



Environmentální akce, reporty, přírodovědná pozorování, ekoporadenské tipy, botanika, zoologie, úvahy, recenze, recepty, tipy na odbornou literaturu i beletrii, zdravý životní styl, náměty na tvořivé činnosti, poezie...

Ekoporadna při Šmidingerově knihovně
Pobočka Šmidingerovy knihovny Za Parkem
Základní organizace ČSOP Strakonice

Vážení čtenáři,

využiji toho, že úvodník si nechávám až na samotný závěr tvorby každého čísla, a podělím se s vámi o zásadní a jednoznačně pozitivní informaci. Doslova před několika málo hodinami skončilo ostře sledované jednání sněmovny o senátním návrhu zákona o NP Šumava. S velkou úlevou můžeme říci, že náš největší národní park je (alespoň protentokrát) zachráněn před útokem chtivých politiků a podnikatelů. Většina poslanců víceméně likvidační zákon odmítla v prvním čtení. Tématu, které se k nám dostalo dlouho po uzávěrce (jednání probíhalo 29. října), se budeme určitě podrobněji věnovat v příštím čísle. Prozatím si můžete přečíst krátkou zprávu organizace, která se největší měrou (kromě samotných politiků) zasloužila o tento úspěch (viz [zde](#)).



Foto -jj-

o něco málo průhlednější než ta celostátní, a tak bylo i velmi zajímavé pozorovat některé fenomény a souvislosti předvolebních kolotočů, voleb a povolebních vyjednávání. Politická kultura těchto událostí výstižně nastavuje zrcadlo samotným občanům - voličům.

Nechť se úspěchy stanou inspirací a chyby poučením.

Váš Kompost. -jj-

Po těžkých bojích je také na komunální úrovni. Na mnoha místech (včetně Strakonice) vyústily volby do zastupitelstev v poměrně velké změny. Sláva vítězům, čest poraženým. Doufejme, že komunální politika bude sloužit zejména samotným občanům, bude konstruktivní v řešení konkrétních problémů a nebude nástrojem k vyřizování účtů z minulosti. Politika na úrovni obcí je přece jen

Z obsahu tohoto čísla:

První Veget Fest sklídl velký úspěch	2
DVT Plzeň = hejblátka, lektvary.....	2
Setkání při příležitosti výročí.....	3
„Strakonice - ekologické?“.....	3
Praha – bahnem při řece Vltavě.....	4
Ambroň západní.....	5
Veget na pokračování – 33. díl.....	6
Letničky z přímého výsevu.....	7
Potkan blízko nás.....	8
Večer s dokumentem - 9. díl.....	8
Jihočeské dny s Krascem 2014.....	9
Blatenský rodák Jan Hála.....	12
Amazonie z pohledu vědce.....	13
Ten den hvězdy padaly.....	13
Rybník Malduchy u Chrástovic.....	15
Jedlý Kompost - houby, řepa.....	15



Ohlédnutí

První Veget Fest sklidil velký úspěch

Nebudu si hrát na hrdinu - když jsem před pár měsíci s několika známými začal rozvíjet myšlenku na uspořádání festivalu, jehož hlavní náplní by mělo být vegetariánství, zdravá výživa a práva zvířat, běželo mi hlavou, jestli to není moc troufalý nápad. Jak jsou tato témata přijímána společností, k tomu má člověk subjektivním pohledem zatížené informace. Takže až do startu akce v 15 hodin první říjnové soboty jsem pociťoval silnou nervozitu. Hlavně ve spojitosti s velkým množstvím nejrozličnějších pochutin, které připravovalo několik amatérských kuchařů a kuchařek. Akce podobného charakteru jsou nevyzpytatelné, zvláště když se objeví poprvé. Nikdo z nás si netroufal odhadovat, jak velká bude účast. O to větší bylo naše překvapení, když se krátce po startu akce začal plácek pod gloriem v Rennerových sadech plnit davy návštěvníků a dvě Terezy z hlavního občerstvovacího stánku přestávaly stíhat (některé recepty na představené dobroty naleznete v rubrice Jedlý Kompost na str. 16). Ve čtvrt na čtyři se chumel lidí přesunul o kus dále k dřevěnému „přírodnímu“ stolu, u kterého se odehrávalo velmi povedené zeleninové divadlo Locika z dílny CEGV Cassiopeia. Nejmenší návštěvníci pak mohli pokračovat v zábavě u tvořivé dílničky, zatímco se rodiče zaposlouchali do tónů strakonického folkového uskupení Piánko. V 17 hodin jsem vystoupil s přednáškou nazvanou „Vegetariánství - 10 mýtů“, ve které jsem se pokusil shrnout nejčastější polopravdy a argumentační okruhy diskutujících protistran. Přednášku jsem zakončil promítnutím vystihujícího desetiminutového projevu Phillipa Wollena z debaty „Proč by zvířata měla zmizet z našich jídelniček“ (video ke zhlédnutí [zde](#)). Promítání pak pokračovalo dvěma dokumenty (Film o Jill a Království míru), pojednávajících o aktivismu za práva zvířat. Program byl okolo osmé zakončen vystoupením partičky Teknical Hard Cirkus a jejich ohňové show. V průběhu celého festivalu měli přítomní možnost obejít celkem osm tematických stánků. U třech z nich mohli získat cenné informace a materiály k tématu festivalu (představila se Ekoporadna při ŠK, ZO ČSOP Strakonice a pražské o.s. OtevřiOči). Surovin pro přípravu domácích chuťovek se prodávaly u dvou stánků strakonických obchodů zdravé výživy. Stánek Šmidingerovy knihovny nabízel k nahlédnutí tematické knihy (vegetariánské kuchařky a knihy o právech zvířat z fondu ŠK). Zbývající dva stánky okupovalo již zmíněné občerstvení a workshopy pro děti.



Foto Ivana Bůbalová

V průběhu odpoledne se hory připraveného jídla výrazně zmenšily a s koncem festivalu zmizely úplně.

To byl pro nás jeden z hlavních ukazatelů úspěchu. Tím nejviditelnějším však byla velmi silná účast, která předčila všechna naše očekávání. Těžko odhadnout číslem, ale několik stovek lidí si do parku určitě cestu našlo. Festival byl uspořádán na zkoušku, ale již teď tušíme, že by byla škoda myšlenku opustit. Naopak se ji pokusíme rozvinout a příští rok přijít s dalšími novinkami. Jsem rád, že se nám podařilo zaplnit další chybějící místo v poptávce po rozmanité strakonické kultuře. Trochu jsme se obávali, že festival s takto vyhraněnou náplní by mohl pro širokou veřejnost vyznívat jako prostor k setkávání pouze příznivců těchto směrů. To se však naštěstí nepotvrdilo. Chtěl bych touto cestou poděkovat všem návštěvníkům a také lidem, kteří se jakkoli podíleli na organizaci. Fotky z akce si můžete prohlédnout [zde](#) nebo [zde](#). Reportáž strakonické televize pak [zde](#) a povzbuzující článek [zde](#). -ji-

DVT Plzeň = hejblátka, lektvary, mikroskopy, dalekohledy...

... a ještě také modely (nejen strojů, ale i lidského těla a vůbec všeho možného), měřicí zařízení (na to, jaký podáte výkon na rotopedu... jak rovnoměrně, nebo naopak chybně zatěžujete páteř... jak se dokážete soustředit a pak zase odpoutat a meditovat... a v jiném stánku informace o měření vzdálenosti Měsíce od Země pomocí odrazu laserového paprsku... jinde zase zaznamenání rozměrů mikroskopických objektů... atd.) a ještě invalidní vozíky a jiné dopravní prostředky (které můžete vyzkoušet), netradiční hudební nástroje, tvořivé dílny, hračky, test na zjištění manažerských schopností, atd. atd. atd. Asi jsem se neměla do toho vyjmenovávání pouštět, protože jsem toho spoustu vynechala, a přitom všechno je to zajímavé bez jakéhokoliv srovnávání. A tak je nespravedlivé zmínit se jen o tom, co se mi z tradičních „Dnů vědy a techniky“ vybavuje ve chvíli, kdy na ně vzpomínám. A snažím se podat zprávu o naší letošní společné výpravě do

plzeňských ulic a na náměstí Republiky, kde stejně jako v minulých letech jsme si mohli s MOPíky, jejich rodiči a s dalšími účastníky pohrát a přiučit se při tom něco z fyziky, chemie, biologie a dalších oborů. Tentokrát nás bylo patnáct (z toho osm dětí). Fotografie, které přibližují atmosféru DVT a zároveň i spoustu detailů z jednotlivých stánků, najdete [zde](#).

Heslo „Škola hrou“ jsme si vzali za své i my v našem mopíkovském kroužku, a tak není divu, že DVT je akce pro nás jako stvořená. A nejen pro nás – to pokaždé sami vidíme, kolik spokojených návštěvníků se kolem stánků rojí a jak rychle všem ubíhá čas, takže ještě před koncem je všude plno, a stejně se nedá všechno stihnout. Naštěstí se hodně ukázek opakuje, a



Foto Kateřina Lipertová

tak příští rok se dá pokračovat vesele dál. Novinky také zatím nikdy nechyběly. Letos to byl například jiný typ mikroskopu, než na jaké jsme byli dosud zvyklí. Nebo třeba kostka ve velikosti Rubikovy, s níž se dají hrát různé elektronické hry. Jedna z nich se jmenuje Kvapník: na horní straně se rozsvítí barevný bod, začne utíkat směrem dolů a vaším úkolem je otáčet kostkou tak rychle, aby byl tento bod pořád nahoře. Samozřejmě vás při tom mate neustálým kličkováním, signalizuje chyby, ale pokračuje ve hře a vy také, až se ozve hlášení o výsledku. Koho neodradí nízké skóre a zkusí to znovu, vypracuje se po chvíli k vylepšení a nejradši by to zkoušel pořád dokola, jenže to by se ošidil o jiné atrakce, a tak poděkujete a jdete dál. Starají se o vás studenti, ochotně všechno vysvětlují a předvádějí, ale hlavně vás zvou ke spoluúčasti.

