

2015

ŘÍJEN

ČÍSLO 10

ROČNÍK XIV



Třebichovický měsíčník

POSVÍCENSKÁ ZÁBAVA 2015

sobota 24. 10. od 20:00

pohostinství Případov

Hraje IKAROS

Vstupné 70 Kč



PĚKNÁ 2015

V pondělí 26. 10. Vás zveme
do třebichovického pohostinství Případov na „Pěknou“.

Od 9.00 hodin je pro Vás připravená živá hudba
v podání kapely

„DUO ÚŽAS“

Dále Vás čeká ovárek, gulášek, polévka
a příjemná atmosféra.

Otevíráme již v 8:00 hod. Těšíme se na Vás.

KONTEJNER NA VELKOOBJEMOVÝ ODPAD

TŘEBICHOVICE za OÚ



pátek	16. října	8-12 a 13-17
sobota	17. října	8-12

SAKY

►►► POZOR ZMĚNA ◀◀◀

V Sakách bude na požádání po oba dny
jezdit traktor a svážet od občanů odpad.
V případě zájmu volejte 312 672 216

a sjednejte si podrobnosti
odvozu. Kontejner bude
přistaven v areálu vodárny
pod zámkem. Blíže uvnitř čísla



SVOZ BIOPOPELNIC

Od 6. 11. bude vyvážení
popelnic s biodpadem
zajišťovat obec!

Každý pátek – 6., 13., 20., 27.
listopadu

Blíže uvnitř čísla

Uzávěrka tohoto čísla: 11. října 2015

Informační zpravodaj TŘEBICHOVICKÝ MĚSÍČNÍK
vydává Obecní úřad Třebichovice. MK ČR E 13890.

Připravila: M. Jehličková (mj)

Příspěvky: P. Uharček (pu), E. Hájková, M. Antušák,
M. Jakeš ml., M. Kalušová, P. Fejfar ml.

Provozní hodiny OÚ Třebichovice

Po:	7.00 – 13.00	18.00 – 20.00
Út:	7.00 – 12.00	13.00 – 15.00
St:	7.00 – 13.00	15.00 – 17.00
Čt:	7.00 – 12.00	13.00 – 15.00
Pá:	7.00 – 12.00	13.00 – 15.00

Pokladní hodiny (doba, kdy OÚ přijímá platby)

Po:	7.00 – 13.00	18.00 – 20.00
St:	7.00 – 13.00	15.00 – 17.00

Telefon: 312 672 216

E-mail: obectrebichovice@seznam.cz

URL: www.trebichovice.cz

INFORMACE Z OÚ

Každý rok touto dobou nacházíte na stránkách měsíčníku nabídku obce na pomoc s likvidací větví, které se právě nyní ořezávají.

Dlouhá léta jste je mohli vozit na prostranství za fotbalovou brankou, kde jsme je průběžně likvidovali, buď pomocí štěpkovače, nebo se dřevní hmota pálila.

Letošní rok přináší změnu. Možná jste si všimli cedulky, která ponouká občany, aby na toto místo již nic nevozili a kontaktovali pracovníky obce.

Kde lze likvidovat větve???

Likvidace dřevní hmoty probíhá v areálu bývalé vodárny v Sakách, kam ji lze od letošního podzimu navážet ve spolupráci s obcí.

Žádáme tedy ty z vás, kteří nechtějí doma pálit větve a obtěžovat tak své sousedy kouřem, aby využili této možnosti a domluvili si vše s pány Polánkem, Vlčkem či Švejdou, popř. můžete kontaktovat i pí Fejfarovou na tel. 312 672 216. Likvidace dřevní hmoty je pro občany bezplatná, počítáme pouze s Vaší účastí při nakládání na korbu...

Dovoluji si připomenout, že listí a rostlinné zbytky nejsou odpad, ale surovina, která by se měla vrátit zpět do přírody! Kompostujte, je-li to možné! Listí pokud možno nepalte, ale pomocí sekačky nadržte do kompostu. Nebo alespoň dejte nadrcené listí do BIOPELNIC.

