# Co jíme o Velikonocích?

Nejkrásnější a nejkouzelnější svátky v roce, tedy ty vánoční, jsou již dávno za námi, ale za dveřmi už netrpělivě vyčkávají svátky křesťansky nejvýznamnější – Velikonoce. Víte, co jíme který den?

**Dnes se původní tradice již v lecčem změnily a mnohé jedince ani nenapadne přemýšlet nad tím, jak to vlastně tenkrát bylo, jelikož zkrátka přebírají zvyky vlastních rodin a postupem času si je také upravují dle sebe.** Ať už jde například o výzdobu, návštěvy kostela, půsty, ale především také o sváteční pokrmy. Když se například poptáte ve svém okolí, jak vypadá jejich štědrovečerní večeře, čím dál častěji se kromě klasického kapra na stolech objevuje třeba losos, candát, tuňák nebo halibut. I taková rybí polévka v mnoha rodinách chybí a je nahrazována například vývarem či jemnými zeleninovými krémy.

Sváteční stravovací zvyklosti jsou možná ještě více pozměňovány a leckdy i zapomínány v případě svátků velikonočních. Přitom oslavy jara rozhodně nejsou záležitostí na jeden den. **Jak vypadaly jarní tradice za dob našich předků, co se který den objevilo na svátečním stole a proč? Vyzkoušejte letos i vy některá dříve typická velikonoční jídla.**

Svatému týdnu, který vrcholí samotnými Velikonocemi, předchází čtyřicetidenní období půstu, který slouží k duchovnímu i fyzickému očištění. Ve svatém týdnu si poté křesťané připomínají poslední dny a následné vzkříšení Ježíše Krista.

## Škaredá středa

Takzvaná škaredá, někdy také sazometná středa nebo den vymetání chalup a komínů znamenala pro hospodyně dobu, kdy připravované pokrmy byly sice obzvláště chutné, nicméně jejich vzhled se úmyslně

velmi zanedbával. **Pekly se chlebové placky, bramboráky nebo jiné pečivo, které se při přípravě nejrůzněji překládalo a trhalo, aby bylo škaredé.** Dnešní oblíbené trhance jsou výsledkem právě této tradice.

# Zelený čtvrtek

Název je odvozen od pokrmů, které se v tento den konzumovaly. Byly to **především zelené luštěniny, listy špenátu či mladých kopřiv, ale také hrách, kroupy nebo fazole**. Vše mělo udržet člověka při zdraví a síle po celý rok. Na stolech ale také **nechyběly takzvané jidášky**, kynuté bochánky podivného tvaru. Ty měly symbolizovat provaz, na kterém se za svou zradu Jidáš oběsil.

# Velký pátek

Den ukřižování Ježíše Krista dodnes s sebou nese mnohé dřívější zvyky. **Velmi striktně byl dodržován půst** , nesmělo se hýbat se zemí nebo prát prádlo, jelikož by bylo máčené v Kristově krvi. V chalupách se zpravidla připravovalo **pouze skromné jídlo ze zásob. Často to byla například zelná polévka, brambory, špenát či hrách, popřípadě rybí maso**, pokud se hospodářství mělo lépe.

# Bílá sobota

**Postní doba končila právě bílou sobotou, a proto se staveními rozvoněly pečené mazance, věnce či jiné kynuté pečivo, které se sladilo smetanou či sladkým vínem.** Nechyběla ani **hutná velikonoční nádivka**, které se podle kraje říkalo třeba snítek nebo sekanina.

# Boží hod velikonoční

Aneb den Zmrtvýchvstání, nejvýznamnější a nejdůležitější den velikonočních svátků. Kristovo vítězství nad smrtí si lidé připomínali oslavami a vydatným hodováním. **Nesměl chybět masový vývar, pečené maso a také beránek.** Kdo si nemohl dovolit toho z masa, upekl jej alespoň z těsta, tak jak se to dělá dodnes.

# Velikonoční pondělí

Pro většinu z nás nejznámější den velikonočních oslav. Chlapci chodí s pletenými pomlázkami z mladého vrbového proutí, kterými šlehají děvčata, aby jim z proutků předali krásu a svěžest. Za odměnu se jim tradičně dostanou **malovaná vejce symbolizující život a znovuzrození. Z nich se také na velikonoční pondělí převážně vařilo.**

# Vyzkoušejte naše recepty:

### Pučálka (Pálenec)

Pokrm připravovaný z mladého vyklíčeného hrachu byl jedním z typických jídel na Zelený čtvrtek. Připravit

se dá jak na slaný, tak na sladký způsob.

- 100 g čerstvě naklíčeného hrachu
- 50 g másla
- sůl, pepř, může být i sladká paprika – slaný způsob
- 2 lžíce cukru krupice, hrst rozinek – sladký způsob

Máslo rozehřejeme na pánvi a přihodíme hrách. Podle chuti osolíme, opepříme a přidáme papriku, anebo osladíme a vmícháme rozinky. Ihned podáváme.

## Kynuté jidášky

- 150 ml vlažného mléka
- ½ kostky droždí
- 100 g + 1 lžička cukru krupice
- 2 lžíce hrubé mouky
- 100 g másla
- 4 vejce
- 350 g hladké mouky
- špetka soli
- rozinky, mák či sezam na ozdobu

Nejprve si připravíme kvásek. V misce smícháme mléko s nadrobeným droždím, lžičkou cukru a hrubou moukou. Necháme vzejít a mezitím utřeme máslo se zbylým cukrem. Ze tří vajec oddělíme žloutky a přidáme k máslu s cukrem. Vsypeme mouku, špetku soli a také kvásek. Pokud chceme, v tuto chvíli také zapracujeme rozinky. Vše vymícháme do hladkého těsta. Pokud se lepí, přisypeme trochu mouky. Necháme půl hodiny vykynout a poté oddělujeme větší kusy, které vyválíme do delších válečků a stáčíme do tvaru provazu. Vložíme na plech vyložený pečicím papírem a necháme ještě 10 minut kynout. Poté potřeme rozšlehaným vejcem, posypeme mákem nebo sezamem. Pečeme dozlatova v troubě předehřáté na 180 °C.