Mezi vysokoškoláky můžete ve stáncích na DVT potkat i gymnazisty a vidět, že si nepočínají oproti těm dospělejším o nic hůře. Přesvědčit se můžete například na www.youtube.com,

zadáte-li jméno paní Kateřiny Lipertové – jedné z vyučujících na plzeňském Církevním gymnáziu. Objevíte plno nejruznějších ukázek, jednu lepší než druhou. Zvlášť zajímavé je stavění tzv. Leonardova mostu (viz [zde](#)). Loni jsme si s MOPíky na DVT vyzkoušeli, že vzniklá klenba opravdu unese i těžká břemena, konkrétně nás, když jsme se po ní prošli. Obdivovali jsme, jak to Leonardo da Vinci dobře vymyslel a jak přínosná je práce paní učitelky, která nezapomíná na spojení teorie s praxí a na vtažení všech žáků do děje. Je to radost, když na DVT nebo na internetových ukázkách vidíte jejich nápaditost a elán (navíc jsou jejich výrobky krásné i po výtvarné stránce - viz např. [zde](#)). **-ah-**

Setkání při příležitosti výročí založení ČSOP

Už v minulém čísle byli čtenáři Kompostu informováni o 35. výročí vzniku ČSOP. Z pražského ústředí této organizace přijel pan Jan Moravec, aby získal na základě vzpomínek, fotografií a záznamů informace o začátcích ochránářského hnutí na Strakonicku od člověka, který měl na jejím založení a vedení nevýznamnější podíl. Tím je Ing. Miroslav Treybal. Setkání, které se konalo 15. 10. 2014 v naší klubovně na hradě, se dále zúčastnila p. Zdeňka Skalická, která pracovala dlouhá léta v ZO ČSOP Gymnázium Strakonice i v okresním výboru ČSOP. Z Prahy s p. Moravcem přijela p. Zdeňka Nezmeškalová, která se zajímá o záchranné stanice hendikepovaných živočichů. V tento den zavítali také do Makova a Hrachova, místa, která už jsme také s našimi ochránáři navštívili. **Zdeňka Skalická**

„Strakonice - ekologické?“

Na tuto prapodivnou otázku jsme se snažili nalézt odpověď na první besedě nové sezóny cyklu Zelené otazníky. Naše pozvání ochotně přijal vedoucí Odboru životního prostředí strakonické radnice Ing. Jaroslav Brůžek. Téma bylo natolik široké, že jsme byli všichni zvědaví, jak bude beseda pojata. Základní myšlenka byla probrat nejdůležitější úspěchy, ale i neúspěchy posledních let v oblasti ochrany strakonického životního prostředí a pokusit se shrnout plány, vize a směr, kterým by se Strakonice mohly nebo měly v letech budoucích na tomto poli ubírat. Beseda nebyla rozdělena do dvou částí - na přednášku a diskuzi - jak tomu bývá mnohokrát zvykem, ale obě části se rovnoměrně prolínaly, což vždy považuji za lepší variantu. Není divu, že z plánované hodiny a půl se nakonec vyklubal čas dvojnásobný, který navíc utekl velmi rychle. Strakoňákům byla většina probíraných témat velmi blízká, a tak se živě zapojovali se svými poznatky a názory. Tematické okruhy ne nepodobné konkrétním úsekům Odboru životního prostředí strakonické radnice byly probrány z teoretického pohledu i z pohledu konkrétních kauz - ať už s pozitivním, nebo negativním výsledkem. A nebyly to vždy záležitosti mediálně propírané. U okruhu „půda“ byla řeč o nutnosti oživení a znovuoživení městského centra a zbrždění rozrůstání chapadel satelitů za jeho hranice právě do oblastí kvalitní zemědělské půdy. V souvislosti se špatnou kvalitou půd byla připomenuta kauza splachů ornice v ul. Pohraniční stráže a ostatních lokalitách. V oblasti ochrany zvířat byla zmíněna mezi městy vynikající úroveň psího útulku a také narůstající počet nahlášených případů týrání zvířat. Strakonická radnice se kontinuálně věnuje i ochraně krajinového rázu, kde byly některé bitvy úspěšné, některé už méně. Velké úspěchy zázna-

menávají Strakonice i v oblasti ekologické výchovy, což potvrzuje řada významných ocenění. Na úseku lesnictví se úředníci nejvíce potýkají se zneužíváním nedokonalosti legislativního aparátu, týkajícího se zalesňování pozemků po těžbě a černých těžeb. Stálým problémem, nejen v lesích, jsou pak černé skládky. Navazující problematice kácení dřevin rostoucích ve městě už bylo na stránkách našeho časopisu věnováno poměrně dost prostoru. Úřednický aparát v této oblasti funguje ve Strakonických dobře a zodpovědně. Vznikající nesrovnalosti jsou tak ve většině případů většinou otázkou mentality a svědomí samotných občanů. To bylo výborně parafrázováno panem Brůžkem jeho osobní zkušeností od německých kolegů. Ti prý vůbec nedokázali pochopit, jak může být u nás běžným důvodem pro podání žádosti ke kácení stromu padání listů nebo jeho stínění. Na besedě k připomenutí zaznělo i několik bodů „vybojovaných“ společnými silami v rámci minulých Fórum zdravého města (vyhlášení VKP v pískovně V Holí, zahájení jednání o lokalitě Stará řeka, výstavba kompostárny nebo překladiště odpadů). Velmi dynamickým odvětvím je okrasná výsadba, kterou mají všichni možnost posoudit při svých toulkách městem. V posledních několika málo letech se postupně upouští od ornamentálních výsadeb, které jsou

vhodné jenom pro některé lokality, a testují se trendy zcela nové (letničky z přímého výsevu - Strakonická louka, trvalkové výsadby „Tanec trav“ nebo zakomponování okrasných druhů zeleniny). V tomto a dalších tématech se stávají Strakonice pojmem i mimo hranice republiky díky konaným konferencím, které mají velký potenciál do budoucna a mohly by se věnovat i oblastem, které jsou ve Strakonických běžnou praxí, ale v ostatních městech příliš nefungují (např. zapěstovávání náhradních výsadeb apod.). U tématu odpadů jsme hodně hovořili o systému třídění, svozu a prodeje druhotných surovin. Poslední část besedy byla věnována úsekům ovzduší a vodního hospodářství. Zde byla nejviditelnější stavba nových objektů a provozů na úpravu vody.

Samozřejmě že ani na odboru životního prostředí se nedaří všechno podle představ úředníků a samotných občanů. Jsem však rád, že i druhá strana mince byla ukázána a do problematických oblastí bude věnována o to větší energie. Pro mě osobně je největším pozitivem znovupoznání faktu, že strakonický Odbor životního prostředí může být při správném přístupu rovnocenným partnerem při naplňování společných cílů a budu rád, když bude oboustranně prospěšná spolupráce i nadále pokračovat. -jj-



Překopávky

Praha – bahnem při řece Vltavě

Tentokrát jsem se rozhodl psát o neregionálním tématu, které se v závěru našeho města přece jen dotkne. Dne 6. 10. 2014 jsem byl pozván naší centrálou ČSOP na transfer vodních měkkýšů do Prahy. Jednalo se o úsek od Štvanice k Trojskému jezu. Na přenos jsem se samozřejmě vydal. A to v rámci dovolené, bez pocitu zachránit svět, čistě jen z potřeby pomoci zvířatům, o která se zajímám. A také jsem chtěl něco poznat. Lepší způsob, než si prožít danou situaci a „osahat“ prostředí, kde zvířata žijí, neznám. Na místě u nově otevřeného Trojského mostu jsem byl kousek po osmé hodině. Ranní nálada byla šedivá, chladná a vlhká. Nejdříve jsem žádné měkkýše ani jiná zvířata neviděl. Tak jsem si v klidu přezul boty a slezl do více než 2 metry širokého odvodněného břehu Vltavy. A to už jsem viděl mezi kameny regulace velké množství bahenek pruhovaných (*Viviparus viviparus*). Některé to již vzdaly a snažili se zachránit zavičkováním, jiné putovaly v prouzcích vody k řece. Ty, které zůstaly mezi hlubokými prohlubněmi kamenů regulace, neměly šanci. Do kyblíku jsem jich za ten den později na-



Praha - Trojský most krátce po úsvitu, foto -vh-

Foto -jj-



házel na stovky, snad tisíce. Za chvíli jsem narazil na první škeble říční (*Anodonta anatina*), potom přišly první okružanky říční (*Sphaerium rivicola*) a drobnější okružanky rohovité (*Sphaerium corneum*). Kousek pod oslavovaným mostem se dusili na suchu velevrubové malířští (*Unio pictorum*). Zajímavostí byl nálezný několik jedinců škeble ploché (*Pseudanodonta complanata*). Posléze jsem se v bahně také nebrodil sám, přišli organizátoři celé akce z centrály ČSOP a dobrovolníci. Celkem se nás tam čvachtalo osm a spolu s námi několik dobrovolníků. Nálada byla pracovní, snad i veselá, a přitom vážná. Délka úseku asi 2 + 2 km. Kromě zmiňovaných měkkýšů jsem viděl nepůvodního, invazního raka pruhovaného (*Orconectes limosus*), včetně jeho „potěru“ čítajícího na stovky. Ten si díky nožičkám pomohl sám a k jeho škodě je nutno dodat, že vůči našim domácím se chová agresivně a je navíc přenašečem račího moru. Takže jeho přenos na jinou lokalitu je službou, pro toto místo, medvědí. Drobní šneci jako bahnivka rmutá (*Bithynia tentaculata*), uchatka nadmutá (*Radix auricularia*) nebo malé hrachovky (*Pisidium*) zůstali na místě. Nebyla šance takové množství zvířat sebrat. Kupodivu, málo bylo nalezeno drobných rybek. Zato lidských výrobků bylo dost. Od lan, řetězů, plachet, lahví, čajové konvice, inkoustové tiskárny, rybářského prutu po dětské hračky nebo kočárky. Inu, co město dalo. Celkově je možno napsat, že počet zachráněných měkkýšů, zejména škeblí říčních, velevrubů malířských a bahenek pruhovaných šel do tisíců. To vše zájmu organizace a dobrovolníci - pár desítek lidí. Spíše je zářejší to, že zájem okolní veřejnosti byl takřka nulový, přes přítomnost pěší zóny a cyklostezky ve vzdálenosti cca 8 m. Snad jen 5 lidí se zeptalo, co děláme, dva z nich šli pomoci. Sice krátce, ale šli. Proč to všechno píší? Je to minulý rok, co se podobná situace s upouštěním vody udála na našem strakonickém Podskalí. Tehdy se mě zeptali taky pouze dva lidé. V bahně jsem se obracel sám. A tak si říkám, jaký je rozdíl mezi našimi občany a těmi pražskými? Do diskuze, zda má podobný transfer cenu a jak s upouštěním vody, se raději pouštět nebudu. Snad jen úplným závěrem: šnec „*Ampularii*“, který je bahenkám velmi podobný, si kupujeme jako okrasu našich akvárií. Ve Vltavě velmi pravděpodobně uhynulo takovýchto bahenek na tisíce. -vh-



Praha, bytem Vltava Holešovice – bahenka pruhovaná – stěhování za životem, foto -vh-

Použitá literatura:

HORSÁK M., JUŘIČKOVÁ L., PICKA J.: Měkkýši České a Slovenské republiky, Kabourek, Zlín, 2013.

