

2016

DUBEN

ČÍSLO 4

ROČNÍK XV



Třebichovický měsíčník

ČARODĚJNICE



v pátek 29. 4. od 16:00
STAVÍME HRANICI
vítáme všechny, kteří chtějí pomoci

v sobotu 30. 4. po 20:00
ZAPALUJEME OHEŇ

Občerstvení (pevné i tekuté)
doneste vlastní
Podaří-li se zajistit občerstvení,
budete včas informováni

Zve OÚ Třebichovice

Uzavření OÚ

ve dnech
od 9. 5. 2016
do 20. 5. 2016
knihovna otevřena beze změn

Poslední aristokratka

Nejvtipnější kniha roku 2012
na prknech Divadla Na Jezerce
a naše pozvánka pro Vás!

Čtete uvnitř čísla

SVOZ – 21. května



Uzávěrka tohoto čísla: 15. dubna 2016

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

Připravila: M. Jehličková (mj)

Příspěvky: K. Pečená (kp), E. Hájková, M. Antušák

Úřední hodiny OÚ Třebichovice

Po:	8.00 – 13.00	18.00 – 20.00
Út:	zavřeno	
St:	8.00 – 13.00	15.00 – 17.00
Čt:	zavřeno	
Pá:	zavřeno	

Po telefonické dohodě je možné sjednat návštěvu
i mimo úřední hodiny.

Telefon: 312 672 216

E-mail: obectrebichovice@seznam.cz

URL: www.trebichovice.cz

I N F O R M A C E Z O Ů

Vážení,

dovolujeme si Vás pozvat na další veřejné zasedání zastupitelstva, jehož program přináší zveřejněná pozvánka.

Mohlo by vás zajímat, jak jsme v roce 2015 hospodařili. Zisk toho roku činí 618.478,72 Kč, stručnou rekapitulaci hospodaření přináší tabulka níže. Můžete si porovnat pohyb čísel v průběhu posledních let a zjistíte, že se velice příznivě zmenšuje zadlužení obce a zvyšují finanční rezervy. Ty byly sice v roce 2015 poníženy o nákupy pozemků, které obec uskutečnila, ale vzhledem k výhodnosti investic je to ponížení „pozitivní“.

Jenom připomenu, že se jedná o objekt bývalé vodárny v Sakách a pozemek za parkem, kde vznikne dětské hřiště. Využití pozemků v Sakách nyní prověří Změna č. 4 územního plánu, jejíž zadání budeme schvalovat. Možná jste zaslechli, že bychom rádi obnovili vodní plochu zde a část území využili jako malou obecní kompostárnu. Asi bychom ji uvítali všichni, jakož i rybník s možností koupání... Uvidíme, jak se k našemu záměru postaví dotčené orgány...

Ještě pár slov na téma, proč nebudeme pálit čarodějny oheň na dětském hřišti, když je celé rozkopané... Byl to totiž podnět některých občanů, kteří by rádi spojili příjemné s užitečným a oheň by zapálili v těsné blízkosti hospody, zdroje lahodného moku...

Nevím, jak by se na to tvářili občané přilehlých nemovitostí, ale myslím, že radost by asi moc neměli. Komu by se také líbilo mít pod okny na filipojakubskou noc veselo a rušno a trpět čarodějné reje spojené s nekřesťanskou zábavou... Nehledě na bezpečnost a celkem značné riziko s rozdělováním ohně v zástavbě. To si obec skutečně na svědomí nevezme. Čarodějnické veselí patří na kopce, daleko od lidských příbytků a tak to také zůstane. Tradice se mají ctít. Nehledě na to, že v době konání (30. 4.) by mělo být hřiště zcela uzavřeno, neboť se budou připravovat zemní vany pro instalaci prvků, která je naplánovaná od 1. květnového týdne. Zároveň se bude budovat podklad pro vytoužený pingpongový stůl, který bude stát na místě poražených smrků.