BIOPELNIC

Koncem měsíce října končí zákonná povinnost obce zajišťovat likvidaci bioodpadu – tedy vývoz BIOPELNIC. Ty jsou vyváženy společností AVE Kladno (dříve MPS) od 1. 4. do 31. 10. běžného roku vždy 1x za 14 dní, vždy v pátek. Poslední letošní svoz zajistí AVE dne 30. 10. 2015.

Protože však máme na obci nesmírně ochotné pracovníky, kteří se sami nabídlí, že pomohou s likvidací bioodpadu během listopadu, kdy se předpokládá, že vaše popelnice budou plné listí, můžete každý pátek až do konce listopadu plnit hnědé popelnice a počítat s jejich vývozem.

SVOZ BIOPELNIC

Každý pátek

6., 13., 20., 27. listopadu 2015

Během ostatních měsíců (prosinec až březen) **nebude probíhat svoz bioodpadu**. Hnědé popelnice, prosím, vyčistěte a uskladněte. Od 1. 4. 2016 bude svoz bioodpadu opět zahájen. V případě potřeby s likvidací bioodpadu během zimních měsíců je možné požádat obec o spolupráci. Bude-li to možné, rádi pomůžeme.

Pozn.: Hnědé nádoby na odpad (biopopelnice) jsou ve vlastnictví AVE Kladno.

Velkoobjemový odpad

Přichází také čas, kdy pravidelně likvidujeme velkoobjemový odpad. Ve Třebichovicích bude přistaven kontejner za OÚ a občané mají možnost ve stanovených časech sem odpad odkládat.

V Sakách máme letos malou změnu. Kontejner, který byl přistaven na návsi před kapličkou, se stával místem, kam se sjížděli různí občané z jiných lokalit a docházelo zde k nežádoucí manipulaci s odpadem.

Kontejner bude přistaven v areálu bývalé vodárny v Sakách pod uzamčením. Pracovníci obce ho naplní vším, co nasbírali po příkopech a občany Sak objedou traktorem či multikárou a odpad od nich převezmou.

Doufám, že se s takovou službou zalíbí. Sjednat si ji mohou na telefonu 312 672 216 u pí Fejfarové. Vaše požadavky sjednotíme a odvoz odpadu zajistíme během obou svozových dnů.

M. Jehličková

OBJÍŽDKA

Z důvodu provádění oprav části komunikace II/236 v obci Smečno v termínu **od 26. 10. 2015 do 22. 11. 2015** povede objízdná trasa pro osobní vozidla po silnici II/118 a III/23641 v k.ú. Třebichovice. Nákladní doprava bude odkloněna na jinou objízdnou trasu mimo naši obec.

SVOZ NEBEZPEČNÉHO ODPADU

TŘEBICHOVICE
za OÚ

SAKY
u kapličky

sobota 14. listopadu 2015

14:35 – 14:55

13:55 – 14:25



NEBEZPEČNÝ
ODPAD

Bude se jednat o sběr:
baterií všech druhů, včetně
olověných akumulátorů, olejů,
plechovek od barev, zářivek,
výbojek, kyselin, zásad, barev,
ředidel, lepidel, teploměrů,
pesticidů, fotochemikálií,
elektronického odpadu, lednic,
čisticích prostředků,
zaolejovaných textilií a nádob
od sprejů.

3,5 HODINY POHYBU TÝDNĚ PRO ZDRAVÍ!

To, že je pravidelná pohybová aktivita součástí zdravého životního stylu, asi nikdo nepochybuje. Neustále se mluví o tom, že pokud chceme být zdraví a být aktivní do vyššího věku, měli bychom se nejen zdravě stravovat, ale také vyhledávat každý možný pohyb.

Víte, že **30 minut pohybové aktivity denně navíc** nad rámec běžných rutinních aktivit se významně podílí na zlepšení celkového stavu organismu?

Při pohybové aktivitě **dochází k uvolňování endorfinů = hormonů štěstí**. Proto není divu, že spousta lidí, co s pohybovou aktivitou začnou a mají správnou hnací sílu (ne jen hubnutí), často si bez pohybu nedokáží život představit.