Ambroň západní

V parčíku za hradním příkopem a v Ellerově ulici můžeme ve Strakonici najít zajímavý strom připomínající javor (o javorech viz články pana Ing. Viléma Hrdličky v [Kompostu č. 5](#) a [6/2013](#)) nebo platan (viz článek pana Ing. Viléma Hrdličky v [Kompostu č. 11/2013](#)).



Ambroň západní v Ellerově ul., foto Eva Legátová

V parčíku za hradním příkopem a v Ellerově ulici můžeme ve Strakonici najít zajímavý strom připomínající javor (o javorech viz články pana Ing. Viléma Hrdličky v [Kompostu č. 5](#) a [6/2013](#)) nebo platan (viz článek pana Ing. Viléma Hrdličky v [Kompostu č. 11/2013](#)). Ambroň západní (*Liquidambar styraciflua*) pochází ze Severní Ameriky. Latinský název *Liquidambar* vznikl spojením latinského liquidus (tekutý) a arabského ambar (vonná pryskyřice), neboť typickou vlastností těchto stromů je vylučování balzámu (styrax) po poranění kůry, lýka i dřeva; tomu odpovídá i české jméno ambroň. Rod náleží do čeledi vilínovitých (*Hamamelidaceae*). Protože je strom přizpůsobený opylování větrem (anemogamie), postrádá nápadné květy, zato nás upoutají ježatá plodenství tobolek, podle kterých strom jednoznačně odlišíme od javorů (ty mají dvounažky). Listy jsou menší než listy platanů, troj- až sedmilaločné, s okraji žláznatě pilovitými, širší než delší. Kromě průmyslového využití (např. balzám se používá do žvýkaček) má tento strom velkou estetickou hodnotu, která spočívá v neuvěřitelně pestré paletě barev listů, od světle žluté a žlutooranžové přes oranžovou a růžově červenou do fialově hnědavé a nakonec černé. V tomto barevném rozsahu, který někdy vznikne i na jediné větvi, nemá ani ve světovém měřítku konkurenci. Až půjdete kolem, tak si ambroň určitě prohlédněte – strakonické stromy nejsou příliš vzrostlé, ale přehlédnout se nedají. Eva Legátová

Použitá literatura:

ZELENÝ V.: Ambroň - relikty terciární flóry, Živa č. 4/2004

Veget na pokračování – 33. díl – Ekonomické vaření

Jste chudý student vegetarián? Přecházíte na vegetariánskou nebo veganskou stravu a děláte si vrásky z toho, aby se to negativně nepromítlo ve vašem rodinném rozpočtu? Nemusíte mít strach. Nejenže je strava na rostlinném základě levnější už ze své samotné podstaty, ale díky několika tipům se může stát bezkonkurenčně nejlevnějším a zároveň nejzdravějším stravovacím modelem. V dnešním dílu seriálu vám poradíme, jak ušetřit své peníze a zároveň dodržet zásady racionálního stravování.

Potřebujete k tomu vlastně jen pár věcí. Měli byste mít představu o ceně základních surovin, o množství jídla, které z nich dokážete navařit, a také byste měli plánovat své nákupy. Při cestě za cílem ekonomického vaření máme jednu obrovskou výhodu - ty nejzdravější potraviny jsou ve většině případů i ty nejlevnější. Samozřejmě je zde několik výjimek. Ta první je kvalita. Tím nemám na mysli značku ani obal, ale stupeň zpracování a režim výroby, resp. pěstování. Jakékoli zpracovávání původní plodiny do formy polotovaru nebo hotového jídla nám snižuje výživnou hodnotu potraviny a naopak zvyšuje cenu, neboť platíme další výrobní postupy, které je možné zcela vynechat nebo je udělat doma zdarma. Jedním z klíčů úspěchu je zaměření se na co nejméně zpracovávané rostlinné suroviny. Výjimkou jsou samozřejmě celozrnné potraviny a produkty a plodiny pěstované v režimu ekologického zemědělství. Na trhu mají přibližně o polovinu vyšší cenu, ale osobně si myslím, že investice do nich se nám několikrát vrátí. Vícenáklady na jejich pořízení nejsou tak viditelné, jak by se mohlo na první pohled zdát a činí pouze několik málo stokorun do měsíce. Stokorun, které lehko ušetříme jinde.

Základní rozvaha při plánování nákupů by měla vycházet z přibližného zastoupení základních skupin potravin v našem jídelníčku. Tyto principy jsme probírali v 7. díle našeho seriálu ([Kompost č. 9/2012](#), str. 9). Většinu v jídelníčku by měly tvořit celozrnné obiloviny, luštěniny a zelenina. Z těchto třech skupin při troše fantazie a zkušeností uvaříme nekonečně mnoho rozmanitých pokrmů. Obiloviny a luštěniny jsou neekonomičtější potraviny vůbec. Navíc se prodávají v suchém stavu a při vaření přibližně zdvojnásobí svou váhu. Jednoduchými počty se pak dostaneme k následujícím číslům:

- 500 g kvalitní celozrnné obiloviny (rýže natural, pohanka, jáhly, polenta, celozrnná mouka, celozrnné těstoviny atd.) koupíme v průměru za 30 - 35 Kč
- 500 g luštěnin (čočka, červená čočka, fazole, mungo, cizrna, hrách...) seženeme (i v bio kvalitě) za 20 - 30 Kč
- za 1 kg v podstatě jakékoli čerstvé zeleniny zaplatíme dle druhu 20 - 40 Kč.

Z tohoto poměru základních surovin (které jsou dostačující pro tvorbu základních plnohodnotných pokrmů) můžeme vycházet při vaření např. pro čtyřčlennou rodinu nebo pro vaření do zásoby (večeře + oběd). Z uvedeného množství potravin uvaříme přibližně 6 (pro někoho i více) objemných porcí. Při započtení ostatních pochutin a energií se pro toto množství s trochou šikovností vždy vejde do stokoruny. Obrovskou výhodou je právě vaření ve velkém množství jídla, a to i z hlediska časového. Uvařené luštěniny a obiloviny můžeme uchovávat v chladničce nebo je případně i mrazit. Pro větší rozmanitost je můžeme dělit na menší díly a tvořit z nich zcela jiná jídla ze stejné výchozí suroviny (např. luštěninu rozdělit na třetiny: díl pro přílohu, díl pro karbanátky, díl pro pomazánku). Pro snídani volíme opět levné celozrnné obiloviny (ve formě vloček, instantních vloček nebo kaší) s přidavkem ovoce, sušeného ovoce, ořechů, semen atd.



Foto -jj-

Druhou variantou je celozrnné pečivo (nejlépe doma připravené) s luštěninovou nebo zeleninovou pomazánkou. Pro svačiny, chuťovky nebo jídla mezi hlavními chody jsou nejlevnější variantou ořechy, ovoce, zeleninové saláty nebo domácí pečená jídla. Rostlinné alternativy masa a mléčných výrobků patří ve většině případů mezi dražší suroviny, i když jsou zde značné rozdíly. Mezi ty levnější patří sójové maso, tofu, klaso. Mezi ty dražší pak tempeh, seitan, rostlinné smetany nebo nejrůznější párky a salámy. Dobrou zprávou je, že řada z nich se dá připravit podomácku ze základních surovin a jejich cena pak vychází o mnoho příznivěji. Přípravou některých z nich jsme se zabývali v receptech Jedlého Kompostu (seitan - [Kompost 1/2012](#), sojanéza - [Kompost 5/2014](#)).

Co se týče samotných nákupů, kvalitní luštěniny a celozrnné obiloviny můžeme nakupovat celoročně ve srovnatelné kvalitě. U zeleniny bychom měli dávat vždy přednost sezónním druhům, které jsou zároveň ekonomičtější a budou pocházet z ČR. Máme také možnost využít farmářských trhů nebo některého z bedýnkových systémů. Některé druhy (brambory a kořenová zelenina) můžeme dlouhodobě skladovat

(pokud k tomu máme vhodné prostory), konzervovat, ovoce nebo houby pak sušit.

Několik tipů na závěr:

- pořiďte si domácí pekárnu nebo si pečte své vlastní celozrnné pečivo v troubě - ušetříte peníze, vyhnete se chemii a budete si jisti, že jíte skutečně celozrnný výrobek
- plánujte vaření podle surovin, které jsou dostupné, levné a sezónní - pokud to budete dělat naopak, prodraží se to
- nešetřete na kvalitních potravinách (ve výsledku to nebude stát o tolik více), ale neutrácejte za zbytečnosti, využívejte nabídky ze dvora, místních potravin a biopotravin, i když jsou o něco dražší
- pokud tápete v cenách jídel, rozepište si náklady - vytipujte si místa, kde se dá ušetřit
- pokud je to možné, využívejte také volně rostoucích plodin
- nesrovnávejte svůj jídelníček cenově s podřadnými potravinami (výrobky z bílé mouky, fastfoodové polotovary, levné uzeniny atd.), úspora na zdraví za to nestojí, a to ani finančně (náklady na léky, lékaře, pracovní neschopnost atd.)

Konkrétní jídelníčky s cenovou kalkulací jsou rozebrány v miniseriálu „Z jídelníčku kořínkáře“ v [Kompostu č. 7/2012](#) a [8/2012](#). -jj-

Letničky z přímého výsevu ve Strakonících

Toto téma článku mě napadlo po absolvování odborného semináře, konaného 24. 9. 2014 ve Strakonících, kdy odbor životního prostředí hostil kolegy z celé ČR a dělil se o zkušenosti ze zakládání a údržby letničkových výsadeb a trvalkových záhonů s vyšším stupněm autoregulace ve městě.

