.sk.

<p>Manažment Proti prúdu: riaditeľka Zuzana Pohánková, 0917 275 812. Štatutárne zástupkyne: Zuzana Pohánková, Sandra Pazman Tordová. Program NOTA BENE: šéfredaktorka Sandra Pazman Tordová - 0905 143 651. Sociálni pracovníci: Peter Kadlečík - 0907 733 388, Barbora Sekelská - 0905 440 878, Belinda Fulierová - 0911 654 411, Zuzana Olšinová, Erik Kapsdorfer, Peter Kováč, poradcovia@notabene.sk. Ekonomické oddelenie: Boris Fandák - 0911 209 559. Administratíva: Alena Hanáková - 0905 956 231, Zuzana Butkovská - 0905 952 471. PR, fundraising: Tomáš Dobrovič - 0915 779 746 Personálne oddelenie: Hana Hochel - 0905 440 764. Program BÝVANIE: Ivan Lorenc - 0905 376 109, Barbora Žiaranová - 0905 595 520, Rebeka Káploczká - 0908 268 034. Program ADVOKÁCIA: Nina Beňová - 0908 434 826. Grafické spracovanie časopisu: Pavol Čejka. Jazyková korektúra: Miroslava K. Valová. Tlač: Polygrafické centrum s.r.o. Emaily: meno.priezvisko@notabene.sk.</p>	<p>Mesačník NOTA BENE, 21. ročník, 8/2021. Vydavateľ: OZ Proti prúdu, Karpatská 10, 811 01 Bratislava, 02/5262 5962, www.notabene.sk. IČO: 360 68 781, IČ DPH: SK2021585731, číslo účtu: 266 34 750 14/ 1100 Tatrabanka, IBAN: SK 21 1100 0000 0026 6347 5014, BIC (SWIFT): TATRSKBX. Registrácia na MV SR dňa 20. 3. 2001, číslo spisu: VVS/1-900/90-17945, na MK SR pod číslom EV 3665/09 ISS N 1335-9169.</p>
---	--

Organizácie zabezpečujúce realizáciu integračného projektu NOTA BENE na Slovensku:

BRATISLAVA (od roku 2001): O. z. Proti prúdu, vydavateľ NOTA BENE, Karpatská 10, 811 01 Bratislava, 02/5262 5962, poradcovia@notabene.sk, www.notabene.sk, **BANSKÁ BYSTRICA** (2003): Sociálno-charitatívne centrum Ivana Šedibu, prevádzkovateľ: Územný spolok SČK, Pod Urpínom 6, 974 01 Banská Bystrica, Kleniarová Hana, 0907 403 123, socialne.redcross@gmail.com, **BARDEJOV** (2017): Centrum sociálnych služieb, Toplianska 9A, 085 01 Bardejov, Mgr. Martin Jutka, 0901 713 903, jutka.martin@gmail.com **ČADCA** (2006): Dom charity sv. Gianny, prevádzkovateľ: DCH Žilina, Kukučínová 4, 022 01 Čadca, Katarína Melicháčová, 0918 874 839, 041/432 40 88, dchgianna.ca@gmail.com, **HLOHOVEC** (2009): O. z. Pokoj a dobro, Pribinova 51, 900 28 Hlohovec, Pavol Šoka, 033/742 3827, viera.vavrova@d2u.sk, **HOLÍČ** (2009): Azylový dom EMAUZY, prevádzkovateľ: N. o. Krížovatky, Holíč, Michal Sedláček, 034 668 3110, michal.sedlacek@gmail.com, emauzy@stonline.sk, **KOŠICE** (2003): Charitný dom sv. Alžbety, prevádzkovateľ: ADCH Košice, Bosáková ul. Košice, Marek Lengyel, 0910 842 182, notabene.kosice@gmail.com, **LEVICE** (2005): O. z. Miesto v dome, Kpt. Nálepku 125, 934 01 Levice, Mgr. Ľubica Prištiaková, 036/622 15 86, mvd@miestovdome.sk, **LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ** (2010): Mestský úrad Liptovský Mikuláš, Štúrova 1989/41, 031 42 Liptovský Mikuláš, Mgr. Veronika Bániková, 044 556 5324, veronika.banikova@mikulas.sk, **MALACKY** (2006): Azylové centrum Betánia, prevádzkovateľ: N. o. Krížovatky, Ľudovíta Fullu 16, 901 01 Malacky, Viera Hujíková, 034 772 2457, centrumbetania@gmail.com, www.krizovatky.eu, **NITRA** (2003): Dom charity sv. Rafaela, prevádzkovateľ: DCH Nitra, Samova 4, 950 50 Nitra, Andrea Rončková, 0907 451 771, 037 772 1792, rafael.charita@gmail.com, www.charitanitra.sk, **PIEŠŤANY** (2005): ZSS Domum, Bodona 55, 921 01 Piešťany, Eva Papšová, 0915 400 577, 033/ 772 7687, domum@piestany.sk, **POPRAD** (2005): ZSS, prevádzkovateľ: O. z. Korene v spolupráci s MsÚ Poprad, Levočská 51, 058 01 Poprad, Marcela Michalková, 0910 890 488, 052/772 4209, socialne@msupoprad.sk, **PREŠOV** (2017): O. z. SOCIÁLNY PREŠOV, Sibírska 19, 080 01 Prešov, Mgr. Peter Németh, 0905740096, pietro@spire.sk **SVIDNÍK** (2016): Spoločnosť priateľov detí, mládeže a rodín Svidník, Dlhá 505/9, 089 01 Svidník, Mgr. Marek Fek, 0917 673 107, 0907 405 632, fekmarek@azet.sk, **TRENČÍN** (2016): ISKRA Trenčín, Dolný Šianec 1, 911 01 Trenčín, Pavol Juríček, 0948 343 163, pavol.juricek123@gmail.com **TRNAVA** (2006): ADCH Trnava, Hlavná 43, 917 01 Trnava, Soňa Pobiecka, 0948 091 011, maria.fabikova@charitatt.sk, sona.pobiecka@charitatt.sk, **VRANOV NAD TOPLOU** (2009): Charitný dom pre mládež, prevádzkovateľ ADCH Košice, Lúčna 812, 093 01 Vranov nad Topľou, 0904 981 536, 057/443 1578, chdm.vranov@charita-ke.sk, **ŽILINA** (2003): Dom charity sv. Vincenta, Bratislavská 423/27, 010 01 Žilina, Mgr. Gabriela Huliaková, 0918 314 197, 041/724 4795, dchvincent.za@gmail.com

NOVÁ KNIHA **NOTABENE**

14 príbehov inšpiratívnych
osobností zo Slovenska



Ukážme deťom,
že si môžu vybrať,
čím chcú byť

**KUPUJTE U PREDAJCOV
NOTA BENE**



Projekt podporili

CURAPROX

**Folk
Milk**

Wings^{4U}