

INFOŽELVÍK

2023/24 18. ročník

Prosinec 2023

Vánoční zvyky
Recepty nejen
na Vánoce

*Vánoce nejsou
čas ani období,
ale stav mysli.*

2.

01	Rozhovor s vedoucí šk. jídelny - co bychom měli vědět...	4-6
02	Ozdobný vánoční stromeček - jak si vyrobit vánoční dekoraci	7
03	Vánoce ve světě - jak se slaví jinde	8-9
04	Tipy na dárky - můžeme zkusit vyrobit sami	10
05	Historie boloňských špaget - naše oblíbené	11
06	Vznik Pizzy - jak to všechno začalo	12
07	Carbonara a Aglio Olio - jednoduché, ale dobré	13-14
07	Špagety alla pizza - co všechno lze spojit	15

Špagety boloňské a klasika

- jak na základní recepty

07

Muffiny

- a sladká tečka na závěr

07

Cena pro infoželvík

- byli jsme oceněni :-))

08

Hezké Vánoce
a příjemné
čtení!



16-17

18

19

01

Rozhovor s vedoucí školní jídelny

1. Kolik u vás vaří kuchařek?

To je těžké, řekla bych osm a půl síly, to znamená, že to je podle toho, kolik vaříme obědů. Ministerstvo školství nám spočítá, na kolik zaměstnanců máme nárok.

2. Co se stane s jídlem, které se nesí?

V poslední frontě je možnost si přidat všechno, takže i maso. Pokud zbyde nějaké ovoce, tak si ho nakonec můžete rozebrat. A to, co nesníte, se samozřejmě musí ekologicky zlikvidovat, protože to jídlo už časově prochází a je zdravotně závadné. Proto máme firmu, která zbylé jídlo ekologicky likviduje.

3. Jak jste spokojeni se strážníky nyní, s porovnáním předchozích let?

Já bych řekla, že se to docela mění, ale ne nějak výrazně. Spíš je teď požadavek zařazovat jídla z jiných surovin než dříve bylo běžné. Na druhou stranu musím říct, že zájem o to moc velký není, že je větší zájem o klasiku, na kterou jste zvyklí z domova a kterou znáte. Samozřejmě nové věci chtějí ještě trochu času, abyste si na ně zvykli, ale ono hlavně chce ta jídla ochutnat. Některé děti nové jídlo ani neochutnají, protože tyto suroviny neznají z domova a neví, co od toho očekávat.

4. Máte nějaké plány do budoucnosti s jídelnou?

Řekla bych to takhle. V poslední době, jak sami víte z médií, je problém personálně jídelny obsadit. Takže potom samozřejmě musíme brát i zaměstnance, kteří nejsou plně kvalifikovaní a nejsou úplně z oboru. Těm trvá o něco déle než se zapracují, takže naším přáním, jako provozovatele jídelny, by bylo sehnat opravdu kvalifikované zaměstnance, které by ta práce bavila i za cenu nízké finanční odměny, která tady je. Co se týká vás strážníků do budoucna, tak by-

chom chtěli udržet trend kvality jídla, který máme a také vám zařazovat nové věci. Ale bohužel se setkáváme s tím, že když něco nového zařadíme a opakujeme, tak z vaší strany moc velký zájem není. Většina z dětí nemá zájem o jídla, která pro ně nejsou ničím zajímavá, ale samozřejmě chápeme, že každý člověk něco má rád a něco nemá rád. My musíme ale vařit podle norem, které máme dané Ministerstvem zdravotnictví. To znamená, že my vám musíme předkládat určité suroviny a pokrmy, například rybu nebo luštěniny. Musíme vám dávat hodně zeleniny, mléčných výrobků a podle toho se jídelníček sestavuje. Pokud my vám zařadíme rybu a máme třeba na výběr dva obědy, tak vy utíkáte na ten oběd číslo dva bez ryby a potom rybu nebo jakoukoliv jinou surovinu musíme zařadit vícekrát, abychom spotřebu, kterou vy máte danou, za měsíc splnili. Takže je to takové malinko složitější. Samozřejmě kdyby toto všechno padlo, kdybychom nemuseli dodržovat všechny normy a spotřební koš, tak bychom vám rádi vařili to, co vám chutná. Ale musí k tomu také být podmínky v jídelně. Víme, že vy byste si rádi dali hranolky nebo hamburger, ale školní jídelna je nastavená tak, že se musí uvařit a potom se jde vydávat, to znamená, že není možné vám ty věci průběžně dělat. Takže pokud budete chtít hamburger, tak to asi nebude problém. Ale už to nebudete mít jako když si je koupíte někde v restauraci, nebudete to mít tak čerstvé jak byste asi chtěli, bude to ohřáté.