Prosím rodiče, aby vysvětlili dětem, co znamená, když je na plotě hřiště cedulka s obrázkem přeškrtnuté postavy. Ti, co umí číst, se dozví, že je tam VSTUP ZAKÁZÁN. Plánované znovuotevření hřiště bychom rádi spojili s oslavou dětského dne 28. 5., snad to vyjde... mj

P O Z V Á N K A

na veřejné zasedání zastupitelstva

**v pondělí 25. dubna 2016
od 18.15 hodin na salonku OÚ**

Program zasedání:

1. Zpráva o plnění usnesení z minulého zasedání ZO
2. Rozpočtové opatření č. 2 a 3/2016
3. Schválení účetní závěrky 2015
4. Schválení závěrečného účtu 2015 bez výhrady
5. Zvolení zástupce obce na valnou hromadu VKM, a.s.
6. Schválení Zprávy o uplatňování ÚP Třebichovice, schválení zadání Změn č. 4
7. Schválení smlouvy o zřízení věcného břemene – služebnosti pro pozemek p. č. 334/5 a 808/2
8. Schválení smlouvy o zřízení věcného břemene – služebnosti pro pozemek p. č. 458/1 a 814/1
9. Schválení smlouvy o dílo na akci Místo pasívního odpočinku Třebichovice
10. Odúčtování nedobytných pohledávek
11. Schválení příspěvku na činnost obecně prospěšné společnosti Přemyslovské střední Čechy
12. Různé

Závěrečný účet	2012	2013	2014	2015
Plánované příjmy	5 174 100,00 Kč	5 392 400,00 Kč	6 421 330,00 Kč	6 061 440,00 Kč
Skutečné příjmy	5 756 236,22 Kč	7 271 679,53 Kč	7 597 082,74 Kč	6 220 423,55 Kč
<i>z toho za prodej bytů</i>	<i>551 510,00 Kč</i>	<i>462 814,00 Kč</i>	<i>258 700,00 Kč</i>	<i>0,00 Kč</i>
<i>z toho za prodej pozemků</i>	<i>6 160,00 Kč</i>	<i>44 100,00 Kč</i>	<i>66 537,00 Kč</i>	<i>3 885,00 Kč</i>
Plánované výdaje	5 174 100,00 Kč	5 392 400,00 Kč	7 781 800,00 Kč	7 880 440,00 Kč
Skutečné výdaje	4 083 044,69 Kč	5 021 735,94 Kč	6 077 818,43 Kč	6 563 423,24 Kč
Plánované splátky úvěru	819 000,00 Kč	819 000,00 Kč	819 000,00 Kč	819 000,00 Kč
Skutečně uhrazené splátky úvěru	1 085 436,00 Kč	1 049 844,00 Kč	947 786,00 Kč	818 436,00 Kč
<i>splátka úvěru byla navýšena o podíl za prodaný byt</i>	<i>267 000,00 Kč</i>	<i>230 844,00 Kč</i>	<i>128 786,00 Kč</i>	<i>0,00 Kč</i>
Dlouhodobé závazky (úvěry)	4 213 319,00 Kč	3 163 475,00 Kč	2 215 689,00 Kč	1 397 253,00 Kč
Stav peněžních prostředků na bankovních účtech:				
<i>Komerční banka</i>				
Počáteční stav k 1. 1.	2 081 321,94 Kč	2 669 077,47 Kč	3 860 176,94 Kč	4 430 800,62 Kč
Stav ke konci období	2 669 077,47 Kč	3 860 176,94 Kč	4 430 800,62 Kč	3 244 287,73 Kč
<i>Česká národní banka</i>				
Počáteční stav k 1. 1.	-	0,00 Kč	9 000,12 Kč	9 854,75 Kč
Stav ke konci období	-	9 000,12 Kč	9 854,75 Kč	34 911,95 Kč

JARNÍ PLESÁNÍ 2016

FOTO: Milan Petrišćák ► více na: <https://www.zonerama.com/klubko55/Album/1256673>

Pokud jste si nechali ujít tuto obecní slavnost, je to škoda, protože večer byl oceněn téměř všemi účastníky na výbornou. U příležitosti 13. ročníku byly vydány Plesové noviny. Díky statutu nekuřáckého plesu se letos poprvé mohli účastnit i zapřísašní nekuřáci. Díky štedrosti některých našich podnikatelů a občanů jsme pořídili opravdu hodnotné ceny, které byly proloženy několika fůrami dřeva z letošního kácení v obci. Děkuji všem, kteří se zasloužili o krásný večer. mj