Nehledě na to, že když už si čas na sport najdeme, vypouštíme u něj všechny starosti, problémy a vypneme. **Což právě v dnešní době spěchu a stresu je to, co bychom si měli dopřát všichni.**

POJĎME SE TEDY HÝBAT!

Můžete využít střední **cvičení jógy**, které pro vás připravují Renča a Alča Formánkové vždy od 19 hodin na salonku. Můžete skotačit při **zumbě** každý čtvrtek a neděli od 18 hodin taktéž na salonku. Nyní nově nabízíme od listopadu každý pátek od 19 hodin na sále **ping-pong**.

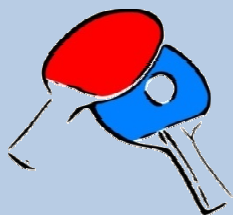
Máme také možnost zajistit **pronájem tělocvičny** v ZŠ ve Vinařicích. Pronájem je možný během víkendu a my bychom rádi vyzvali ty z vás, kteří především během zimy mají zájem o sportování v tělocvičně. Co třeba **volejbal**? Je to nabídka i pro cvičení dětí, pokud se najde někdo, by s dětmi cvičil.

Tak co vy na to? Zájemci hlaste se komukoli z OÚ, nebo třeba starostka@trebichovice.cz.

Sice jsme pro malý zájem zrušili **turistické výlety** do blízkého i vzdáleného okolí, ale pokud se najde pár nadšenců, můžeme tyto opět obnovit. A zkusit to můžete třeba 28. 10. V případě hezkého počasí to vezmeme přes horku do Vinařic.... Viz pozvánka dále.

Sportu zdar!

mj



PING-PONG

Počasí přestává přát venkovním aktivitám a vy nechcete doma jen tak zahálet?

Přijďte si zahrát stolní tenis!

Od listopadu bude možnost si zahrát každý pátek od 19 hodin na velkém sále.

K dispozici je jeden pingpongový stůl, páčky a míčky doporučujeme vzít si vlastní.

Případné dotazy pište na email
matejovskad@gmail.com

Ahoj kluci a holky, co vy a fotbal?

(ano holky můžou hrát s klukama až do 15 let ☺)



Nechtěli byste začít hrát za místní nově zakládanou mládež?

Mohl by se zúčastnit každý ve věku:

5 - 8 let mladší přípravka

9 - 10 let starší přípravka

11 - 12 let - mladší žáci

13 - 14 let - starší žáci

Chtělo by se Vám opustit na nějaký den v týdnu PC a zařadit si v kolektivu na hřišti, na čerstvém vzduchu?

Pojďme se domluvit! Kdo by měl zájem, tak ať nás

kontaktuje na tel. čísle: **723 110 644**

nebo na email sktrebichovice@seznam.cz

SK Třebichovice

pořádá

nábor malých fotbalistů a fotbalistek

Chceš si zahrát fotbal
a poznat nové kamarády?
Pokud je ti 5 let a více,
tak neváhej a přihlas se!



Martin Jakeš ml.

STALO SE

ÚHOLIČKY 2015

26. září vyjel divadelní ochotnický soubor TŘEBIVADLO na další štaci, tentokrát do nedalekých Úholiček. Přestože jsou od nás Úholičky vzdušnou čarou nějakých 20 km, cesta tam (a kupodivu i cesta zpátky) nebyla pro všechny zúčastněné vůbec jednoduchá. Díky mnohým uzavírkám a záhadným blouděním neznačenou krajinou měly osádky vozidel různé dlouhé trasy putování. Všichni jsme byli rádi, že jsme nakonec dorazili na místo určení! Myslím však, že vítěznou se stala posádka, která se vracela z Úholiček přes Horoměřice, Tuchoměřice, do Středokluk, zpět pod R7 do Čičovic, dále projela Buštěhrad a okolo Dubí do Švermova....

V Úholičkách se nám moc líbilo. Mnozí z nás se pohoupali na obří houpačce, kterou najdete na kopci za vsí.