5. Jak dlouho už funguje vaše jídelna?

Tato jídelna byla postavená v roce 1964, takže provozně bych řekla, že na to, kolik se tady vaří obědů, je o něco menší než ostatní jídelny, co jsou v Pelhřimově. Takže to zde máme takové trochu stísněné, ale když se chce, všechno jde. Snažíme se dělat maximum, abyste byli spokojení.

6. Kde berete inspiraci?

Inspiraci nejčastěji hledáme na internetu a samozřejmě se díváme i na jídelníčky z jiných jídelen. My se vám snažíme alespoň třikrát týdně dát na výběr dvě jídla. Jedno jídlo je většinou v pondělí, jelikož chodí méně dětí na oběd a v pátek, jelikož je jich naopak spousta a je toho tady hodně na práci, takže dvě jídla by se nestíhala. Snažíme se zařazovat to, co je momentálně trend, například pohanku, cizrnu, luštěniny. Tyhle suroviny se vám snažíme vařit, abyste je poznali a abychom zároveň splnili spotřební koš.

7. Jak je možné, že děti, které přijdou v půl druhé na oběd a mají

objednaný oběd číslo dva, ke kterému je například kompot, ho nedostanou?

To si myslím, že by se stát nemělo. Saláty, kompoty a přílohy nejsou na přiděl. Takže pokud vám to prostě chutná, máte možnost si přidat, protože spousta dětí si salát nevezme. Pokud se někdy stalo, že má někdo dvojku a nedostane co by měl, tak ať přijde za mnou a já to vyřeším, protože to by se stát nemělo. Spíš si myslím, že ten, kdo jde na oběd si kompot vzít zapomene. Takže pokud bude mít někdo někdy s něčím problém, že například něco nedostal, tak ať jde přímo hned za mnou a já to ráda vyřeším.

Děkujeme za rozhovor.

-lari- -fany-

V anketě o „nej“ jídlo ,které bychom si přáli ve školní jídelně (Třída Legii) získala nejvíce hlasů tato jídla:

- 1) Hamburger – 70 hlasů
- 2) Pizza — 40 hlasů
- 3) Smažák —38 hlasů
- 4) Hranolky — 24 hlasů
- 5) Palačinky — 21 hlasů
- 6) Špagety — 15 hlasů
- 7) Stripsy — 11 hlasů
Svíčková — 11 hlasů
- 8) Lívance — 8 hlasů
Kebab/ Tortilla — 8 hlasů
Hranolky s kuřecím masem - 8 hlasů
- 9) Buchtičky s krémem—5 hlasů
Halušky — 5 hlasů
- 10) Steak s bramborem — 4 hlasy



Textilní ozdobný stromeček

02

Pomůcky: látka s potiskem, duté vlákno (vata), skořice, provázek, nůžky, jehla, nit

1. Z látky vystříhneme dva stejné trojúhelníky, široké 15 cm a vysoké 16 cm. Položíme je na sebe, potiskem k sobě (poruby). Na špičku horního trojúhelníku přilepíme lepidlem provázek na zavěšení.
2. Oba trojúhelníky k sobě přišijeme po obvodu, asi 5 mm od kraje. Ve spodní části necháme otvor uprostřed, asi 3 cm, pro naplnění vatou.
3. Sešité díly otočíme na líc - horní špičku prostrčíme spodním otvorem a ostatní špičky trojúhelníku dobře vytlačíme koncem nůžek, abychom měli pěkný tvar.
4. Stromeček naplníme vatou a do otvoru prostrčíme skořicový klacík.
5. Spodní část zašijeme a kolem klacíku utáhneme, aby nevypadl.

Veselé Vánoce!

-davi-



03

Vánoce ve světě

Také už jste někdy přemýšleli o tom, jaké vánoční zvyky mají v ostatních evropských státech? Kdo v jiných evropských zemích nosí dárky a co si dávají ke Štědrovečerní večeři? Ne? Tak jestli se to chcete dozvědět, čtěte dál!