Taneční kreace v podobě **předtančení** patří k zahájení plesu. O to letošní se postarali členové ochotnického spolku Třebivadlo ▲▲▲



poděkování SPONZORŮM jarního plesu

Ondřej POMKLA
Václav UHLÍK
Lukáš HOLEČEK
Roman DRAGOUN
AUTO PEŠEK
Pneuservis ŽALUD
Eva KVĚTOŇOVÁ
Iveta LOUDOVÁ
Markéta JEHLÍČKOVÁ
Dáša JAKEŠOVÁ
Eva GOMOLOVÁ
Renáta MATĚJOVSKÁ
Milan PETRIŠĆÁK
Řeznictví pana KUČERY
OVUS Těhul

O **kulturní vložku** se opět přičinilo naše Třebivadlo. Ochotní performeři nás zavedli do teplých krajín, kde svítí slunce nad palmama, duní zem pod nohama a tančí se sexy tanec Hafanana ▲▲▲

Dalším překvapením pro přítomné byla **světelná show**. Hru barev a světelných efektů předvedl náš host Daniel Doležal. Sklidil bouřlivé ovace, když vykouzil s laserovými tyčemi do prostoru světelné obecní logo...

Krásným zakončením plesů se bezesporu stává **tombola**. V té letošní bylo více jak 160 drobných cen a deset výherních lístků bylo slosováno v předpůlnočním losování **TOP TEN** cen ►►►▲▲▲

Hlavní výhrou 13. plesu byl **televizor PHILIPS**. Jeho šťastnou výherkyní se stala paní Klára Plochová z Třebichovic ►►►



Festival amatérského divadla Kladno 2016

5. ročník, 22.-24. dubna 2016

v prostorách Divadla Lampion

Festival amatérského divadla Kladno je pořádán společností Divadlo Kladno s.r.o., pod kterou působí Městské divadlo Kladno a Divadlo Lampion.

Skládá se z části nesoutěžní, v níž účinkují především soubory žáků základních a středních škol, a z části soutěžní. Celý program soutěžní části festivalu sleduje a hodnotí porota složená z divadelních profesionálů, která na závěr festivalu udělí ceny ve třech kategoriích.

Letos se festivalu účastní také naše **Třebivadlo** s pohádkou **Myší kožíšek**. Přestože jsme ji pravděpodobně téměř všichni viděli, pojďme podpořit naše divadelníky a zavítejme spolu s nimi do Lampionu.

**V neděli 24. dubna 2016 v 10:00
v divadle Lampion**



Herci a herečky – zlomte vaz!!!

Program festivalu

Soubor	Titul	Doba představení
PÁTEK 22. dubna 2016		
DS Klas - Vašatova	Žáčkoviny	9:00 - 9:15
DKV - Vašatova	Romeo a Julie	10:30 - 11:15
Bedřich - Nové Strašecí	Au revoir MA	12:30 - 12:35
KiX	Mátový nebo citrón	17:00 - 19:00
Hotel 0	Jak najít pokoj v Hotelu 0	21:00 - 22:00
SOBOTA 23. dubna 2016		
Divadélko U zvonu	Jak záby slavily narozeniny	10:00-10:45
Konvalinky	Tak na to nemám...	13:00 - 14:30
Mšeno	Postel plná cizinců	17:00 - 18:20
Lumír	Večer v hotelu Grand	20:00 - 21:20
NEDELE 24. dubna 2016		
Třebivadlo	Myší kožíšek	10:00 - 11:00
ČOUD	České nebe	13:00 - 14:30
MDK	Jentl	15:30
MDK	vyhlášení	18:30
MDK	Afterparty	19:00

Dovolujeme si znovu vyzvat všechny, kteří by se rádi zařadili do našeho divadelního souboru, ať neváhají.

Nebojte se, potřebujeme i pomocníky stran rekvizitářů, kulisáků, kostymérů apod.

Nemáme mezi sebou jen herce. Přijďte mezi nás!



Děkujeme Petře za přípravu a realizaci velikonoční dílny pro děti, kterou v rámci jarmarku mohly děti navštívit a vytvořit si vlastní dekorace. Odměnou jim byla také čokoládová vajíčka od OÚ.

mj

Fotbalový podzim 2015 SK Třebichovice, z. s.