Spousta občanů Strakonice nemá informace o záhonech, které se ve městě objevily. Např. v případě směsi „Strakonická louka“ se jedná o trend výsevu letniček přímo na záhon, kdy jednotlivé směsi vymýšlejí zahradní architekti – projektanti. Inspiraci k výběru a koupi takové směsi je možné najít [zde](#). Tento rok v Plzni zkoušeli tři směsi: asi nejhezčí z nich byla „Blue Wave“, která působila nejdříve. Ve Strakonících navrhla Ing. Kristýna Klasová „Koprovou směs“, která byla vyseta u laviček v Ellerově ulici. V době květu prý voněla po kopru a kolemjdoucí dle Pavlovova reflexu dostávali chuť na kyselé okurky. V minulém roce byla realizována již zmíněná „Strakonická louka“. Seznam jednotlivých druhů nalezneme v časopise Inspirace. „Strakonická louka“ u Lidlu letos vyrostla natolik (především *Cosmos bipinnatus*), že po nehodě, ke které zde došlo, se řidič na vysoké rostliny vymlouval. Odbor ŽP vyšel policii vstříc tak, že louka je bez květů. Podobně vznikla směs trav a letniček, tzv. mezofilní louka u Mlýnského náhonu. Ing. Marie Straková, Ph.D. z firmy Agrostis navrhuje směsi přímo na míru na dané stanoviště. Vytvořila skutečně pěknou směs a ještě měsíc se budeme moci těšit z rozkvetlých květů, než budou posečeny kosou.



„Strakonická louka“, foto Lenka Vamberová

zi Kauflandem a Mírovou ulicí. Letničky jsou jednoleté rostliny, tzn. vysemení se z plodů, na jaře vyklíčí, bohatě kvetou po celé vegetační období, pak z květů vznikne plod se semeny. Letničkové záhony mají nízkou, nejnížší ekologickou stabilitu (jako orná půda), protože každý rok se letničkový záhon musí znovu vysévat, popř. vysadit.

Letničkové záhony nelze zaměňovat s loukou. Louka je travino–bylinné společenstvo, slouží pro pastvu, pro seno, podle významu má vyšší ekologickou stabilitu než orná půda. Jde o přírodní porosty, jako je např. Přeštická pastvina, která je nenahraditelná, protože jde o propojení přírodních a ekologických podmínek na stanovišti.

Letničkové záhony někde stále přetrvávají jako výsadba monokultur: se *Salvií splendens*, *Tagetes sp.*, *Senecio tricolor*. Proto jsem ráda, když klasický letničkový záhon z předsady je nahrazen letničkovým záho-

Ing. Ondřej Feit, autor článku o záhonech z přímého výsevu uveřejněného v [Kompostu č. 8/2013](#) na odborném semináři potvrdil, že Achillovou patou Strakonice je nedostatek informací, letáků a informačních tabulí určených pro občany. Větší tabulky stojí 50 000 Kč, (tolik stojí i celý proces výsevu), ale stačily by i dřevěné, pozinkované nebo ocelové jmenovky. Každá cedulka by obsahovala zafoliovaný seznam rostlin s českým a latinským názvem. Obávat se krádeže je zatím předčasné (i když v Praze je museli dodávat třikrát) a navíc finanční náklady by nebyly tak velké. Pro zájemce o bližší informace by mohly být v Městském informačním centru nebo v Lidlu po domluvě k dispozici mapky s vyznačenými záhony s trasou možné bližší prohlídky.

Plochy s letničkami z přímého výsevu ve Strakonících přibývá, ale je třeba je zapojit i do systému zeleně města. Nová plocha s kvetoucí loukou se plánuje např. me-

nem z přímého výsevu. Jedná se o způsob ztvárnění záhonu, který působí „divoce“. Jde o typ záhonu opravdu pěkný a o to více posiluje u lidí smysl pro krásu a pořádkumilovnost. Letničky z přímého výsevu ovšem patří pouze do míst k tomu určených, např. před budovami zámků nebo do intravilánu města. Snad nikdo nebude mít snahu je rozšířit i do krajiny, kde je nutné udržovat a chránit porosty našich původních druhů rostlin. **Ing. Lenka Vamberová**

Potkan blízko nás

Potkan obecný (*Rattus norvegicus*)

Nepopulární, nechtěné, ošklivé, nemoci přenášející a snad i útočné zvíře – to by se dalo napsat o potkanu obecném (*Rattus norvegicus*). Za svůj život se s ním setkal snad každý z nás. Nálezů porůznu uhynulých jedinců v našem městě přibývá. Myslím, že mohu spolehlivě prohlásit, že nemine rok, abych nějakého potkana neviděl na veřejném prostranství. Nejčastěji to bývá na soutoku Otavy a Volyňky, kde potkani vesele skotačí a čenichají v místech, kde lidé zakrmují přezimující vodní ptactvo. Zapadlé pečivo, vánoční pokroutky a jiné podobné potraviny jsou vítaným zpestřením pro tyto „domácí“ myšáky. Ale abych nevynechal v hrdé pýše i jinde žijící obyvatele našeho města, potkany jsem v letošní podzimní době pozoroval v ulici Čelakovského, Stavbařů nebo přejete u pivovaru. Jejich veřejný výskyt souvisí zcela určitě s odkrytím kanalizace při opravách, ale také s nevědomým přikrmováním prostřednictvím našich popelnic, kdy se z kontejneru vyhozené odpadky podílejí na jejich přežití. Teplé prostředí kanálů jim pomáhá bezpečně překonat již beztak v poslední době mírné zimy, takže pozorování tohoto zvířete není takovou zvláštností. Často je jejich výskyt svalován na hustý zárůst keřů nebo pokryvných rostlin na veřejných prostranstvích. Myslím, že tak může být, ale že rostliny za to nemohou. Děje se to zejména v letních měsících, kdy lidé do městské vegetace zakládají nedojedené jídlo, odhazují plastické tácky, kelímky a sáčky s potravinovými zbytky. A to je ta chyba - naše člověčí. Pokud je taková lokalita blízko teplovodu nebo kanalizace, proč by si potkan do takového „obchodáku“ nedošel. Zcela určitě to tak bylo s keřovým pokryvem u Prioru nebo u přemostění. Ve volné přírodě, dál od lidských sídel, kde potkan nemá popisované podmínky, jsem tohoto hlodavce nepotkal. Ostatně, byl by asi daleko ostražitější než ve městě. Někdy je potkan obecný „hozen do jednoho pytle“ s krysou obecnou (*Rattus rattus*). Ta je na rozdíl od něj menší, subtilnější, více zbarvená do šediva, hněda až černá, delšího ocasu přesahujícího v dospělosti tělo a větších, protáhlejších uší. Uvádí se, že je čistotnější a obývá suchá místa. Někdy se tvrdí, že krysa byla vytlačena ze svého stanoviště potkanem, ale vzhledem k odlišným nárokům na prostředí mohou žít oba živočichové souběžně. V kanálech a sklepích potkani a nad nimi v suchých budovách krysy. Potkani jsou schopni se množit po celý rok a velikost jednoho vrhu může být 1 - 15 mláďat. Dospívají ve věku 4 měsíců a v kolonii potkanů získávají po této době určité postavení. Do věku 20 měsíců dospěje asi 20 % jedinců. Možná, že některého z přeživších potkanů potkáte. Ještě k jeho útočnosti: zejména staří lidé mě varovali, že potkan se úporně brání, sám útočí, skáče na člověka, přitom kouše a dělá podobné hrdinské kousky. Mnohé z toho se mně zdá spíše přikrášlenou legendou, ale z vlastní zkušenosti vím, že potkan zahnaný do úzkých neváhá se rozběhnout proti překážejícímu člověku. V tomto směru doporučuji určitou opatrnost. Pozoroval jsem na soutoku našich řek, že maminka s děckem krmila vodní ptactvo a pár metrů od nich hodoval v přišerí potkan. Jde tedy o zvíře na nás zvyklé a často mu svou přítomností nevadíme.



Potkan obecný - Strakonice, foto - vh-

Co se týká přirozených nepřátel ve městě, bude jich málo. Kuna skalní, toulavé kočky a psi, pokud se do takové potyčky pustí, a potom samotné prostředí.

Zpozorování potkana na volném prostranství berte jako námět k zamyšlení, proč toto zvíře v naší blízkosti na tom kterém místě žije. Stejně tak jako četbu Krysaře od spisovatele Viktora Dyka. Třeba jde o souvislost čistě náhodnou. **-vh-**

Použitá literatura:

ANDĚRA Miloš: Poznáváme naše savce. 1. vydání, Mladá fronta, Praha, 1982.

Večer s dokumentem - 9. díl - „Vodovoda“

Myslíte si, že boj o vodu nás teprve čeká? Omyl, už totiž dávno začal. I když možná trochu na jiné úrovni, než jsme si představovali. Americko-kanadský dokument „Tapped“ („Vodovoda“) z roku 2009 je patrně nejobsáhlejším snímkem pojednávajícím o důsledcích celého cyklu vzniku, prodeje a spotřeby balené vody. I když je velká část uveřejněných informací v environmentálních kruzích už poměrně známá, některé souvislosti jsou přece jenom nové a o to více alarmující.

V první části dokumentu je rozebírán způsob, jakým plundrují firmy jako Nestlé nebo Pepsi zásoby americké spodní vody. Pokud se někomu podařil skutečně husarský kousek, byly to právě tyto a jim podobné společnosti. Přesvědčily masivní reklamou veřejnost o tom, že balená voda je zdravější a bezpečnější než ta kohoutková, i když toto tvrzení samozřejmě není



Foto -jj-

pravdivé. Nejen, že se ve velké části případů jedná o tu samou vodu, navíc je dodávána spotřebitelům prakticky bez jakékoli zdravotní kontroly. Od socio-ekonomických souvislostí se ve druhé části dostáváme právě k otázkám zdravotní bezpečnosti. Dokument řeší externality při výrobě plastových lahví (emise karcinogenních látek z petrochemických provozů) a nebezpečné látky, uvolňující se přímo do balené vody (zejména bisfenol A). Zakončen je nejtříživějšími skutečnostmi o zamoření životního prostředí plastovými lahvemi, především oceánů.