Na návsi se konaly Svatováclavské slavnosti a po úvodním slově paní starostky vjel na náves průvod v čele se svatým Václavem na koni. Doprovázela ho také jeho babička svatá Ludmila. Václav pronesl ke všem přítomným řeč o svém osudu, o zrádném bratrovi, jenž ho o život připravil a také o těžkém prosazování křesťanských myšlenek, kterýmžto zasvětil svůj krátký život.



K dobré pohodě všech přítomných vyhrávala dechovka z Kolína, místní hasiči se činili při pečení masa a rozlévání moků všeho druhu. Prodávala se tombola, byly tu pouťové atrakce, pekl se trdelník, točila cukrová vata a hlavně se tu **hrálo divadlo!**

Veřejná prostranství zdobily krásné kovářské výrobky a tak jsme se chtěli zeptat našeho sackého kováře Standy Rovného, zda by nám taky něco takového nevykoval???



V zrekonstruovaném statku a také na venkovním podiu před ním se střídala jedna divadelní produkce za druhou. Pod patronací obecně prospěšné společnosti Přemyslovské střední Čechy se tu uskutečnil další ročník putovního nejen divadelního festivalu s názvem **PŘEDIVO**.

Troufám si říci, že naši ochotníci zazářili se svou pohádkou Myší kožíšek, kterou v letošním roce viděli diváci v mnoha obcích našeho kraje. Chůva Janička na závěr pohádky pozvala přítomné děti, aby se přišly na podium vyfotit.



Členové ochotnického spolku děkují všem svým třebichovickým fanouškům, kteří za nimi přijeli a podpořili jejich konání.

Všem členům TŘEBIVADLA patří tak mé veliké poděkování za jejich dosavadní píli a snahu, a především za to, že obětují tolik vlastního času pro společnou věc. Díky tomuto volnému společenství lidí, které spojuje pouto krásného přátelství a lásky k divadlu, jsou Třebichovice o mnohé bohatší. A tak moji milí ochotníci – *nedejte zahynouti nám ni budoucím!*

Markéta Jehličková

POZVÁNKA NA DERNIÉRU

Rozloučení s pohádkou o Myším kožíšku můžete shlédnout **v sobotu 19. prosince od 16 hodin na sále ve Třebichovicích**. Na příští sezonu je připravena pohádka nová, tentokrát z autorské dílny Kačky Pečené, která se také ujme jejího režírování. Hodně štěstí všem a my se už můžeme těšit na novou premiéru.

mj

MYŠÍ KOŽÍŠEK

DERNIÉRA
19. 12. 2015
od 16:00
na sále ve
Třebichovicích





Vážení čtenáři,

dostal jsem příležitost stručně představit naši organizaci.

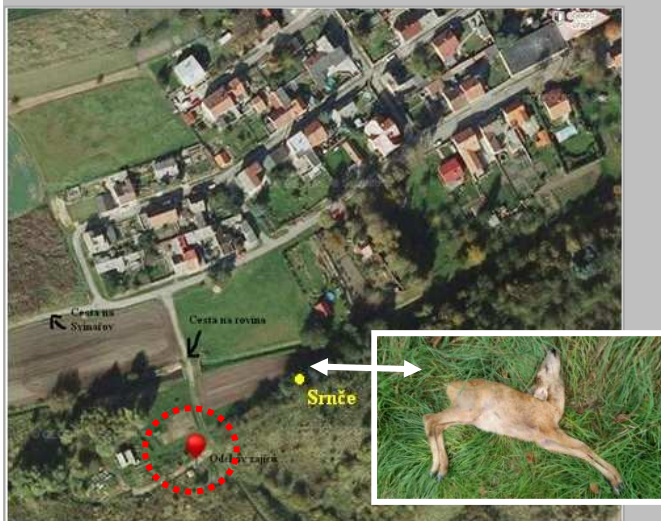
Jsme pětičlenná skupinka lidí, sokolníků a myslivců, kteří se již nemohli dívat na prudce klesající populaci zajíce polního. Toto nás přivedlo na myšlenku, jak bychom mohli pomoci, a proto jsme v roce 2014 začali s umělým odchovem.

