

ČASOPIS
ZÁKAZNÍKŮ
PRODEJEN
COOP

coop

5/2018
ZDARMA

RÁDCE

TEN PRAVÝ ORIGINÁL

18

Original
Pilsner Bier
B. 18 42 B

42



18+

POUZE PRO STARŠÍ 18 LET
www.napivosrozumem.cz

UVNITŘ ČASOPISU
SPECIÁLNÍ SOUTĚŽNÍ
KUPONOVÁ PŘÍLOHA

coop



Super cena

Vybíráme z akční nabídky

Dolcezza

Hořká
ČOKOLÁDA
60%

Mléčná
ČOKOLÁDA

Oříšková
ČOKOLÁDA

19.90

ČOKOLÁDA
HOŘKÁ 60% 90 g,
MLÉČNÁ 100 g,
MLÉČNÁ S OŘÍŠKEM 100 g
100 g • od 19,90 Kč

AKCE CSC č. 20/2018
platnost od 10. 10.
do 23. 10. 2018

Gambrinus
Plná 12

RADEGAST
RYZE 12

12.90

GAMBRINUS PLNÁ 12,
RADEGAST RYZE HOŘKÁ 12
pivo světlý ležák
0,5 L
1 l • 25,80 Kč

AKCE CSC č. 21/2018
platnost od 24. 10.
do 6. 11. 2018

Coop
PREMIUM

Peas with baby carrots
mražák s baby mrkvičkou • 1 kus mrkve s 3 drcíky karotky
Zdravotně bezpečná konzervace • 100% v. Čistota v přípravě

Cut green beans
Zelené fazolové struky krájené • Zelené fazolové lusky krájené
Zdravotně bezpečná konzervace • 100% v. Čistota v přípravě

18.90

HRÁŠEK S BABY KAROTKOU
425 ml (první podíl 265 g),
ZELENÉ FAZOLOVÉ LUSKY KRÁJENÉ
425 ml (první podíl 200 g)
100 g p.p. • od 7,13 Kč

AKCE CSC č. 21/2018
platnost od 24. 10.
do 6. 11. 2018

coop VŠECHNO DOBRÉ

Uvedená nabídka platí ve 2 580 družstevních prodejnách COOP v ČR.
Nabídka platí v uvedených termínech nebo do vyprodání zásob. Chyby v tisku vyhrazeny.

VÁŽENÍ ČTENÁŘI,

celé léto nás sužovalo nebývalé vedro. Koupaliště byla obležená do posledního místečka, jak jsme se ale z vody vynořili, znovu se do nás sluneční paprsky ze všech sil opřely. Zmrzlináři si počasí nemohli vynachválit, jejich tržby trhaly rekordy.

Také ovocné stromy měly letos olympiádu. Na jaře kvetly o sto šest, žádný mráz je tentokrát nezastavil, a tak mohly nasadit záplavu plůdků, z nichž uzrál velký počet plodů. Bohužel kvůli velkému suchu a nájezdům vos jich značná část opadala.

Obalené byly jahodníky, rybíz, angrešty, meruňky, broskvoně, jabloně, švestky, ryngle, mirabelky, hrušně, vinná réva. Pokud bylo možné zalévat, urodila se i zelenina. Cukety se praly o první místo v objemu sklizně s okurkami a velkou radost udělala zahrádkářům rajčata. No řekněte, kdy jsme si mohli bez obav z plísňe

pochutnávat na tolika sluníčkem vyzrálých červených či žlutých plodech všech velikostí!

Dobré hospodyňky samozřejmě ve velkém zavařovaly. Mnohé vytáhly sešity s osvědčenými recepty po babičce a pustily se do díla.

Škoda, že se nedá do sklenic schovat také to letní horko. To by bylo! Ráno bychom otevřeli sklenici a pokojem by se pěkně rozlilo teplíčko. No, neumíme to, musíme se spolehnout na klasická kamna, krby, kotle, dálkové topení.

S podzimem se příroda zklidňuje a zklidňujeme se i my. Máme čas se posadit a přechíst si něco pěkného. Jsme přesvědčeni, že časopis Rádce, který jste právě vzali do ruky, je tím pravým pro krátící se dny, kdy už více býváme doma. Přesvědčte se, jistě nebudete litovat.