I když je zřejmé, že největší podíl viny na současném stavu nese spotřebitel svojí touhou a ochotou platit za balenou vodu, dokument si v největší míře bere na paškál nadnárodní korporace, které z tohoto stavu těží. Jako by odváděl pozornost od skutečné zodpovědnosti každého z nás. To je dle mého názoru největší, i když asi jediná výrazná slabina filmu. Kromě seznamu negativních dopadů a souvislostí tohoto globálního byznysu nabízí i řadu řešení. Zálohované nápojové obaly, vyšší recyklaci, snížení poptávky po balené vodě a důsledné řešení konfliktů při čerpání vody velkými firmami nebo zdravotních potíží souvisejících s výrobou plastů. Celý dokument můžete zhlédnout např. na tomto [webu](#).

-jj-

Jihočeské dny s Krascem 2014

V prvním listopadovém týdnu od pondělí 3. 11. do pátku 7. 11. proběhne další ročník Jihočeských dní s Krascem, tedy cyklu akcí týkajících se životního prostředí, přírody a také environmentálního vzdělávání. Jednotlivé části programu se budou konat na třech místech jihočeského regionu.

Dva odborné semináře proběhnou v krajském městě. První z nich se věnuje jedné z nejohroženějších skupin živočichů - obojživelníků. Odborní lektori seznámí účastníky s příčinami ohrožení obojživelníků, hodnocením praktických revitalizačních opatření a také se záchrannými transfery obojživelníků. Dále budou představeny výsledky mapování a monitoringu obojživelníků. Druhý seminář představuje pokračování seriálu zaměřeného na ekologickou obnovu a ochranný management pískoven a dalších těžebních prostorů, tentokrát hlavně s botanickou a mykologickou tematikou.

V rekonstruovaném Spolkovém domě ve Slavonicích bude připravena interaktivní ukázka výukového programu „Energie šetrné“, který se zabývá tématem úspor energií, jejich původu a dopadů na životní prostředí i společnost. Během odpoledne si přichodí budou moci projít aktivity programu - dozvědět se o jednotlivých zdrojích energie, o technologiích pro jejich využití i úspory a v simulační hře se zamyslet nad budoucností výroby energie v regionu.

Přednáška o žijících fosilích s chrupavčitou kostrou, které přežily z dob dinosaurů a málem nepřežily 20. století, se uskuteční ve Vodňanech. Bude řeč o jeseterovitých rybách. V současnosti je většina z nich ohrožena, ať již kvůli znečištění, zásahům do přirozeného prostředí nebo lovu pro kaviár.

Na program nebudou chybět ani dvě učitelské konference EVVO, určené nejen pro koordinátory EVVO, ale také pro učitele různých aprobací, zájemce z center ekologické výchovy a studenty pedagogických oborů atd. Jejich cíl spočívá v setkání všech aktérů EVVO - zkušených profesionálů i těch, kteří s EVVO teprve začínají. Konference znamenají prostor pro výměnu zkušeností, informací a získání přehledu o možných partnerech při spolupráci. Doprovázet je bude řada seminářů, diskusních skupin a pracovních dílen.

Týdenní cyklus bude zahájen pondělní tiskovou konferencí, v rámci níž budou vyhlášeny výsledky 4. ročníku „Jihočeské ratolesti“ - soutěže projektů s přínosem pro ochranu životního prostředí. Kompletní program Jihočeských dní s Krascem je ke stažení na webu Krasce ([zde](#)). Na plakátu jsou u jednotlivých bodů programu uvedeny pořadající organizace a kontaktní osoby, u kterých je možné se na daný program přihlásit nebo o něm získat další informace.

Jihočeské dny s Krascem pořádá spolek Krasce (Krajská síť environmentálních center) ve spolupráci s členskými organizacemi a s podporou Jihočeského kraje.

Simona Šafářčíková



KRAJSKÁ SÍŤ ENVIRONMENTÁLNÍCH CENTER





Pozvánky - listopad 2014

Ekoporadna při Šmidingerově knihovně zve:

Kurz zdravého veg(etari)ánského vaření

Úterý 11. 11. - „Pokročilí“ a čtvrtek 13. 11. - „Začátečníci“. Od 18:00, cvičná kuchyňka ZŠ Povážská (Nad Školou 560)

Kurzy budou probíhat 1 x měsíčně do května, hlásit se je možné na každý zvlášť. „Začátečnické“ lekce jsou určeny pro ty, kteří kurzy v minulých letech nenavštěvovali. Přijďte rozšířit své kulinářské obzory o potraviny a pokrmy z oblasti zdravé a bezmasé kuchyně. Kurzy budou doplněny teoretickým povídáním o surovinách a postupech zajímavých nejen pro vegetariánské vaření. Hlaste se na jan.juras@knih-st.cz nebo 721 658 244.

Zelené otazníky – „Rybníky - jen továrny na kapry, nebo součást krajiny?“

Středa 19. 11. 2014, 18:00, restaurace Baobab (nad Zborovem, Bavorova 20, Strakonice)

Jak významné jsou rybníky pro přírodu jižních Čech? Kteří živočichové a rostliny zde žijí? Jak se změnil způsob hospodaření na rybnících za posledních 50 let a jak ovlivňuje kvalitu povrchových vod? Nejen tyto otázky se pokusí zodpovědět zoolog RNDr. Jiří Pykal. -jj-

Pobočka ŠK Za Parkem a ČSOP zvou dospělé i děti:

Výstavka větvíček na určování

a dále pokračují akce **Paměť strakonických stromů** a **Nejmilejší knihy** - v půjčovně pro děti a dospělé na pobočce Za Parkem

O. Fibich – J. Chalupa: Nebe studánek

Středa 5. 11. prezentace knihy Nebe Studánek III. básníka Ondřeje Fibicha a fotografa Jiřího Chalupy. Součástí programu je **beseda** na téma "Jak jsem hledal zatopené díry v zemi". Možnost zakoupení knihy i **autogramiáda**. Od 18:00 hod v restauraci Baobab (Bavorova 20).

Autobusový zájezd do okolí Hartmanic

Neděle 9. 11. autobusový zájezd - Čepice (most s reliéfem), **Dobrá voda** – kostel s unikátním skleněným oltářem, křížovou cestou a betlémem, jeho prohlídka s průvodním slovem, Muzeum Dr. Š. Adlera, léčivý pramen, **Hartmanice** - synagoga, muzeum, naučná stezka Hamižná, **Kundratice** (zámek – jen zvenku), **Žihobce** (zámek, muzeum, výstava, kostel). Vede Karel Taschner, cena 200 Kč. Podrobnosti a přihlášky na pobočce, na hrdlickova@knih-st.cz nebo na tel. 380 422 720.

Sčítání kání – procházka z Radomyšle do Strakonice

Sobota 15. 11. tradiční přírodovědná procházka ke sv. Janu a přes Věno a Domanice do Strakonice (10 km). Sraz v 10:55 před nádražím ČD. V 11:09 jede vlak do stanice **Radomyšl** zastávka. Odtud se půjde po zpevněných cestách. **Tentokrát se bude cestou povídat hlavně o přezimování jednotlivých druhů živočichů.**

Hraní na kantely

Neděle 16. 11. - další společné hraní na kantely (vyrobené při akcích ŠK), případně i další nástroje. Koná se od 18.00 na pobočce Za Parkem ve spolupráci s o. s. Spona. K hraní, zpěvu nebo jen k poslechu **zveme také veřejnost.**

K. Skalický: Strakonické příběhy XI.

Úterý 18. 11. Karel Skalický: Strakonické příběhy XI. Umřel na cholery. Následky a souvislosti několika epidemických vln smrtící cholery ve Strakonících v průběhu 19. století. Vyprávění regionálního historika v rámci rozsáhlejšího strakonického cyklu, doprovázené projekcí různých dokumentů a vyobrazení. Od 18:00 v restauraci Baobab.

Tvořivý podvečer – Ponožkoví sněhuláčci

Pondělí 24. 11. - Tvořivý podvečer s Marcelou Důchodní:

Ponožkoví sněhuláčci. 17:00 – 19:00 hod. v půjčovně v Husově ulici č. 380 (lze přijít kdykoliv **mezi 17. a 19. hodinou**, třeba jen na podívání). Potřeby budou připraveny, ale hodilo by se přinést i vlastní (nůžky, nitě, jehly, bílé i barevné ponožky, na oči knoflíčky, bavlnky nebo fix, na výplň vlnu, vatu, rýži apod.).

Můžeme i my ovlivnit sibiřskou tundru?

Středa 26. 11. Můžeme i my ovlivnit sibiřskou tundru? (přednáška s promítáním). **Prof. Ing. Hana Šantrůčková CSc.** (z JČU) o zkušenostech a zážitcích získaných při přírodovědném výzkumu, ale i o životě místních lidí. Od 17.00 v promítacím sále strakonického gymnázia.

Výlet do okolí Písku a na jarmark ve waldorfské ZŠ

Sobota 29. 11. výlet. Sraz v 8:50 před nádražím ČD, v 9:08 jede vlak (s přesedáním) do Písku. Podíváme se po okolí nebo např. do muzea a odpoledne **navštívíme charitní jarmark ve waldorfské ZŠ Svobodná.** Zpět jede vlak v 17:09.

Schůzky přírodovědného kroužku MOPÍKŮ

Sraz **každý týden v pátek v 16:00 před hradem u kanceláře CIAO.** Při kroužku se může scházet i skupinka dospělých bez dětí, případně také oddíl starších školáků. **7. 11.** půjdeme na hřbitov, rozsvítíme svíčky na opuštěných hrobech a připomeneme si svátek Dušiček. **14. 11.** jsme pozváni na zahrádku k Taschnerovým. Při dalších schůzkách budeme hlavně vyrábět ozdoby z šustí a jiné dárky pro strakonický charitní jarmark. Můžeme využít tepla v klubovně nebo v knihovně Za Parkem.

Více na www.csop-strakonice.net, na 380 422 720 nebo v půjčovně Za Parkem. **-ah-**

Šmiderova knihovna zve:

Komiks nejen v komiksu

1. 11. – 1. 12., ŠK, vstupní hala. Výstava prací 16 autorů, ve spolupráci s projektem Rosteme s knihou.