Myšlenka se přeměnila v činy. Ve svém volném čase a z vlastních finančních zdrojů jsme začali budovat odchovny. Když jsme měli chovnou základnu připravenou, jelo se pro první páry.

Každoročně se nám daří odchovávat několik mlád'at. Po třech měsících každodenní péče, dochází k jejich vypouštění do aklimatizační obůrky. Odsud jsou následně vypuštěni do volné přírody. Ale o detailech chovu snad někdy příště.

Veškeré aktivity spojené s odchováváním zajíců probíhají na soukromých pozemcích.

Viz mapa



Zleva: Hokr Ladislav, Fejfar Petr st., Ledvinková Stanislava, Fejfar Petr ml., Sábl Jiří

P E S „PYTLÁK“

Vážení pejskaři,

dovolte mi, abych vás informoval o nemilé skutečnosti, která se v naší obci stala.

Tento týden došlo k usmrcení srnčete a to díky nezodpovědným majitelům pejsků. Událost se stala kousek od našich odchoven. Každý by měl vědět, že nechat svého čtyřnohého kamaráda svévolně pobíhat bez dozoru je protizákonné. Volně pobíhat smí pouze na pozemcích k tomu určených. Jedná se o pozemky, které jsou stanoveny v obecní vyhlášce.

Upozorňuji, že tato skutečnost, která se stala, je kvalifikována jako trestný čin „pytláctví“.

Smutné na tom je, že se zde naše organizace (Spolek pro záchranu zajíce polního), snaží zvýšit populaci této zvěře a to vše ve vlastní režii a z vlastní iniciativy. A na straně druhé se bohužel nachází i lidé, kteří tuto naši snahu maří svým neukázněným chováním.

TÍMTO VÁS DŮRAZNĚ ŽÁDÁM, HLÍDEJTE SI SVÉ PEJSKY!!!

Věřím, že tato situace se již nebude opakovat.

S přátelským pozdravem Petr Fejfar

Potřebujete mít svého psa pod okamžitou kontrolou?

ELEKTRONICKÝ OBOJEK

V praxi to znamená, že pes má na krku obojek s přijímačem, který majitel psa ovládá ovladačem. Vysílat se může pouze zvukový impulz nebo i elektrický, jehož intenzita se navolí dle situace.

V reále se však tento stav jeví jako volně pobíhající pes. Ten je však pod kontrolou svého majitele, který může takto svého psa dostatečně ovládat. Volné pobíhání psů umožňuje obecní vyhláška na pozemcích na Rovinách. Vzhledem k tomu, že všichni pejskaři směřují k fotbalovému hřišti, kde také psi volně pobíhají, bylo by na čase, aby se část plochy zde proměnila na prostor určený k volnému pohybu psů. Pokud by se někdo z veřejnosti chtěl v této věci angažovat, může se obrátit na OÚ. Vítejte Vaše nápady a pomoc s jakýmkoli projektem. *M. Jehličková*

POZVÁNKY

UZAVŘENÍ POHOSTINSTVÍ

sobota 17. října 2015

Z důvodů konání soukromé akce bude tento den

CELÉ pohostinství pro veřejnost uzavřeno.Pivo do petky či džbánku dostanete u okénka ze zahrádky.

Provozovatel pohostinství všem děkuje za pochopení.

POSVÍCENSKÁ ZÁBAVA

sobota 24. října 2015 od 20 do 02 hodin

PĚKNÁ HODINKA

pondělí 26. října 2015 od 9 hodin

TIP NA VÝLET PRO PĚŠÍ
přes Vinařickou horku
do skanzenu Mayrau

28. 10. 2015

28. říjen je nejen státním svátkem, ale i Dnem Středočeského kraje. Při této příležitosti nabízí **skanzen Mayrau** zajímavé doprovodné aktivity. A právě tam se můžeme v tento památný den vypravit!