*Krásné podzimní dny Vám přeje
Vaše redakce*



[4–5]

PRVOREPUBLIKOVÁ
KUCHYNĚ



[10–11]

CO JEDLI
PREZIDENTI



[16–28]

SOUTĚŽNÍ
KUPONY



[19–22]

ČERTÍ BRKO

KŘÍŽOVKA

Správné znění tajemek z minulého čísla je: „Sto let od“ a „vzniku první republiky“. Výherci obdrží dárkový balíček od společnosti

COOP: R. Švamberková, Karlovy Vary • J. Foltýnová, Zborovice

• **A. Nerušilová, Litovel**
• **D. Kučerová, Písek**
• **A. Varkoček, Ostrava 3**
• **M. Pětivoká, Hradec Králové**
• **J. Kšanda, Milín • L. Seidl, Meziměstí • M. Jakubec, Domoradice • I. Černá, Kutná Hora.**

coop Club.cz

COOP CLUB JE INTERNETOVÝ PORTÁL, KDE NAJDETE:

- ▶ více než 1000 originálních receptů a návodů na přípravu pokrmů
- ▶ tipy a rady nejen pro vaši domácnost
- ▶ vše o zdravém životním stylu

Optimalizováno
i pro vaše mobilní
telefony.



CASOPIS ZÁKAZNÍKŮ PRODEJEN COOP
coop Rádce

časopis zákazníků prodejen COOP
ochranná známka č. 325983

VYDAVATEL [DELEX, s.r.o.] ▶ Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň, tel.: 378 218 112, fax: 377 325 972, IČO: 00519049

[PROJECT DIRECTOR, ŠÉFREDAKTOR] ▶ Luboš Liška **[REDAKCE]** ▶ Mgr. Zdeňka Čížková **[GRAFICKÁ ÚPRAVA, SAZBA]** ▶ Jan Valenčat **[INDIVIDUÁLNÍ OBJEDNÁVKY]** ▶ Mgr. Zdeňka Čížková, e-mail: cizkova@delex.cz, tel.: 724 151 095

COOP CENTRUM DRUŽSTVO [SÍDLLO] ▶ U Rajské zahrady 3, 130 00 Praha 3 **[GENERÁLNÍ ŘEDITEL]** ▶ Josef Plesník
[MARKETING COOP] ▶ Andrea Mouralová, tel.: 224 106 146, Petra Černá, tel.: 224 106 125; fax: 224 106 140,
internet: www.coop.cz **[REGISTROVÁNO POD ČÍSLEM]** ▶ MK ČR E 8002 **[NÁKLAD]** ▶ 120 200 ks

coop
100
SLAVÍ
100
LET
RÁDEHO
STÁTU

DELEX
REKLAMNÍ A KOMUNIKAČNÍ AGENTURA

**COOP
CENTRUM**
DRUŽSTVO
ČLEN SKUPINY COOP

PRVOREPUBLIKOVÁ KUCHYNĚ ROZHODNĚ NEBYLA ČERNOBÍLÁ

Když se řekne prvorepubliková kuchyně, nejspíš se většině čtenářů vybaví slavnostně prostřené stoly paní továrníkové či lékárníkové. Realita byla ovšem mnohem skromnější, než se z filmů pro pamětníky může zdát. Ale neznamená to, že byste si před sto lety na obědě či večeři nepochutnali.

Ne nadarmo je období první republiky považováno za zlatou éru české kuchyně, z níž tuzemské hospodyňky profitují ještě v dnešní době. Tehdejší gastronomie čerpalas jak z rakousko-uherské tradice, tak z regionální kuchyně, zejména moravské či slezské. Spolu s postupující dobou a tím, jak bohatla společnost, se jídelníček rozšiřoval o nové, cizokrajné chody. Praha se ocitla po boku evropských metropolí a spolu s Paříží určovala gastronomické trendy. Otevíraly se nové kavárny, bary a restaurace, nad jejichž jídelníčky by se sbíhaly sliny i současným labužníkům.

MENU HORNÍ TŘÍDY

Jistě tušíte, že i na začátku dvacátého století existovaly pokrmy pro „horních deset tisíc“, které se od kuchyně chudiny výrazně odlišovaly. Jak vypadalo dobové menu v luxusních restauracích? Špičkoví šéfkuchaři hledali inspiraci u francouzských a anglických kolegů. Dobová smetánka si tedy mohla pochutnat i na takových exotických dobrotách, jakými byli šneci, žabí stehýnka či mušle. Na slavnostních rautech bylo možné ochutnat parmazán, datle i ananas. Velmi

oblíbená byla také zvěřina, telecí a jehněčí maso. Chybět nesmělo ani rybí menu v čele s lososem, pstruhem, či dokonce raky nebo kambalou. Výjimkou však nebyla ani želví polévka.

Při pročítání dobových časopisů a kuchařek lze najít recepty, jejichž suroviny by mnozí kuchaři považovali za moderní výstřelky a používali by je výhradně v cizí kuchyni. Kapary, sardelky, chřest či artyčoky ale naši předkové přidávali do tuzemských receptů. Plněné telecí závitky s kaparovou omáčkou ani smažené artyčoky by je při nedělním obědě jistě nepřekvapily.