Kurzy počítačové gramotnosti

Úterý 11. 11., pro začátečníky: Posíláme první e-mail, **13:00 – 14:30, pro pokročilé:** MS Excel 2010, **15:30 - 17:00, ŠK, studovna.** Kurzy jsou přednostně pro čtenáře ŠK. Zájemci se musí na kurz přihlašovat osobně, proti vratné kauci 100,- Kč.

Tvořivá dílnička pro děti – vybarvujeme vánoční pohlednici

Čtvrtek 27. 11., 8:00 - 11:00, ŠK, oddělení pro děti.

Novinka!

Šmiderova knihovna ve spolupráci se společností eReading.cz poskytuje svým čtenářům **půjčování e-knih.** Služba je registrovaným uživatelům ŠK poskytována zdarma.



Drobné smetí

Nový časopis „Fórum ochrany přírody“

Diskuzní platforma Fórum ochrany přírody začala vydávat stejnojmenný elektronický časopis, který by měl pojednávat o všeobecných tématech ochrany přírody i o činnosti samotné platformy. První číslo čtvrtletníku si můžete prohlédnout [zde](#).

Fotoohlédnutí za akcemi ŠK a ČSOP

Ve [fotogalerii](#) webu ŠK můžete projít velké množství fotografií pořízených na posledních akcích Ekoporadny a pobočky ŠK - na „[výlovu](#)“ [Blatského rybníka](#), [festivalu ptactva u Tchořovic](#), [Tvořivého podvečera](#) a mnoha dalších.

Ostrovidění

Pro zájemce o dobrovolnictví v ochraně rysa ostrovida na Šumavě je připraven další ročník „rysích hlídek“ s úvodním seminářem (více viz [zde](#)).



Blatenský rodák Jan Hála – akademický malíř

Jan Hála (1890 Blatná – 1959 Važec) se narodil a žil se svými rodiči a sourozenci v domě, který stával na místě bývalé spořitelny, v čele dolní části Koubkovy třídy. Hálovi žili po hmotné stránce hodně skromně, ale dalo by se říci přepychově po stránce duševní. Jak děti rostly, šíře a hloubka jejich zájmů se projevila ve vzdělanosti, jež se okolí zdála nepřiměřená k postavení rodiny a vedla k nepochopení až závisti.

Jan, Jeník, byl ze šesti dětí v pořadí druhý. Odmala počmáral každý papír, který mu pod ruku přišel – bez rozdílu, zda to byl dopis soukromý, či úřední přípis... Lásku k umění a schopnost výtvarného vyjádření zdědil asi po svém otci, který rád a hezky kreslil, i po strýci, malíři vějířů. A tak po maturitě (na gymnáziu v Českých Budějovicích) zamířil do Prahy na zkoušky na Akademii výtvarných umění. Přišel pozdě, zkoušky byly po Novém roce. Zapsal se tedy na FF UK na historii – ta ho také zajímala, podobně jako národopis. Současně navštěvoval soukromou malířskou školu Ferdinanda Engelmüllera, který si ho vybral z ostatních uchazečů k bezplatnému studiu. Po roce, po složení zkoušek na Akademii, studoval nejprve u profesora Bukovance, pak u M. Pirnera. Školu skončil za války.

S válkou se všechno změnilo. Tři synové byli rodičům odvedeni a doma s nimi zůstala dcera Růženka (která se stala učitelkou, dobrovolně nastoupila v drsných podmínkách na slovensko-maďarských hranicích a ve 27 letech zemřela na zápal plic), nejmladší Venda (ten se stal později praktickým lékařem) a invalidní Albín, stížený revmatickou artritidou. Albín byl z dětí nejstarší, s vyznamenáním vystudoval gymnázium, a i když se pro nemoc nemohl věnovat žádnému zaměstnání, byl své rodině po celý svůj krátký život (37 let) oporou a moudrým rádcem, všemi velmi milovaným. Připravoval sourozence ke zkouškám, obstarával jim knihy, vyřizoval veškerou rodinnou i úřední korespondenci. Zajímal se o medicínu, umění, techniku, pokoušel se i o psaní básní.

Franta se z války vrátil a stal se akademickým architektem. Osmnáctiletý Toník padl v boji hned dva měsíce po odjezdu z kasáren. Byl to milý mladík, pracovní opora rodiny i malého hospodářství, nezvykle šikovný, vtipný a pracovitý... A jak se vedlo ve válce Janovi? Byl nešťastný a znechucený, snažil se všemi způsoby boji za mocnářství vyhnout. Asi měl trochu protekci, protože oficiálně zjistili, že umí kreslit. Měl pořád u sebe skicák, a jakmile to bylo možné, kreslil lidi, kroje, přírodu, kamarády vojáků a nakonec i své nadřízené. Ti své portréty posílali domů a Jana si šetřili.



Jan Hála, foto rodinný archiv

Po válce se Jan trochu rozkoukával jako důstojník z píseckých kasáren a záhy začal naplno malovat. Jeho nejmilejším námětem se stal Važec, dřevěný klenot v údolí Váhu mezi Vysokými a Nízkými Tatrami. Objevil jej při cestě na Slovensko, kam odjel s baronem Hildprandtem. Tato obec si jej i se svými obyvateli úplně podmanila – byl okouzlen a lapen na celý život.

Manželkou Jana Hála se stala Marie – Rina Chlupsová, dcera souseda z domu zvaného U zelené nudle. Ačkoliv se mohli znát už dříve, seznámili se až jako dospělí ve vlaku z Prahy do Blatné a zamilovali se, a to k neradosti rodičů – jí bylo jednadvacet let, studovala angličtinu, on byl o dvanáct let starší, akademický malíř nejisté budoucnosti. Přes všechny nástrahy známost díky častým návštěvám Riny ve Važci intenzivně pokračovala. Za šest let se vzali, v manželství se nikdy nenudili a měli se trvale, hluboce rádi. Nebyli stejní – Rina byla veselá, starosti si nepřipouštěla, Jan byl vážný, i když se moc rád smál. Měl svou vzrušující, tvořivou práci, v níž mu manželka pomáhala a svým optimismem jej i povzbuzovala. Do Važce byl zamilovaný po celý zbytek svého života, ale v srdci nosil lásku i k rodné Blatné.

Hezký vztah k našemu kraji má i dcera Jelena, která po mnoho let působila jako oblíbená dětská lékařka ve Strakonicih. Narodila se 13. 10. 1933, a protože si



Jan Hála: motiv z rodné Blatné

pamatuje hodně podrobností z historie našeho města, obohatila v roce 2005 třetí díl vlastivědného sborníku Strakonice dvěma zajímavými kapitolami: „Ta naše hospoda... (1919 - 1939)“ a „Kroky městem mezi dvěma válkami“. Provádí nás místa, která dnes už většinou změnila svou tvář, ale v myslí pamětníků jsou zapsána ve své původní podobě.

Vyprávění o Janu Hálovi, o které jsme se s vámi, čtenáři, mohli díky laskavosti paní doktorky v předchozím textu podělit, je ve skutečnosti delší a podrobnější. Předali jsme jej proto našim kolegyním, aby byl zapsán jako rukopis do fondu Šmidingerovy knihovny. Budete si jej pak moci v plném znění půjčit v regionálním oddělení nebo na pobočce Za Parkem. Pro potřebu našeho časopisu bylo mírně zkráceno a jen nepatrně upraveno. **-ah-**

Amazonie z pohledu vědce

Jako člen ČSOP, ale i jako běžný člověk se občas dozvídám o neblahé situaci a někdy až devastaci amazonských deštných pralesů. Tato krajina je pro mě přece jen příliš vzdálená, než abych mohl s jistotou prohlásit, jak to v popisované zemi vypadá a kdo z lidských stran má pravdu. O to více se musím, pokud chci něco smysluplného vědět, spolehnout na názor lidí povolaných a také na knihy, které byly na toto téma napsány a nezůstaly u výčtu druhů a honbou za vzácnými rostlinami a živočichy. Myslím, že jedna z těch opravdu fundovaných byla napsána panem Jiřím Moravcem a jmenuje se „Procházka amazonským pralesem“. Kdo by očekával pouze obojživelnickou a plazí odyseu, mýlí se. V knize je velmi podrobně popsáno, co se v Amazonii děje. Jaký je dopad lidské činnosti na deštný prales, jak to vypadá v okolí měst, jací jsou tam lidé, tamní vědecká špička a ochrana přírody. Pro „lovce“ vzácných exemplářů je v knize uveden v textu výčet pozorovaných druhů, často s pěknými fotografiemi. K vlastnímu textu knihy je nutno dodat, že jeho čtení se odvíjí jako z klubka provázku. Zprvu trochu ztěžka, ale pak si vás kniha po pár stránkách chytne. O to více, jste-li přírodou políbenými lidmi, toužíte-li po reálném pohledu na věc bez příkras, ale i bez katastrof. Knihu jsem sehnal ve výprodeji prodejny Academia na Václavské náměstí v Praze. **-vh-**



Pralesnička ze ZOO ve Wroclawi, foto -vh-

Citace:

MORAVEC, Jiří: Procházka amazonským pralesem, Academia, Praha, 1. vyd., 2009.

Ten den hvězdy padaly

Po I. světové válce, která si vyžádala přes 8 milionů lidských životů, si asi nikdo nedovedl představit jakékoliv pokračování něčeho tak ničivého – zdálo se, že svět už nikdy žádný podobný konflikt nedopustí a že potomci budou pohlížet na zlou minulost jako na důrazné varování: tohle se už nikdy nesmí opakovat! A přece...

Vyrůstala jsem v šedesátých letech, kdy se mezi dětmi častěji než o Popelce nebo o Sněhurce mluvilo o německých a po roce 1968 pro změnu o ruských okupantech a kdy nás myšlenky na výsadkáře, tankisty nebo partyzány zaměstnávaly zrovna tolik jako Helenku Součkovou ze slavné divadelní hry Ireny Douskové „Hrdý Budžes“. Pamatuju si, jak mi jednou můj mladší kamarád ukazoval tichý koutek, který by se podle jeho mínění hodil pro naše společné válečné hrdiny na spaní, ale já jsem to pokládala za zbytečnost, když stejně všichni budou muset v noci bojovat. Typický byl i název země, kterou jsme si s bratrem vymysleli jakožto území našich protivníků – Němcna. Když nám to tatínek rozmlouval a poukazoval na to, že někteří Němci dovedou být i mírumilovní, pohotově jsme si poradili a přejmenovali zmíněnou zemi na Nepřátelcnu.