Podzimní část mistrovských soutěží jsme zakončili v duchu zachování fotbalového mužstva v Třebichovicích a tím i hřiště a všeobecně zábavy pro fanoušky v obci. Takže nemá zásadní smysl řešit výsledky jako takové (dohrávaly se i zápasy v osmi). Nejsou lichotivé, ale ani tragické, jako už se v minulosti stalo ☺. Zde je přehled:

Datum	Domácí	Hosté	Skóre
23. srpna 2015	Třebichovice	Zlonice „B“	2:4
29. srpna 2015	Černuc „B“	Třebichovice	15:1
6. září 2015	Třebichovice	Olovnice	2:4
13. září 2015	Třebichovice	Otvovice „B“	2:7
20. září 2015	Neuměřice „B“	Třebichovice	4:0
27. září 2015	Třebichovice	Hrdlív „B“	0:10
4. října 2015	Slatina	Třebichovice	9:1
11. října 2015	Třebichovice	Zákolany	0:5
18. října 2015	Pozdeň „B“	Třebichovice	4:3
Celkové skóre			11:62

Z toho jasně vyplývá, že vedle problému s nedostatkem hráčů máme i nedostatek střelců. Tomu by nám měla dopomoci, i mimo jiné, dotace, kterou jsme pro letošní rok obdrželi od obce Třebichovice. Prozatím je to i nadále velký problém – s našimi výsledky (jak aktuálními, tak z předešlých let) se k nám davy nehrnou. Je i smutné, že ani místní mládež nejeví moc zájem.

Po skončení podzimní části ale činnost neustala – čekala nás změna názvu, stanovy a valná hromada. Valná hromada se uskutečnila 18. prosince 2015 za nevalné účasti. I přes toto byl schválen nový název klubu (v souladu s novým Občanským zákoníkem) a to **Sportovní klub Třebichovice, z.s.**, kde zkratka z.s. znamená *zapsaný spolek*.

Dále byly schváleny nové Stanovy a dle nich pak zvolen předseda klubu a kontrolní komise. Předsedou byl znovuzvolen pan Vladimír JAVOŘÍK, do kontrolní komise

byli zvoleni pánové Michal FERENČÍK, Martin JAKEŠ a Jan LOUDA. Výkonný výbor prozatím zvolen nebyl, jelikož nebyly zastoupeny všechny zájmové skupiny (družstva), které mají zájem vystupovat (být registrováni) pod hlavičkou Sportovního klubu Třebichovice, z.s.

S tím souvisí poslední činnost, která byla realizována a to zaregistrování do Spolkového rejstříku u Městského soudu v Praze – do loňského roku jsme byli registrováni pod Ministerstvem vnitra.

Opět se vrátím k fotbalu – tedy k tomu, co nás čeká, a to v první řadě instalace nových sloupů pro zachytání sítě za bránami (staré byly již odstraněny na podzim 2015). A dále pak brigáda na hřišti, aby bylo hratelné po nájezdech krtků.

Jarní část nám začíná **24. dubna** a to dle tabulky níže. První domácí utkání odehrajeme na **1. Máje** a tímto bych rád pozval všechny naše příznivce – **přijďte nám fandit!**

Datum	Domácí	Hosté
24. dubna 2016	Zlonice „B“	Třebichovice
1. května 2016	Třebichovice	Černuc „B“
8. května 2016	Olovnice	Třebichovice
15. května 2016	Otvovice „B“	Třebichovice
22. května 2016	Třebichovice	Neuměřice „B“
29. května 2016	Hrdlív „B“	Třebichovice
5. června 2016	Třebichovice	Slatina
12. června 2016	Zákolany	Třebichovice
19. června 2016	Třebichovice	Pozdeň „B“

Na konec bych chtěl oslovit eventuální zájemce, aby se přihlásili a posílili náš tým. Přihlásit se mohou, buď předsedovi na telefon 733 658 233 anebo se dostavit osobně na schůzi každou středu po půl sedmé v místním pohostinství Případov.

Petr Svoboda

DUBNOVÉ POZVÁNKY

INDUSTRIÁLNÍ VYCHÁZKA NA MAYROVKU

Sraz v restauraci Na Cikánci
v sobotu 23. 4. ve 13:30

Pořádá Klub přátel hornických tradic Kladno z.s.

