

Jak jsme jedli v dobách minulých?



Pojďme si připomenout stravovací návyky a zlovyky Čechů těsně po sametové revoluci. Na některé dobroty a výrobky té doby přece vzpomínáme dodnes. Někomu o nich vyprávěli rodiče, někdo si je pamatuje ze svého dětství. A nač dodnes rádi vzpomínáme? Které pochoutky jsme si oblíbili, že se po nich můžeme utlouct ještě dnes, a na které jsme rychle zapomněli?

Buchtičky se šodó, kaše, nudle...

Tehdy nám sotva mohlo vadit, že **buchtičky nejsou s pravým šodó**, jež je odvozeno z francouzského „chaud“, tedy teplý nebo horký. Sladký krém, kterým byly ony nazlátlé bochánky polity, se nemálokrát ocitl na tričku, jak jsme se jej snažili spolu s co největším množstvím buchtiček nacpat do pusy.

A co taková **krupicová kaše posypaná kakaem, cukrem a přelitá lžičkou teplého másla!** Tedy hrouda teplého hnědého něčeho, co sice pozbylo estetického účinku, ale to nás nezajímalo.

Anebo nudle s mákem. Po sněžení nám malá černá zrníčka zůstala snad všude, těm šťastnějším jen v zubech. Kdo pátral, mohl najít památku na oběd ze školy i večer v posteli.

A taková písmenková polévka? Rodiče i učitelky šleli vzteky, když jsme místo jídla vyndávali písmenka na okraj talíře. Z toho se rázem stal slabikář a nejlepší byl ten, který poskládal nejvíc slov.

Do výčtu zmíněných dobrot patří třeba **polárkáč**. Dřív se prodával v plastickém kalíšku, dnes jej známe spíš jako **zmrzlinový dort ve vaničce**. Ať tak nebo tak, stále se prodává a nic neztratil na své oblibě. Ačkoli vám ho dnes nejspíš koupí jen babička nebo tetička. Ještě větší popularitě se těší **další zmrzlina - nanuk Míša**, který se také začal vyrábět minimálně za krále Klacka!

Ovšem největším hitem 90. let bylaJesenka. Vzpomínáte? Kondenzované mléko v tubě, která je právě tak velká, abyste ji celou vycucali večer u televize, až budete zahánět krizi u romantického filmu! Kdo by neznal tento lepkavý balzám na nervy.

A co takový lančmít, který v žádné domácnosti nesměl chybět, nebo párek s minimálním, mnohdy vůbec žádným obsahem masa, který se objevil po roce 1990.

Pokud vaše dětství spadá do 90. let, určitě si vzpomenete i na další situace a pocity. **O lístcích na obědy na základce vyprávíme mladším příbuzným** stejným tónem jako prarodiče o čokoládě shazované v rámci Marshallova plánu po druhé světové válce. **Na obědy jsme chodili s průkazkou s nalepenou fotkou, jedli hliníkovým příborem pod monstrózním fíkusem u stolů s umělohmotnými ubrusy. Dojídat se muselo, a proto někteří mají odpor k některým jídlům dodnes**. Nejvíce to odnesla mlíková a rajská polévka a žemlovka.

Ovšem **ta radost, když se ve škole po roce 1990 objevily automaty a v nich třeba Fanta, Kinder vajíčko**, to byla posedlost. Vajíčka, Bueno, Maxi King. Z bonbonů jsme si mohli vybrat **Antiperle, Mentos, Tic-Tac, Slavie, Klokanky, Hašlerky, Atlasky, Dropsy**. Pokud jde o žvýkačky, **frčely Huba Bubba. A plátkový Pedro**. Znělka Family Frost, to byl megahit doby.

Řetězce a rychlé občerstvení

Do roku 1993 jsme si vystačili mimo jiné s opečeným gothajem, konzervami s hovězím a vepřovým masem, oblíbenou krevní tučnicí v konzervě a v restauracích jsme si dávali populární katův šleh, který jsme zapíjeli malinovkou. Nicméně rok 1993 byl významný pro Čechy a Slováky z hlediska politického. Právě v tomto roce se Československo rozdělilo na dva samostatné státy, a tak na halušky a brynzu jsme už jezdili do zahraničí.

Taková byla doba po sametové revoluci, ale všechno se neměnilo hned. I potravinářský průmysl musel projít určitým vývojem, na který jsme si museli zvykat. Po roce 1990 se zlepšil stav dovozového obchodu a trh se značně rozšířil o potraviny ze zahraničí. Do popředí se dostává marketing a na výběr potravin a stravovací návyky měla značný vliv reklama.

Významná éra ve stravování je známá pod pojmem **hypermarkety**. Jejich základním cílem bylo přiblížit co největší variabilitu potravin i pro běžné spotřebitele. Během pár let došlo k razantní poptávce po průmyslově vyráběných potravinách a dochází k rozrůstání sítí rychlého a levného občerstvení. **To, co bylo dříve pokládáno za slavnostní a mimořádné jídlo, se stalo součástí každodenní stravy**.