Polsko

Vánocům se zde říká Boże Narodzenie. Ke Štědrovečerní večeři si Poláci dávají 12 chodů (protože bylo 12 apoštolů). Také si na stůl prostírají o jeden talíř více, kdyby náhodou přišel nějaký nečekaný host. Dárky zde většinou nosí sv. Mikuláš, ale záleží na regionu (v některých regionech dárky nosí např. Gwiazdor, Hvězdička, Děťátko nebo třeba Andílek).

Itálie

V Itálii jsou mnohem důležitější jesličky než vánoční stromeček. Jedna figurka v nich ale chybí. Je to Ježíšek, který se do jesliček dává až na Štědrý den. Dárky v Itálii nosí Babbo Natale, který do Itálie jezdí až z Finska anebo taky čarodějnice Befana, ale ta dárky nosí až okolo Tří králů.

Maďarsko

Vánoce v Maďarsku se hodně podobají našim Vánocům. I když... Maďaři například večeří až po nadílce, kterou naděluje Jezuska (Ježíšek). K večeři mají polévku halászlé, smaženou rybu, plněné zelí

a jako dezert mají závin plněný jedlými kaštany. Když začne advent, pod ubrus si dávají zrnko obilí z poslední úrody. Projevují tím vděčnost za dobrou úrodu.

Norsko

V Norsku mají na Štědrý den hodně jídla. Děti si den předem na postelevěsí velké ponožky, ve kterých na Štědrý den ráno hledají různé dobroty. Potom mají velkou snídani skládající se například z domácích zavařenin, drobných mořských živočichů, sobího masa, vajec, sýrů, atd... K večeři Norové jedí vepřový bok ve vlastní šťávě s vařenými brambory. Dárčky zde nosí koza krále Olafa II. Norské Vánoce se také nemůžou obejít bez české pohádky Tři oříšky pro Popelku.

Zdroj: Adventní knížka pro Ježíška, Google

-linde-



04

Inspirace na vlastní výrobu dárků

1) Čajové stromečky:

Až spotřebujete kuchyňské ubrousky, nechte si ruličku, která vám zbyde a na tu nalepte od shora dolů čajové pytlíčky.

2) Sůl do koupele:

Kupte různé sole a lahvičku.

Smíchejte je tak, aby se vytvořily pruhy. Nalepte jmenovku, na kterou napíšete příchut' a vůni dané soli.

3) Vlastnoručně vyrobené hrníčky:

Pořídte si obyčejné bílé hrníčky. Do horké vody nalijte lak na nehty (můžete zkusit různé barevné kombinace). Lak se ve vodě rozpustí a pokud do barevné vody ponoříte hrnek, krásně se na něm vytvoří barevná mozaika. Klidně ho popište a nechte zapéct v troubě alespoň na 20 minut.

-Nela Halášová, Nikola Halášová -

Historie boloňských špaget

05

Většina lidí si myslí, že boloňské špagety vznikly ve městě Bologna.

Ale i když se špagety jmenují Bolognese, není tomu tak. Na nový recept přišel v roce 1891 ve městě Imola (trochu západně od Bologny), kuchař Alberto Alvisi. Jeho recept vyšel v kuchařské knize Pellegrino Artusi a stal se všeobecně oblíbeným. Alvisiho „Maccheroni alla bolognese“ ale nevypadaly jako boloňské špagety, jak je známe dnes. Více se podobaly francouzskému „ragoûtu“ (guláši).



-linde-

06

Vznik Pizzy

Pizza v té nejjednodušší podobě vznikla už v dávné minulosti.