FESTIVAL AMATÉRSKÉHO DIVADLA

Divadlo Lampion
neděle 24. 4. od 10 hodin hraje
Třebivadlo – Myší kožíšek

ČARODĚJNICE

V pátek 29. 4. od 16 hodin bude probíhat
stavba hranice u kiosku na fotbalovém hřišti.
Zapálení hranice v sobotu 30. 4. po 20. hodině

KVĚTNOVÉ POZVÁNKY

PREMIÉRA TŘEBIVADLA

15. 5. od 15:15 na sále
Princ a Polárka

Čeká Vás nová pohádka s krásnou výpravou.
Pokud ve Vás evokuje příběh o Princi a Večerníci,
možná nejste daleko od pravdy. Kdo obsadil roli
odvážného prince a krásné Polárky? Koho uvidíte
v rolích sester, švagrů a dalších postav? Naše
ochotníky, které opět oživila čerstvá krev nově
příchozích.

Nenechte si ujít a sledujte vývěsku!

MÁJE

21. května 2016

Letos je opět plánován **průvod obcí**, dle starých
tradic provedení svobodných děvčat v kole. Tak
jako loni můžete svým dcerkám schovat
připravenou májku a pro nás to bude znamením, že
si nepřeje být provedena v kole.

Večer jste všichni zváni na

Májovou taneční zábavu od 20 do 02 hodin.

Před zahájením zábavy bude probíhat
**poražení krále a zatančíme si staročeskou
besedu.**

*Chtěla bych poděkovat všem novým účastníkům, kteří
s námi nacvičují „staročeskou besedu“. Mám vždy
velkou radost, když mezi nás zavítá někdo nový.
Naopak jsem velmi zklamaná a smutná, když to lidé
vzdávají. Občané naší snahu v poslední době hodnotí
velice pozitivně a je velká škoda, že někteří se sami
připraví o skvělé chvíle a hezký pocit, že udělali něco
pro ostatní, kteří to umí ocenit.* kp

STALO SE

JARNÍ PLES

Již po třinácté jsme měli všichni možnost zatančit si na obecním plese. Snad to bylo tím magickým číslem 13, nevím, ale pro mě to byla za posledních pár let ta nejlepší zábava, které jsem se účastnila. Byla nasazena opravdu vysoká laťka a doufám, že ji budeme moci na dalších ročnících ještě zvednout. Nespornou zásluhu na tom mají všichni sponzoři, kteří přispěli na ceny do hlavního slosování, a ty byly opravdu luxusní. Kulturní program byl pestrý a všichni byli nadšení. Prezentovaná laser show byla skvělým oživením nového a úchvatného umění skloubeného s fyzicky náročným vystoupením. Děkujeme všem z našich řad, kdo se podíleli na dalších vstupech, jak aktivně, tak na přípravách, jste skvělí a moc se těším na další Vaše nápady.

Nejvíce chci poděkovat všem, kteří přes počáteční výhrady k zákazu kouření v prostorách sálu byli zodpovědní a tím pro mě i “dospělí” a dodrželi tento zákaz. Velice nás všechny překvapilo, že prostory určené ke kouření se nestaly neproniknutelnou zónou hustého dýmu. Asi se Vám to nebude líbit (kuřáci), ale slyším jen pozitivní ohlasy na toto téma. Všichni včetně kuřáků byli naprosto nadšení. Tato zkouška nám totiž dokázala, že to jde. Samozřejmě se našly i výjimky, které potvrzují pravidlo a na sále si zapálily. K tomu mohu dodat jen jediné: „kde nic není, ani smrt nebere“. Dutohlavovi nevysvětlíte, že ve společnosti, kam je pozván za určitých podmínek, by je měl také dodržovat. Všichni věděli, do čeho jdou a pokud s tím nesouhlasí, ať přistě zůstanou doma.

JARMARK

19. března jsme měli možnost nakoupit si zboží s velikonoční tematikou. Tato akce si našla velký okruh lidí, kteří jarmark navštěvují pravidelně. Ať už jsou to prodávající, či kupující. Tentokrát mně konkrétně přišel vhod, neboť jsem nemusela vařit a výjimečně jsme se dobře najedli mezi ostatními. Jsem přesvědčena, že tato akce bude jednou z těch, které budou pokračovat. Ráda bych poděkovala všem, kteří se pro prodávající vždy snaží připravit ty nejlepší podmínky a následně vše zase uklidit.