Program ve skanzenu je věnován sestrám – dvojčatům **Květě a Jitce Válovým**. Obě malířky patří k nejvýraznějším osobnostem českého umění druhé poloviny dvacátého století.

hrdlívská pozvánka

TŘEBIVADLO v Hrdlívě

sobota 31. 10. od 17.00

sál pohostinství Pod Lipami Hrdlív
Poté k tanci či poslechu zahraje místní
COUNTRY KAPELA

STALO SE

BURZA, 3. A 4. ŘÍJNA

Během víkendu jste mohli zavítat na velký sál, kde bylo k mání zboží všeho druhu za symbolické ceny. Letos jsme zaznamenali rekordní účast a tak i výtěžek z akce přes 3000 Kč byl velmi milý. Vybraná částka je určena Třebivadlu na potřebné propiety. Poděkování hlavně paní Věře Hofmanové a všem ženám, které pomáhaly. mj

JARMARK, 10. ŘÍJNA

Hlavně, že nepršelo! Z toho měli organizátoři největší strach. Ale zima byla pěkná! A to nejen těm, kteří se právě vrátili z teplých krajin, ale i všem ostatním. Zahřála však rozlévaná Třebichovická medovina a držková polévka. Díky Milanu a Klárce Petříšákovým, kteří zapůjčili stánky a Věře Hofmanové za organizaci akce. Prý si ji před Vánoci zopakujeme... mj

Děti z Třebichovic jedou do Anglie

Před pěti týdny usedly děti opět do školních lavic. Stejně tak i děti z naší obce usedly do lavic blízkých či vzdálenějších škol. Ale na ty, které navštěvují Základní školu ve Vinařicích, čeká letošní školní rok zpestření v podobě studijního pobytu v anglickém Brightonu, který se uskuteční ve dnech 11. – 16. 10. 2015. Tento zájezd je hrazen z evropských fondů a pro žáky je zcela zdarma, včetně výuky v anglických školách. To už stojí za to se snažit a mít možnost odjet do Anglie. Z třebichovických dětí jich jede šest. Jedná se o žáky, kteří chodí již na 2. stupeň.

Vinařická škola pod taktovkou paní ředitelky Mgr. R. Krchové se snaží dětem a jejich rodičům nabídnout kvalitní vzdělání v menších kolektivech.

Obec Třebichovice se školou navázala spoluprací, díky které bude možné využívat i jejich tělocvičnu k míčovým hrám během zimních měsíců, bude-li ze strany veřejnosti zájem.

M. Kalušová



Ř Í J E N

V sadech a na zahradách je říjen měsícem dřevin.

Ovocné stromy zazimujeme. Půdu kolem stromu zakryjeme 5 cm kompostu a vrstvou řezanky ze slámy.

Je ideální čas pro výsadku ovocných stromů a keřů.

Zelenina má také velkou sílu v tomto období, ale mění lokalizaci, ze záhonů se přesouvá do sklepů.

Teplota ve sklepech by neměla přesáhnout 10 st C, ale nesmí klesnout pod bod mrazu.

Voda je nepřitelem skladované zeleniny. Mezi skladovanou zeleninu se nesmí dostat kvůli hnilobě listů, zeminu ze zeleniny jen otřeme rukou, v žádném případě nemyjeme!

Vzduch ovšem ve sklepech vlhký musí být.

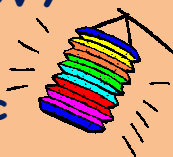
Sklep jednou za několik let vybělíme vápnem, každý rok vysílíme sirnými knoty.

Udělejte si v říjnu aspoň půl dne čas, kdy nebudete vnímat nic jiného, než hru pestrých barev listů ... Martin Antušák

LAMPIONOVÝ
PRŮVOD
z Třebichovic
do Sak

Děti, **vezměte své lampiony**
a rodiče a přijďte
dne **17. 11. v 17 hod.** na plac
před Jednotu a užijte si
lampionový průvod tak,
jako kdysi vaši rodiče!

Symbolicky si připomeneme
26. výročí Sametové revoluce



JARMARK



Podzimní jarmark byl nově obsazen stánkem, kde jste za bačovskou cenu mohli zakoupit skvělé palačinky.



Příjemným zpestřením byly dětské stánky, kde děti nabízely nejen hračky, ale i vlastní výrobky, třeba perníčky, bábovky, koláčky a jiné.