Sama historie této placky sahá do roku 500 let př.n.l, kdy si v dobách Perské říše vojáci pekli chlebové placky na svých štítech. Moderní italská pizza se začala péct kolem 18. století, kdy se do italského jídelníčku pomalu, ale jistě začala dostávat rajčata v jakékoli podobě. I když rajčata jako taková přišla do Itálie již roku 1530, tehdy si lidé mysleli, že jsou jedovaté a pěstovali je jen kvůli

dekoraci. Každopádně s inovativním a nejspíše také průkopnickým použitím rajčat v kuchyni přišli lidé z italské Neapole. A tato rajčata

začali také používat na jejich pizze. Populární pizza Margarita, kterou si stačí objednat v každé České pizzerii k testování kvality, je pojmenovaná podle královny Margarity, která v roce 1889 navštívila pizzerii s názvem Brandi v italské Nea-

poli. Pizzař, který ten den byl ve službě, chtěl pro královnu udělat něco, čím by ji poctil. Vytvořil pizzu,



kteřá obsahuje tři barvy italské vlajky. Červenou- rajčatový základ, bílou- mozzarella a zelenou- bazalku. Tato zázračná kombinace jednoduchých potravin byla zásahem do vkusu královny Margarity a celého světa.

-katy-

Carbonara je způsob úpravy těstovin, který pochází z italské kuchyně, rozšířený je především v Římě a okolí. Nejčastěji se vaří ze špaget (to je právě dnešní recept), ale mohou se použít i jiné druhy těstovin. Jak už jste se tedy mohli dočíst, dnešní recept budou špagety carbonara.

Ingredience:

250 g špaget

150 g anglické slaniny

50 g parmazánu

2 vaječné žloutky (z vajec velikosti M)

1 vejce (velikost M)
sůl

Postup: 1. Nejdříve si dáme vařit špagety. Do většího hrnce nalijeme vodu, přisypeme 1 lžičku soli a přivedeme k varu. Když voda začne vřít, nasypeme do hrnce špagety a vaříme na středním plameni 10-12 minut nebo podle návodu na obalu. Po uvaření špagety sceďíme a do hrnku si odlijeme 150 ml vody, ve které se špagety vařily. 2. Mezitím dáme do větší hluboké pánve slaninu nakrájenou na kostičky a pánev začneme po-

malu rozehřívát na mírném až středním plameni. Jakmile bude slanina dozlatova vyškvařená, vypneme plamen a pánev dáme stranou. 3. Po uvaření špaget si připravíme sýrovou směs. V menší misce smícháme vidličkou najemno nastrouhavý parmazán, 2 žloutky, 1 vejce a zhruba 100 ml vody ze špaget. 4. Do pánve se slaninou následně přidáme uvařené a scezené špagety a začneme zahřívát na mírném plameni po dobu 30-60 vteřin za stálého míchání.

Mícháme důkladně, aby se špagety obalily tukem ze slaniny. Sýrovou směs s vejci poté vlijeme do pánve, vypneme plamen, přilijeme další 3-4 lžíce vody ze špaget a mícháme, dokud se špagety zcela neobalí směsí a nebudou se lesknout. Teplota ze špaget uvaří vejce a zároveň rozpustí i sýr a tím vznikne klasická jemná omáčka carbonara. 5. Dokončené špagety s omáčkou dle potřeby dochutíme solí, rozdělíme do jednotlivých talířů a podáváme. zdroj: Wikipedie, vlastní zdroj, 30 minut v kuchyni (kniha)

-agi-

Špagety

Aglio olio

Je to úplně jednoduchý a výborný recept. Zvládnete ho rychle a kdykoliv. Budete potřebovat špagety, podle toho, kolik jich chcete dělat. Dáte je vařit a mezitím si připravíte (olivový) olej nebo rozpuštěné máslo. Na dvě porce špaget si do misky nalijeme cca 3 lžíce oleje/rozpuštěného másla. Do toho si rozmačkáme 2-3

stroužky česneku, přidáme mleté chilli papričky, pepř, sůl a můžeme přidat i nějaké koření nebo bylinky. Tuhle směs smícháme se špagetami. Do špaget můžeme přidat cokoli nám chutná, třeba krevety nebo rajčata. Navrch ještě nasypeme parmezán nebo jakýkoliv jiný sýr, který nám chutná. Snad vám špagety budou chutnat. Dobrou chuť.

-lari-



Špagety alla pizza

1. Uvaříme špagety a rovnoměrně je rozprostřeme na plech.
2. Potřeme kečupem nebo rajským protlakem.
3. Nastrouháme špekáčky
4. Přidáme nakrájenou papriku
5. Nesmíme zapomenout na rajčátka
6. Okořeníme (sůl, pepř,oregáno)
7. Nastrouháme sýr dle chuti
8. A dáme péct tak na 45 minut, pečeme na 170 stupňů Celsia.
9. Pochutnejte si!!