S tím, že nemůžeme nikoho soudit jen podle národnosti, se tehdy přidala i maminka a vyprávěla nám příhodu z doby, kdy jí bylo asi deset let. Byla zrovna nachlazená, ležela v posteli a rodiče byli někde venku. Do chalupy přišel německý voják, a když nikoho z dospělých nenašel, jen se na ni usmál a zase se rychle vytratil. Přikyvovali jsme, ale stejně nám to bylo divné. A zrovna tak nám nešlo do hlavy, jak mohl z té zlé země pocházet i Karl May a jeho Old Shatterhand.

Časem jsme si přečetli „Práče“ od Jana Mareše, „Říkali mi Leni“ od Zdeňky Bezděkové, později například „Smrt si říká Engelchen“ od Ladislava Mňačka, „Smrt krásných srnců“ od Oty Pavla, „Útěk z tábora smrti“ od Ericha Kulky, „Malý muž a velká žena“ od Věry Sládkové, „Spalovač mrtvol“ od Ladislava Fukse... samé vynikající, velice působivé knížky. Jedním z vůbec nejlepších příběhů na toto téma pro nás byly **vzpomínky ruské herečky Ljudmily Gurčenkové** (1935 – 2011), které bohužel vyšly jen na pokračování v časopisu (jestli si to dobře pamatuji, byla to Vlasta) a v knižní podobě se pak už neobjevily. Jmenují se „**Mé dospělé dětství**“ a pojednávají o životě v Charkově. O těžkostech válečných let vypovídají z pohledu malé, hladové a vystrašené holčičky. Při čtení nám běhal mráz po zádech, ale už jsme v té době (v polovině osmdesátých let) byli s bratrem oba dost staří na to, abychom litovali i

německé děti, nejen ty ruské nebo české. Bylo nám jasné, že stejná bída doléhala na všechny a že nejtěžší z toho všeho musely být otázky, proč se to všechno děje a co by se dalo podniknout proti tomu. Říkali jsme si, že bychom si rádi přečetli podobné paměti od někoho, kdo se narodil v Německu, zažil nejdříve rozpínavost své říše a pak její pád, bál se o své bojující příbuzné a zároveň se musel shánět po jídle a skrývat se při náletech.

Před několika dny se mi tohle přání splnilo – půjčila jsem si totiž z knihovny „Zlodějku knih“ a zamilovala si hned od začátku malou Liesel, jejího náhradního tatínka Hanse, kamaráda Rudyho... a ještě někoho, ale to nebudu prozrazovat, protože někteří z vás možná tuhle knížku zatím nečetli, uvažují o ní a nechtěli by vědět podrobnosti předem. Název je myslím docela známý, protože stejnojmenný film se už od loňska stačil proslavit a je ze všech stran chválený. Já jsem ho zatím neviděla - to



Klajpeda - památník obětem války, foto Libuše Leischnerová

je tím, že vždycky nejraději začínám knížkou, pokud je ta možnost. Musím říci, že autor **Markus Zusak** má můj velký obdiv a jsem mu vděčná za to, že vytvořil (v mladém věku 30 let) tak ryzí příběh. Z internetu (viz [zde](#)) vím, že autorova maminka je Němka, provdala se za Rakušana a žije už od padesátých let v Austrálii. Markus je nejmladší ze čtyř dětí, odmala slýchal vzpomínky rodičů a některé detaily ho k napsání „Zlodějky knih“ inspirovaly. Vše pak ještě pečlivě ověřoval. Vůbec nepočítal s tím, že úspěch u čtenářů bude tak obrovský. Jako knihovnice tohle dobře znám, protože nejčastějším přáním je: „Dejte mi něco odpočinkového, nenáročného, něco na uklidnění před spaním...“, případně: „Ať je to hodně napínavé, třeba nějaký thriller, ale jen z fantazie, ne ze života – starostí mám až po krk a chci na ně při čtení zapomenout...“ Opravdovost „Zlodějky knih“ si i tak získala velké sympatie po celém světě a je z toho vidět, že pořád ještě spoustu lidí těší, když v příběhu nalez-

A tak k vyprávění o německé dívce Liesel přikládám ještě verše o holčičce z Litvy. Jejich autor, Michal Štěpánek, s jehož jménem jste se na stránkách Kompostu setkali už mnohokrát, je také mladý člověk, také mu hodně záleží na tom, co píše, a co o něm možná zatím nevíte – je od nás, ze Strakonice... **-ah-**

Ten den hvězdy padaly

*Bílý čistý papír je malé narozené dítě
pište na něj hezky
dítě se učí psát podle vás
chcete pak poslouchat hezké příběhy?
Duše jak ovce bílé
jak krásný chvilé
jak mraky na porážku
Díry do hvězd pod hvězdou srdce kvetlo
Díry do hvězd a pod hvězdou živé světlo
Noc byla hvězdná od výbuchů smíchu
od šíleného smíchu
Noc jak bílý den
Bílá se snadno poskvíní...
A kulek bylo víc než lidí
A pod hromadou těl
Kde smrt byla ze všech stran
Pod rozkazy nadřizených
Pod tíhou jejich viny
Čistá duše čekala na život ve smrti
Bez přátel bez rodiny
bez tatínka bez maminky*

*malá duše nahá
pod kilogramy smrti ležela
oblečená do těla
a brečela brečela brečela a brečela
oblečená do těla
v oblečení pod oblečením
které vyšlo z módy
Úzkost že i nebe bylo koutkem
uslzeného oka úzké
Samota slz které se ani v kaluž nespojí
Lidskost rozervána na lid a kost...
Zlomila se lidskost... lid a kost ohlodána
Náhle
Nádech duše byl slyšet...
Andělíčku můj strážníčku
opatruj mi mou dušičku
opatruj ji ve dne v noci
ochraňuj ji od zlé moci
Ukrutná zima
Nesnesitelná krutost
V dálce utichá zpěv hyen
Zpěv utichl*

*I jejich vina bez odpuštění
Čistá duše jak život vstává z hrobu
Vstává a utíká
Kam?
Jen utíká
Nelidské myšlenky v lidský čin... zločin
neživé myšlenky rodí živou smrt
Čistá duše se ušpinila krví
Na prvních stránkách života je smrt
A malé dítě znalo jen dobro
Krvavé podchlazené tělíčko je vidět
v dálce
Běží
Budoucnost
Utíká
Minulost
Holčička
Smrt jí zachránila život
Mizí
Snad v dobrých rukách...*

Michal Štěpánek



Listovka

Zapomenuté kouty Strakonicka – rybník Malduchy u Chrášťovic

Když jsme končili se seriálem „Zatoulánek ve své nové rodině“ a odstartovali „Zapomenuté kouty“, byli jsme zvědaví, jestli se zapojí i někdo „zvenku“. Máme totiž zkušenost, že příspěvky více osobního charakteru mají někteří naši čtenáři obzvlášť rádi, zatímco jiní se podivují, proč v odborně zaměřeném časopisu vůbec něco takového uveřejňujeme. A hlavně se nikomu moc nechce vyprávět o něčem, co mu přirostlo k srdci, i když vzpomínky od někoho jiného si přečte s chutí. Jak se dalo předem odhadnout, nikdo nám žádné fotografie do miniseriálu o hezkých místech Strakonicka zatím neposlal, ale máme dost svých, a tak si s nimi vystačíme. Ohlasy jsou dobré, a tak není co řešit.

O snímek Malduch jsem poprosila mého muže Vildu, protože vím, že je to jeho oblíbený rybník. Naučil se tady s pomocí svého strýce, pana Karla Červenky, kdysi plavat, zastavili jsme se tu mnohokrát na našich cyklistických i pěších toulkách, pozvali jsme sem své přátele a už dvakrát i účastníky akcí pro veřejnost. Při té příležitosti jsme vždycky vzpomněli na pana Václava Chána, s nímž jsme pravidelně procházeli krajinou v letech 1997 – 2008 a od nějž jsme slýchávali přirovnání obce Chrášťovice k malovanému lidovému betlému. Jejich poloha ve svahu mírného kopce tomu opravdu napomáhá a ať se díváme odkudkoliv, vidíme je pěkně na obzoru, osobitě a nezaměnitelné. Ne každý je ale někdy spatřil přes modrou hladinu rybníka, protože pěšina vedoucí k Malduchám je celkem nenápadná a snadno se přehlédne. Vydat se po ní rozhodně stojí za to a o kýčovitou fotografii je postaráno. Navíc je zde klid, ticho, hnízdí tu vodní ptactvo a v zimě je to tu opravdu jak v oživlé vánoční pohlednici. V létě, kdy je hladina rybníka sytě modrá, je to tu ale ještě hezčí, a tak jsem pro tenhle díl „Zapomenutých koutů Strakonicka“ vybrala listopadové číslo, kdy vzpomínka na slunečné dny je ještě čerstvá, ale k vánočním svátkům už je také hodně blízko...



Rybník Malduchy s obcí Chrášťovice v pozadí, foto -vh-

I když v Listovce není zvykem uvádět podrobnosti o výskytu jednotlivých druhů pozorovaných živočichů, k tomuto článku jich Vilda sepsal plno a ráda jejich výčet připojím, protože si myslím, že rybník Malduchy je opravdu tak trochu pozapomenutý a že ne každý měl příležitost si jeho okolí pořádně projít. Takže:

Jaro je poznamenáno hejnky husy velké, na vodní hladině můžeme pozorovat kachní společenství zastoupené kachnou divokou, polákem velkým, polákem chocholačkou, kopřivkou obecnou. Ke spatření je i zajímavá potápka roháč, volavka popelavá, lyska černá a labuť velká. Z dravců se nad rákosinami často vznáší moták pochop a občasný je i přelet orla mořského. Občas z pobřežního porostu vylétne rákosník proužkovaný a okraj břehu je obohacen konipasem bílým. Káně lesní nad nedalekými poli, loukami a lesíky je stále ještě běžnou součástí krajiny. Motýlí fauna je v posledních letech slabá. Pouhopouhý bělásek zelný, řepový, řeřichový a babočka sítkovaná a osiková jsou obvyklými obyvateli kdysi suchých cest a mezi dnes mnohdy již neudržovaných. Nedaleké občas vypouštěné rybníky hostí čejku chocholatou a jiné bahňáky. Dříve hojný racek chechtavý se stává i zde takřka vzácností. V nedalekých Leskovicích bylo možno kdysi pozorovat žluvu hajní ve vzrostlých stromech okolo rybníku Oblože.