24. března na Zelený čtvrtek se opět točilo “zelené pivo” a bylo ho tentokrát opravdu hodně, pilo se celé jarní svátky. To už tu dlouho nebylo, zásoby byly dostačující. Tento druh pěnivého moku je pro mě jedním z těch, na které se celý rok těším. Je sice silnějším kalibrem, ale o to je potom lepší zábava. Opět se v pozdějších hodinách tančilo a zpívalo. Jako každým rokem bylo v šenku „nerváno“. A to je důkazem toho, že toto pivo se pije samo. Těším se na příští rok, až si zase dám tento mok.

26. března zahrála v Případově k dobré náladě, poslechu i tanci kapela „Dvojsband“. Bohužel této akce jsem se nezúčastnila, ale co jsem zaslechla v kuloárech, opět se vydařila. Dobré nálady není nikdy dost, a když Vám večer zpřijemní navíc dobrá muzika, nezbyvá než se těšit na další taková setkání.

8. ročník **velikonoční nádivky** proběhl tentokrát v neděli. Měl sice méně účastníků, ale o to více zábavy jsme si užili. Nebyli jsme vázáni na konec akce, jako při pondělních ročnících, neboť druhý den bylo ještě volno. Také toho velká většina z nás využila a v dobré náladě odcházela až ve večerních hodinách. Letos se této soutěže zúčastnilo 10 soutěžících. Byla škoda, že kulinářských mistrů nebylo více, ale v porovnání s ostatními ročníky to zase nebylo tak málo. Odměny byly letos všechny sladké a hlavní výhrou byl šlehačkový dort.

Umístění bylo:

10. Iveta Loudová; 9. Kačka Pečka; 8. Eva Květoňová; 7. paní Poláková; 6. paní Lenka, dcera přítelkyně pana Žaluda; 5. Petra Lirusová; 4. Vendula Čadková; 3. Pavel Žalud s přítelkyní; 2. Dominika Matějovská; 1. Renata Matějovská

Jak vidno, letošnímu ročníku kralovala rodina Matějovských. Sláva vítězce, neboť se s námi všemi o svou výhru podělila a my jsme po masových orgiích měli lahodnou sladkou tečku ke kávě. Omlouvám se, že některá příjmení neznám, ale ti co se zúčastnili, ví a těm, co nepřišli, by jména stejně nic neřekla. Každopádně děkuji všem, kdo měli odvahu nést svou kůži na trh a zároveň gratuluji, neboť všichni již svou účastí zvítězili. Předpokládám, že příští rok se opět uvidíme a užijeme si dobrou zábavu se skvělými kuchařskými výrobky.

2. a 3. dubna jste opět měli možnost na místní **burze** nakoupit za babku nabízené zboží, které se už nyní nespécializuje jen na oblečení, ale na veškeré vybavení domácností. Již tradičně se prodával kousek za 5,- Kč. Opět děkujeme všem, kteří se zasloužili o přípravu této akce a následný úklid. kp

Konkrétní termín představení bude upřesněn.
mj



TŘEBICHOVICKÝ GURMÁN

MÉNĚ ZNÁMÉ OBILOVINY

**Dříve jídlo chudých,
dnes znovu objevené a vysoce ceněné.**

O Velikonocích zdobilo náš jídelní stůl zelené osení, které symbolizuje rašící jarní travu a pro naše předky znamenalo nový život a naději na novou obživu. Nejčastěji je to pšenice, oves a ječmen. Jsou ale i jiné obiloviny, které nám mohou zpestřit náš jídelníček i nás dobře a chutně nasytit. Obiloviny se připravují nasladko i naslano. Sladké se dobře kombinují s čerstvým a sušeným ovocem, skořicí, medem a ořechy, slané se zeleninou, kuřecím a rybím masem, nejrůznějším kořením a bylinkami.