-paja-



Recept na špagety

K u vaření mých oblíbených špaget budeme potřebovat tyto ingredience:

těstoviny-špagety-500g

párky-300g

1 cibule, česnek 3 stroužky

plechovku sterilovaných rajčat

na dohotovení tvrdý sýr

Postup:

Nejdříve uvaříme špagety. Do velikého hrnce nalijeme osolenou vodu, která by měla být slaná podobně jako mořská. Přivedeme k varu, přidáme těstoviny, pohlídáme, aby se nepřilepily na dno, necháme vařit na skus (7-10 min.). Cibuli nakrájenou na kostičky dáme smažit na olej. Nakrájíme párky na kolečka, nakrájíme tři stroužky česneku a obojí přidáme k cibulce. Necháme zlehka opéct, rozvonět a přidáme rajčata z plechovky. Scedíme špagety, nastrouháme sýr a můžeme servírovat.

-marty -



Boloňské špagety

Ingredience: ½ kg mletého vepřového masa, olej, 1 mrkev, 1 celer, 2 stroužky česneku, 1 cibule, špagety, sůl, pepř, oregáno a rajský protlak.

Postup: Nakrájíme cibulku na jemno a osmažíme na oleji do zlatova. Přidáme mleté maso, osolíme, opeříme a chvíli restujeme. Mrkev a celer nakrájíme na nudličky a k masu přimícháme. Poté přidáme česnek - nakrájíme na malé kousky a opět restujeme. Po chvíli zalijeme rajským protlakem, vlijeme vývar a dusíme pod pokličkou na mírném ohni půl hodiny. Špagety uvaříme v osolené vroucí vodě do měkka. Slijeme vodu a podáváme.

-maty-



Recept na 12 čokoládových muffinů

Budeme potřebovat:

- 125 g másla
- 250 g hladké mouky
- 2 ks vejce
- 5 lžic mléka
- 1 lžička prášku do pečiva
- 1ks čokolády nasekané
- 100 g cukru krupice

Postup:

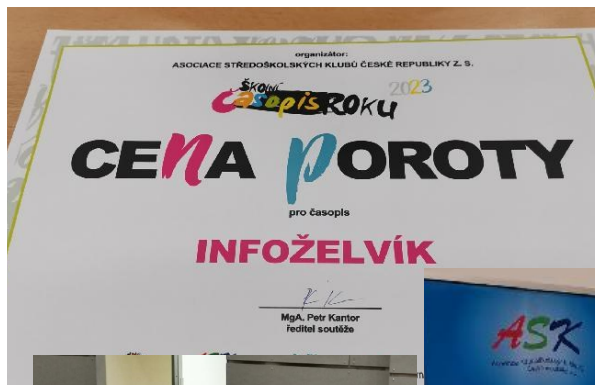
- 1) Troubu předehřejeme na 180 stupňů.
- 2) Změklé máslo, cukr vejce ušlehejte aby se cukr rozpustil, přidejte mouku s práškem do pečiva a promíchejte.
- 3) Nakonec přidejte mléko, čokoládu pokrájenou na malé kousky a vše ještě jednou promíchejte.
- 4) Formu na muffiny naplňte směsí a dejte péct.
- 5) Upečené Milka muffiny nechte vychladnout. **-neli-**



Cena pro Infoželvík

08

Čtveřice redaktorek našeho školního časopisu Infoželvík s paní učitelkou Medovou se zúčastnila "Mediálního dne" na katedře sociálních věd Masarykovy univerzity v Brně, jehož součástí bylo i vyhlášení "Školního časopisu roku" v celostátní soutěži. Velkým radostným překvapením pro nás bylo získání "Ceny poroty", na což jsme náležitě pyšní!





Šéfredaktoři:

Laura Frühaufová

-lari-

Editor:

Ondřej Ludvík

Redaktoři:

Agáta Brožová –agi.

Matěj Jirků—maty-

Linda Hronová -linde-

Fr. Čekalová-fany

K. Svárovská –katy-

Pavla Moravová -paja-

David Krejčí –davi-

Martin Koutek-marty-

Nelča, Niki Halásovy



kd.skolninoviny@seznam.cz



Kabinet Blanky Medové