-ah, vh-



Jedlý Kompost

Houby

Dršťková polévka z hlívy

Ingredience: hlíva ústřičná (200 g), cibule, česnek (3 stroužky), střední mrkev, menší petržel (kořen), divoké koření (celý pepř, nové koření, bobkový list), sladká paprika, drcený kmín, sůl, majoránka, pepř, rostlinný olej, celozrnná hladká mouka

Postup přípravy: Na oleji zpěníme nadrobno pokrájenou cibuli, přidáme na nudličky pokrájenou hlívu, drcený kmín, pepř, sůl a několik minut restujeme. Základ zaprášíme sladkou paprikou a hladkou celozrnnou

nou moukou, dobře rozmícháme a zalijeme vodou. Přidáme nejmenno nastrouhanou mrkev a petržel, divoké koření a vaříme do změknutí hlívy (nejméně 20 minut). Několik minut před koncem varu přidáme utřený česnek a majoránku. Polévku dle chuti dosolíme.

Plněné žampiony

Ingredience: žampiony (200 g), sekaný listový špenát (200 g), celozrnný kuskus (100 g), česnek (3 - 4 stroužky), sůl, olej, ocet

Postup přípravy: Žampiony zbavíme nožiček, ty pokrájíme a odložíme stranou. Utřený česnek krátce orestujeme na oleji a přidáme pokrájené nožičky, osolíme a několik minut restujeme. Přidáme špenát zbavený vody, promícháme a krátce povaříme. Dle návodu si připravíme kuskus a vmícháme do špenátového základu. Vzniklou směsí vrchovatě plníme klobouky. Připravíme si marinádu - smícháme olej s octem v poměru 2:1 a mírně osolíme. Marinádou vylijeme zapékací nádobu nebo plech, kam klademe plněné klobouky. Pečeme asi 30 min. na 200 °C.

Houbová paštika

Ingredience: libovolná směs hub (cca 250 g), dvě cibule, tofu (lahůdkové, bylinkové nebo uzené), lahůdkové droždí (2 lžičky), škrob (1 lžička), pepř, drcený koriandr, drcený kmín, tymián, rozmarýn, sůl, olej

Postup přípravy: Na oleji orestujeme dvě pokrájené cibule. Přidáme na plátky pokrájené houby, osolíme, přidáme kmín a pepř a dusíme alespoň 10 minut. Houbový základ umixujeme s tofu, přidáme ostatní ingredience, dle chuti dosolíme a dokořeníme. Směs vložíme do olejem vymazané zapékací misky a pečeme při 200 °C asi 30 minut. Hotovou paštiku necháme důkladně vychladnout. -jj-

Červená řepa

Slaný koláč s řepou a sýrem feta (bezlepkový)

Ingredience:

Na těsto: 280 g pohankové mouky, 140 g másla (veganská verze - rostlinné máslo ALSAN-S), 8 lžic vody, špetka soli

Na náplň: tři střední až větší řepy předem uvařené ve slupce, plná hrst rukoly, méně či více, jak vám chutná, 150g sýru feta



Foto -jj-

(tofu – pro vegany), kopr dle chuti, sůl, pepř drcený v misce či z mlýnku, citron, olej
K pečení: pečící papír, fazole na zatížení papíru

Postup přípravy: Nejprve si připravíme **těsto**, a to tak, že smícháme mouku s máslem a vytvoříme drobenku, k ní přidáme špetku soli a vodu, drobenka se nám spojí v těsto, které chvíli zpracováváme a utvoříme „kouli“, kterou necháme uležet, v potravinové fólii zabalenou, alespoň půl hodiny v ledničce. Po půl hodině, ale lépe i delším čase, těsto vyjmeme, lehce ještě propracujeme a rozválíme v placku o trochu větší, než je forma na koláč. Do formy vystříháme kolečko z pečícího papíru a okraj vytřeme máslem. Těsto pak pomocí válečku přeneseme do formy a vmačkáme do okrajů (pokud se vám bude trhat, raději jej znovu zpracujte a vyválejte). Dno propícháme vidličkou a přikryjeme pečícím papírem, zatížíme fazolemi (aby se nám nedělaly bubliny). Dáme do vyhřáté trouby na cca 200°C. Pečeme takto asi 20 minut pod papírem, pak ho sundáme a dopékáme 5 - 10 min. Jestli je korpus upečený, poznáme podle zhnědnutí. Nyní máme hotový základ k přidání náplně, kterou jsme si mohli připravit během chladnutí těsta.

Řepu, předem uvařenou ve vodě s trochou kurkumy pro zažívání, oloupeme, překrojíme na půl a nakrájíme na plátky. Osmahneme na oleji, osolíme, opepříme, přidáme nakrájený kopr a nakonec rukolu i část sýru na kostičky, zakápneme citronem. Směs pak dáme na předpečený korpus a nakonec ještě přidáme nezrůžovělé kousky sýru navrch a dáme zapéct na 10 - 15 min.

Salát z červené řepy

Ingredience: 2 větší řepy, 3 rajčata, 2 střední cibule, 5 stroužků česneku, sůl, citron, tofu natural

Postup přípravy: Řepu nakrájíme na kostičky a uvaříme do měkka, vaří se poměrně dlouho. Na rozpáleném oleji osmahneme cibuli nakrájenou na půlkolečka spolu s nastrouhaným tofu a plátky česneku, poté přidáme rajčata nakrájená na měsíčky. Když jsou rajčata zcela změkklá, vypneme plotnu a smícháme s uvařenou řepou. Dle chuti osolíme, zakápneme citronem a necháme uležet. Můžeme ozdobit nasekanou zelenou petrželkou.

Boršč zimní

Ingredience: 3 řepy, 1 cibule, 3 mrkve, 2 petrželky, 1/8 celeru, ¼ bílého zelí, 3 bram-

bory, hrstka zelené petrželky, sůl, 2 bobkové listy, 5 kuliček nového koření, 5 kuliček pepře

Postup přípravy: Osmahneme cibuli, petržel a mrkev. Zalijeme vodou, přidáme nakrájenou řepu, celer, brambory, vše na podobně velké kousky. Přidáme bobkový list, pepř a nové koření. Vaříme do změknutí, chvilku před koncem přidáme nakrouhané zelí a polévku osolíme dle chuti. Podáváme s najemno nasekanou petrželí.

Červené kofty

Ingredience: 3 velké řepy, 7 cm zázvoru - dle chuti, koření masala barbecue, 5 kuliček koriandru celého společně s chilli rozdrceného v hmoždíři, hladká celozrnná mouka dle štavnatosti řepy, olej

Postup přípravy: 1/3 řepy nastrouháme najemno, 2/3 řepy nastrouháme nahrubo. Nastrouháme najemno i zázvor. Směs okořeníme a postupně přidáváme mouku a hněteme, mouky přidáme tolik, aby ze směsi šly tvarovat placičky, které smažíme na oleji. Podáváme se zelným salátem.

Čokoládový dort s červenou řepou

Ingredience:

Těsto: 200g kvalitní hořké čokolády, 3 domácí vejce, 200g třtinového cukru, 100ml slunečnicového oleje, 100g hladké špaldové mouky, 1 a ½ lžičky jedlé sody, 50g mletých mandlí, 250g syrové červené řepy

Poleva: 100g kvalitní hořké čokolády, 1 lžice třtinového cukru, 100g zakysané smetany nebo kokosové smetany

Postup přípravy: Troubu rozejdeme na 180°C. Dortovou formu vymažeme máslem. Čokoládu nalámeme na kousky a rozpustíme ve vodní lázni. Vejce s cukrem a olejem elektrickým šlehačem šleháme asi 3 minuty. Přidáme prosátou mouku se sodou a mletými mandlemi a znovu krátce prošleháme. Oloupeme červenou řepu a nastrouháme ji na jemném struhadle. Vymačkáme z ní šťávu (tu vypijeme) a řepu přidáme i s rozpuštěnou čokoládou ke směsi a promícháme. Těsto nalijeme do formy a pečeme 50 - 60 minut. Upečený dort necháme ve formě ještě asi 10 minut, poté jej vyjmeme a dáme vychladnout. Na polevu rozpustíme čokoládu ve vodní lázni, lehce ji zchladíme a vmícháme do ní cukr se smetanou. Potřeme celý povrch i boky dortu. Necháme uležet. **Tereza Břeňová**



Foto Nikola Langerová

Kompost - Strakonický měsíčník o ochraně přírody

Příspěvky v tomto čísle - Jan Juráš, Alena Hrdličková, Vilém Hrdlička, Eva Legátová, Lenka Vamberová, Zdeňka Skalická, Simona Šafářčková, Michal Štěpánek, Tereza Břeňová

Grafika - Jan Juráš

Logo Kompost - Monika Březinová

Kresby - Ivana Jonová

Jazyková úprava - Alena Hrdličková

Kontakt - jan.juras@knih-st.cz, 380 422 721

Publikované články vyjadřují výhradně názory autorů



Anticopyright 2014

Ing. Jan Juráš -jj-

Ekoporadna při ŠK, Inf. centrum NO a EU, Husova 380

Po - Čt: 7:30 - 16:00, Pá - po domluvě

tel.: 380 422 721, 721 658 244

E-mail: jan.juras@knih-st.cz

Mgr. Alena Hrdličková -ah-

Pobočka ŠK Za Parkem, Husova 380

Po a Čt: 13:00 - 18:00, St: 8:00 - 12:00 (otevírací doba půjčovny pro děti a dospělé)

tel.: 380 422 720

E-mail: alena.hrdlickova@knih-st.cz

Ing. Vilém Hrdlička -vh-

Základní organizace Českého svazu ochránců přírody Strakonice, Zámek 1

www.csop-strakonice.net

E-mail: posta@csop-strakonice.net