Když se v roce 1992 otevřel ve Vodičkově ulici v Praze první McDonald, stály se na maso ve sladké housce dlouhé fronty. Do fast foodu se chodilo hlavně v neděli a za odměnu. Dát si hamburger, to byl svátek. První supermarkety přinesly ovšem zkázu drobným podnikatelům v potravinářství. Malé obchůdky s potravinami se rázem ocitly na vedlejší koleji a nedokázaly konkurovat velkým štikám v rybníce. Málomocný spotřebitel odolal lákavému sortimentu hypermarketů, kde se řada výrobků prodávala za mnohem nižší cenu.

Nutnost vypořádat se s konkurencí dravých zahraničních řetězců vedla mimo jiné i k tomu, že krátce po sobě vznikly v letech 1992 a 1993 dvě nákupní centrály COOP Morava a COOP Centrum družstvo, které měly být konkurencí nadnárodních řetězců.

Na přelomu zmíněných let začala obchodní centra nabízet i jiný sortiment než potraviny a **Češi si zvykli trávit v obchodních centrech celé víkendy.**

S příchodem prodejců rychlého občerstvení se změnil i náš jídelníček. Zatímco do roku 1990 jsme si vystačili s ne příliš bohatým sortimentem zboží a o přísunu ovoce a zeleniny z ciziny se nám mohlo jen zdát, už rok 1993 byl pro nás v tomto směru hotový ráj na zemi. Hitem doby se stala Coca-Cola či Pepsicola.

Nejraději máme vepřové

Když se po roce devadesát otevřely hranice, lidi byli jako diví. S řízký v tašce se začalo cestovat do Bibione, do Jugoslaviie se zavařeným gulášem, rajskou a svíčkovou omáčkou, zavařeným sádlem a štanglemi salámů. Jenže poté, co Češi začali poznávat svět, začali se i jinak stravovat. Než k řezníku se šlo pro maso do supermarketu, kde bylo již naporcované a i laik se dokázal podle nápisu orientovat, co je hovězí a vepřové.

Nicméně ještě v roce 1993 si lidé v Československu vystačili s tím, co si zavařili z výpěstků na zahrádce. I to se brzy změnilo a **většina hospodyněk se zavařováním skončila.** Nevyplatilo se jim to. Díky osvětě v novinách a v televizi se změnila i skladba potravin. Výrazně klesla spotřeba hovězího masa, zvýšila se konzumace mléka, sýrů, jogurtů a dalších mléčných výrobků. Lidé si vozili recepty ze zahraničí, jako houby po dešti vznikaly pizzerie, kiosky s kebabem apod.

A zatímco před rokem 1993 jsme milovali knedlo, zelo, vepřo, po roce 1993 stoupla obliba rýže a těstovin. **Lidé začali jíst zdravěji, začali se zajímat o to, co vůbec jedí. Už nestačilo nacpat se k prasknutí, ale jídlo si vychutnávali.** Přesně podle slov Hippokrata, který jakožto „otec medicíny“ moc dobře věděl, o čem mluví, když prohlásil: „*Nechť lék je tvým jídlem a jídlo nechť je tvým lékem*“.

Vyzkoušejte recepty z let devadesátých:

Chléb ve vajíčku

Chléb obalený ve směsi vajíček s vodou a solí, následně osmažený, byl oblíbenou snídaní či večeří. Základem tohoto rychlojídla je zbylé pečivo, klidně i více dní staré. Chléb nakrájíme na plátky, rohlíky rozkrojíme podélně. V hlubší misce si rozšleháme vejce, můžeme přidat trochu mléka. Dochutíme solí a špetkou pepře. Smažíme v rozpáleném oleji dozlatova. Takhle bychom mohli skončit a chleba podávat pouze obalený vajíčkem. Nebo si můžeme pohrát a ještě ho vylepšit. Když máme jednu stranu usmaženou, otočíme chleba, aby se usmažil i z druhé strany. Posypeme nastrouhaným nebo plátkovým sýrem, který se při teplotě na pánvičce roztaví.

Katův šleh

750 g vepřové kýty, worcester, sůl, pepř, olej, feferonky, asi 150 g cibule, 100 g sladkokyselých okurek, 100 g sterilovaných kapií, 100 g kečupu

Maso omyjeme, osušíme a nakrájíme na nudličky. Olej rozpálíme a maso na něm opečeme. Cibule oloupeme, nakrájíme na kolečka a přidáme k opečenému masu. Chvilku restujeme, podlijeme malým množstvím vody, přidáme pokrájené feferonky, kapii, okurky, zalijeme kečupem a krátce dusíme. Nakonec osolíme, opepříme a servírujeme. Doporučená příloha: Hranolky, krokety, rýže, brambor, chléb.

Obložené chlebíčky s uherákem a sardelovými očky

12 plátků bílé vezy, 100 g másla, sardelová pasta, 100 g uherského salámu, 12 sardelových oček, kapie

Změklé máslo ušleháme se sardelovou pastou, potřeme jím plátky vezy, obložíme kolečky uheráku stočenými do kornoutků a sardelovými očky. Nakonec ozdobíme proužky kapie.