Dokonce už Marie Axamitová ve své České kuchařce radí, jak připravit sardelovou či kaparovou omáčku, a chuť k dokonalosti vyladuje citrovou kůrou.

MENU PRO TY OSTATNÍ

Realita obyčejných smrtelníků byla samozřejmě o poznání prostší, neznamena to však, že by byla méně zajímavá. Vždyť ke zdánlivě chudé prvorepublikové kuchyni se v dnešní době obrací spousta slovných restaurací. Z dnešního pohledu se využívaly laciné suroviny v čele s vnitřnostmi, které se dnes v řeznictví seženou velmi těžko, nebo bychom s nimi ani neuměli pracovat. Jak s oblibou připomínají gastroznalci, jateční kusy se oproti dnešní době snědly celé od čumáku po ocas. K některým názvům se mnohá čtenářům vybaví nevalně proslulé pokrmy školních jídel. Pokud byste si však plíčky na smetaně, masovou haši nebo zadělávanou slepici s květákem připravili poctivě doma podle tehdejších receptů, jistě by se tyto pokrmy zařadily mezi oblíbené rodinné dobroty. Ani uzený hovězí jazyk s křenovou omáčkou, mozeček nebo husí krev na cibulce s vejci by vás na talíři neurazily. Mnohdy byste ale nejspíš nevěděli, o jakou část zvířete se jedná. Schválně, kde byste hledali telecí okružní či telecí kořínek?

Krémové omáčky doprovázely telecí či králičí maso, chybět nesměla ani slepice, jejíž příprava je oproti

kuřeti časově náročná, ale chuťově za to jistě stojí. Je všeobecným mýtem, že prvorepubliková kuchyně byla tučná a hutná. Už tehdy vybízely kuchařské knihy a články v časopisech ke zdravé výživě, třeba Sandtnerová doporučovala na jednu osobu porci 70g masa a větší množství zeleniny. Hospodyňky měly k dispozici např. i vegetariánskou kuchařku! Zelenina z vlastních zdrojů byla levnou a vydatnou surovinou - pevné místo samozřejmě měla zelenina kořenová, čerstvé i kvašené zelí, brukve, kapusta a květák, ale v receptech najdete i špenát, mangold nebo černý kořen, který dnes na pultech obchodů objevíte už jen stěží.



Pokud máte před výplatou hluboko do kapsy, zkuste uvařit uhlířinu, směs domácích noků s bramborami opečenými na slanine a kmínu, kterou výtečně doplní kysané mléko a nakládané okurky. Ani všeobecně známé knedlíky s vajíčkem nejsou výmyslem posledních let, ale kořeny mají právě v kuchyni našich praprababiček. V další sezóně můžete namísto všeobecně známých kopřiv a pampeliškových listů vyzkoušet

sběr šťovíku. Zužítujete ho třeba ve šťovíkové polévce, která odlehčí vašemu trávení i rodinnému rozpočtu. Zajímavou inspiraci nabízí např. kniha Dr. Čeňka Zírta z roku 1917 s názvem Česká kuchyně za dob nedostatku před sto lety (nynějším hospodyňkám na vybranou).

BÁBOVKOU TO NEKONČÍ

Nejspíš byste mylně předpokládali, že u dezertů zaujímaly první místo hutné buchty a koláče. Na nedělním stole sice nesměla chybět nadýchaná bábovka, kynuté koláče nebo „honzáky“ s nejrůznějšími náplněmi, ale v dobových kuchařkách najdeme i rychlé a odlehčené sladké tečky. Jednou z nich jsou např. pečená jablka od Anuše Kejřové. Oloupaná jablka zbavená jadřinců vyskládáme do pekáčku s rozpuštěným máslem a nezakrytá pečeme při 180 °C asi 20 minut, dokud nejsou měkká. Ještě horká je posypeme cukrem a přelijeme šlehačkou. Výtečně doplní máslové sušenky, zmrzlinu, lívance i palačinky.

Mezi sladkými jídly nelze opomenout ovocné knedlíky s opraženou strouhankou či perníkem, oblíbené byly nejrůznější nákypy i trhance se zavařeninou nebo přelivem z ovocné šťávy. Lepší společnost si pochutnávala na „Sachrově dortu“, mrkvovém dortu i punčových řezech, u nichž nesměla chybět káva, která v oblíbenosti jednoznačně převládala čaj.

-drei-

SOUTĚŽ

Pokud byste rádi nakoukli pod pokličku prvorepublikové kuchyně podrobněji, zasoutěžte si s námi o Kuchařku první republiky autorky Jitky Rákosníkové a Evy Všečekové (vydalo Nakladatelství Smart Press, 2015, www.smartpress.cz).