Zakoupit se dala také štěstíčka, která skrývala po otevření nejedno překvapení.



Žhavou novinkou byla Třebichovická medovina. Malá placatka s tímto mokem zdobila náprsní kapsy mnoha přítomných.



To všechno byl podzimní jarmark ve Třebichovicích!

A CO DĚTI? MAJÍ SI KDE HRÁT?

Na toto téma proběhla po skončení jarmarku beseda zástupců obce s rodiči dětí. Přestože je u nás několik desítek dětí, z řad rodičů přišlo jen několik z nich. Nicméně, to podstatné bylo probáno.

Malé dětské hřiště za hospodou je určeno těm nejmenším. Bude zde vybudován koutek, kde by si děcka mohla hrát s míčem, aniž by ohrožovala ostatní. Měla by tu být malá branka a prostor vhodně zabezpečen. Dále bude zveřejňováno osazení herních prvků a doplněno o nové. Byl ustanoven realizační tým, který do poloviny listopadu předloží konkrétní konečný požadavek na nové uspořádání obci. **Kompetentními osobami**, se kterými můžete své požadavky konzultovat a ladit je, jsou:

Martina Naimanová (martina.naimanova@idcar.cz)

Petra Uharček (petra.uharcek@gmail.com)

Dále bylo dojednáno, že se ošetří vhodným dopravním značením úsek silnice na Smečno, aby tudy projíždějící řidiči byli upozorněni, že mívá místo, kde je zvýšený pohyb dětí.

Dále byl vznesen požadavek na instalaci **betonového pingpongového stolu**.

Nové multifunkční hřiště za parkem

Mělo by sloužit těm odrostlejšími dětem, ale i dospělým. Nakonec se přítomní názorově shodli na variantě oplocené plochy, která by měla obsahovat multifunkční hřiště pro míčové hry, tenis, in-line brusle, ...



Dále by zde měl být nejlépe lezecký prvek a vhodné zázemí.

Tato myšlenka bude vyžadovat vyhotovení projektu a jeho následnou realizaci po etapách.

Opět byl ustanoven realizační tým ve složení:

Katka Ibllová (katkaiblova@seznam.cz)

Marie Kalušová (m.kalus@volny.cz)

který taktéž do poloviny listopadu předloží obci vaše požadavky na podobu této lokality, která musí vhodně navazovat na park, který bude jakousi vstupní branou do světa sportu a relaxu.

Vyzývám tímto všechny rodiče, kteří chtějí v této věci pomoci svým rozumným názorem, aby kontaktovali výše uvedené dámy a sdělili jim své požadavky.



Děkuji také všem, kteří přišli, diskutovali a pomohli tak nasměrovat další kroky obce. Doufám, že společně brzy dorazíme do cíle.

M. Jehličková



TŘEBICHOVICKÝ GURMÁN

Z NAŠÍ ZAHRÁDKY

Mrkev, petržel, pastinák, celer bulvový, červená řepa, černý kořen, ředkvička, ředkev a křen jsou významným zdrojem minerálních látek a vitamínů pro lidský organismus. Všechny druhy si můžeme vypěstovat na zahradě nebo po celý rok koupit v obchodě.

KOŘENOVÁ ZELENINA- POTRAVINA, KOŘENÍ I LÉK

Mrkev je dvouletá rostlina. Prvním rokem vytváří kořen, druhým rokem vykvete. Pochází z jižní Asie, v 10. století se rozšířila od Indie po Středomoří, ve 12. století dostala do západní Evropy a Číny, v 17. století byla v Nizozemí vyšlechtěna její oranžová odrůda, pocházející z dřívější černé odrůdy.

Barva kořene může být bílá, žlutá, oranžová, červená, nachová, fialová i vícebarevná-na řezu zvenku fialová a uvnitř oranžová nebo bílá.

Obsahuje vitaminy, antioxidanty, beta karoteny, vlákninu, minerály.