Pohanka je jednoletá bylina, která pochází z oblastí střední Asie a u nás se pěstuje od přelomu 12. a 13. století na Moravě. Její název je odvozen od Tatarů – pohanů, jejichž vpád do českých zemí odvrátil v roce 1241 král Václav první. Zůstaly po nich nejen pytle s odříznutými ušima, jak se traduje, ale i pytle se zrním – pohankou. Semena pohanky se ve mlýně zbaví slupek a pak se melou na mouku, krupici, lisují se z ní vločky, drtí se na lámanku nebo se nechají celá jako kroupy. Pohanka je bezlepková plodina. Obsahuje rutin, který zpevňuje cévní stěny, vitaminy skupiny B, vitamin E, vysoký obsah vlákniny a minerálních látek. Dále vysoký obsah lehce stravitelných bílkovin a tuků. Z pohankové mouky jsou výborné palačinky, ať slané, plněné masovými nebo sýrovými náplněmi, tak sladké. Pohankové kroupy přidáváme do polévek, podáváme zapečené s masem a houbami, nebo jako přílohu se zeleninou.

Jáhly jsou vyloupaná semena prosa setého. Jsou to žluté kuličky o průměru asi 1 mm. Dříve byly běžně požívané v české kuchyni. Jedla se jáhlová kaše, jahelník i jáhlové škušánky. Postupně však jáhly vytlačila z naší kuchyně rýže. Slovo jáhla je praslovanské, nejasného původu. V řadě jazyků se pro jáhly používá výraz pšeno nebo jen loupané proso. Před přípravou se jáhly několikrát musí spařit horkou vodou, aby ztratily nahořklou a natrpklou chuť. Jáhly jsou bezlepkové. Mají vysoký obsah vitamínu B, hodně železa, fosforu a vlákniny, která má blahodárný vliv na fungování střev.

Bulgur jsou umytá, uvařená a podrcená pšeničná zrna. Má výraznou oříškovou chuť. Připravujeme a používáme ho stejně jako dušenou rýži. Na 1 díl bulguru dáme 2 díly vroucí vody, osolíme a vaříme 3 až 4 minuty. Pak odstavíme a necháme pod pokličkou dojít. Používáme ho do masových náplní, do salátů, ochucujeme smaženou cibulkou, česnekem, kořením a bylinkami.

Salát z bulguru s rybím masem, pórkem a mrkví

- 1 hrnek bulguru
- 2 hrnky vývaru (vody)
- 3 mrkve
- 1 cibule
- 1 pórek
- 2 lžice oleje
- uvařené rybí maso
- (nebo i kuřecí a jiné)



Mrkev pomocí škrabky nakrájíme na dlouhé, tenké proužky a překrájíme na polovinu. Pórek nakrájíme na tenká kolečka a cibuli podélně na tenké plátky. Vše osmahneme na oleji rychle tak, aby zelenina jen mírně zkaramelizovala. Ve vývaru uvaříme bulgur. Rybí maso nakrájíme na kousky a smícháme se zeleninou a bulgurem. Mírně osolíme, podle chuti dokořeníme a pokapeme olivovým olejem. Můžeme podávat horký i studený.

Eva Hájková

DUBEN

Duben je po březnu dalším měsícem, který zcela jinak vypadá na svém začátku a svém konci. Přírodu počátku dubna charakterizují nalité pupeny a kvítky na dřevinách i v trávě, konec dubna je už zahalený v plném listoví.

Rčení o „aprilovém“ počasí, tedy plném nečekaných zvratů, má racionální základ. I pranostiky se o dubnu vyjadřují s nejistotou.

Tání ledů v mořích a v severských zemích výrazně posílí studené mořské proudy, což ochladí vzduch. Dopadem tohoto atmosférického jevu pro střední Evropu je pak střídání teplých a studených vln, poslední z nich bývá nazývána „zmrzlí muži“, ve dnech svátků Pankráce, Serváce, Bonifáce, v půlce května. Až po těchto dnech zkušené zahrádkáři vysazují choulostivou zeleninu jižního původu.

Divokou vegetaci studené vlny nezastraší, pro tu jsou březen s dubnem nejbojovnějším obdobím v roce. Je potřeba uhájit své místo na slunci i v půdě, vykvést a připravit se tak na rozmnožování.

Ani Vy se nenechte zastrašit !!!

Martin Antušák

**CENTRAL
KLADNO**

**NAKUPUJTE
A BAVTE SE
V Kladně**

WWW.CENTRALKLADNO.CZ