Použití v léčitelství: jako močopudný a projímavý prostředek, při šerosleposti, močových kamenech a revmatických zánětech kloubů. Šťáva z kořene pomáhá při ischemické chorobě srdeční. Obsahuje důležitou vlákninu a podporuje vylučování cholesterolu z těla.

Použití v kuchyni: do salátů, polévek, pod maso, pečená jako hranolky, dušená, osmažená na másle jako příloha.

Povzbuzující nápoj připravíme v odšťavňovači z mrkve, rajčat, řapíkatého celeru, jablek a červené řepy.

Mrkev spolu s ořechy a jablky využijeme i do sladkých jídel. Viz recept na mrkvový dort dále.

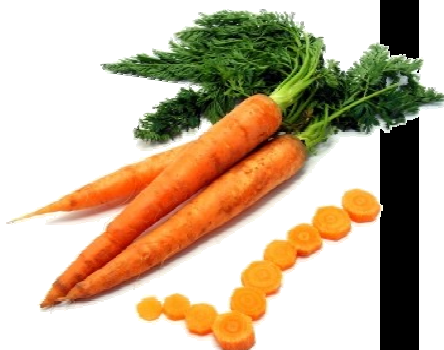
Petržel je též dvouletá rostlina. Konzumujeme kořen i nať. Obsahuje vitaminy a minerály.

Použití v léčitelství: uvolňuje střevní plyny, léčí záněty močového ústrojí, zlepšuje trávení, působí jako mírné afrodiziakum.

V kuchyni spolu s mrkví a celerem je základem pro svíčkovou omáčku, pečený kořen je lahůdkovou přílohou k masu, do polévek, do pomazánek.

Celer je znám už od středověku. Tehdy byl celer i symbolem smutku a smrti, byl zasvěcen bohům podsvětí, pojídan při pohřebních hostinách a ve věncích pokládán na hroby. Mezi koření ho řadíme pro silně aromatická a nahořklá semena, která umletá a smíchaná se solí se používají hlavně ve Francii a Indii ke koření rybích pokrmů, polévek, zeleniny a krokety. Celer pečeme jako hranolky, dáváme do polévek, pod maso, do pomazánek a pikantní je i mírně povařený a naložený do sladkokyselého nálevu s olejem jako salát. I sušená nať je výborné koření.

Eva Hájková



MRKVOVÝ DORT

Ingredience (forma 24cm):

175 g krupicového cukru (ideálně třtinového)

175 ml slunečnicového oleje

3 velká vejce

140 g najemno nastrohané mrkve (cca 3 středně velké mrkve)

100 g sekaných ořechů či mandlí

kůra z jednoho pomeranče

175 g hladké mouky

1,5 lžičky prášku do pečiva

1 lžička sody

1 lžička skořice

(příp. trochu muškátového oříšku)

Na polevu:

175 g moučkového cukru

2 lžice pomerančové šťávy



Troubu předehřejte na 180 °C. Dortovou formu o průměru 24 cm vymažte máslem a vysypte hrubou moukou nebo strouhankou. Metličkou vyšlehejte cukr s vejci a olejem. Přidejte nastrohanou mrkev, sekané mandle a kůru z pomeranče. Nakonec přimíchejte mouku, prdopeč, sodu a skořici. Můžete přidat i nastrohaný muškátový oříšek, pokud máte. Vše řádně promíchejte a směs přelijte do dortové formy a pečte 45 min. Polevu vytvořte z dvou lžic pomerančové šťávy a do ní přimíchejte moučkový cukr. Konzistence by měla být tužší, něco jako tuhá smetana. Vzniklou směsí přelijte vychladlý dort.

pu

Podělte se i vy o svůj oblíbený recept.

Recepty posílejte na trebichovickygurman@gmail.com a nebo je vložte do schránky OÚ



**NEJMODERNĚJŠÍ
NÁKUPNÍ CENTRUM**

S OJEDINĚLOU VÝSTAVOU LEGO®
V SAMÉM CENTRU KLDNA



Celkem více než 75 značek!

P. BEZRUČE 3388, KLDNO
WWW.CENTRAKLADNO.CZ
SLEDUJTE NAVIGACI CENTRUM