Seznámíte se s klasickou měšťanskou kuchyní tak, jak ji ve svých kuchařských knihách zachytili nejlepší autoři doby – Marie Janků-Sandtnerová, Anuše Kejřová, Marie Haškovcová, Iška Posnerová nebo Vilém Vrabec. Dostanete možnost nahlédnout do kuchyně filmových hvězd, Adiny Mandlové a Vlasty Buriana, ale autorky vás pozvou i k prostému žižkovskému stolu.

Nalistujte si tedy příslušný kupon v příloze tohoto časopisu, zodpovězte kvízovou otázku – a jedna ze tří kuchařek může být vaše.



ZÁBAVA

V RYTMU PRVNÍ REPUBLIKY

Podle dění ve filmech pro pamětníky by se mohlo zdát, že život za první republiky byl jedním velkým dýchánkem v šantánech. Pro nejvyšší vrstvy to tak skutečně být mohlo, prostí smrtelníci však na obdobnou zábavu dosáhli pouze stěží. Stačí vzpomenout na proslulého Kristiána. Pojďme se na chvíli vžít do kůže těch, kteří přece jen prostředky na občasné kulturní a sportovní povyražení měli.

Je nutné připomenout, že po konci první světové války byla společnost rozdělena na bohatou a naopak velmi chudou vrstvu. Československo bylo navíc rozlehlou zemí a srovnávat životní úroveň Pražanů s obyvateli východního Slovenska lze pouze velmi těžko. Jak žilo měšťanstvo první republiky ve svém volném čase?

Asi největší ikonou prvorepublikové zábavy jsou kabarety, které měly v repertoáru směs písní, kupletů i hraných scén reagujících leckdy satiricky na aktuální dění. Nejslavnějším pražským kabaretem tehdejší doby byla Červená sedma založená roku 1909. Mezi účinkujícími lze dohledat takové osobnosti, jako jsou R. A. Dvorský nebo Eduard Bass. V letech 1909 až 1920 vznikl významný komplex Lucerna, který už od počátku nabízel to nejlepší, co bylo možné v prvorepublikovém kulturním životě zhlédnout. V kabaretu vystupoval Karel Hašler, v roce 1927 se zde představila slavná dvojice Voskovec a Werich a o dva roky později Bio Lucerna poprvé promítalo zvukový film.

PRKNA ZNAMENAJÍCÍ SVĚT

Prahou zněla hudba a smích. Mezi populárními písněmi tehdejší doby nesměly chybět skladby Karla Hašlera, Karla Ballinga, Jaroslava Jankovce či Jaroslava Mottla. Legen-

dární duo V+W je pak spjaté s Osvozeným divadlem, jehož kořeny sahají do roku 1926 a které nabízelo zcela nový druh avantgardní zábavy. Pravdou je, že divadlo nebylo výsadou pouze větších měst. Uvádí se, že v roce 1933 působilo v Čechách 30 stálých divadel a 38 kočovných divadelních společností. Menší obce a vesnice kulturně žily díky ochotnickým souborům. Svě místo na umělecké scéně měly také cirkusy. K největším patřil cirkus Kludský, v dobách své největší slávy se chlubil zvěřincem, k jehož přepravě bylo třeba 200 vagonů!

ZÁBAVA PO DRÁTĚ

Klíčovým datem, které ovlivnilo dění v československých domácnostech, je 18. květen 1923. Tehdy totiž bylo zahájeno pravidelné tuzemské rozhlasové vysílání stanice Radiojournal. První vysílání probíhalo ze

stanu na pražském letišti v Kbělich a teprve v roce 1933 se rozhlas přestěhoval do budovy na Vinohradské třídě, v níž sídlí dodnes. V prvních letech sloužil rozhlas k informování obyvatelstva, ale s postupem času docházelo k rozšíření

programové nabídky od uměleckých pořadů až po pořady pro dětské posluchače. Na internetových stránkách rozhlas.cz se dočtete, že v roce 1925 odvysílala společnost Radiojournal první přímý přenos koncertu České filharmonie, první přímý přenos bohoslužby a první přímý přenos

projevu prezidenta T. G. Masaryka. Vzhledem k tomu, že Československá republika byla národnostně smíšeným státem, bylo zahájeno vysílání pro německou, maďarskou a rusínskou menšinu. O rok později rozhlas dokonce vysílal první fotbalovou reportáž v Evropě!

Spolu s rozvojem rozhlasového vysílání dochází také k rozmachu



filmů a biografů. Vesnické biografy se rodily v hospodách a kulturních sálech, později vznikala samostatná kina. Pražané měli možnost navštívit kromě honosné Lucerny např. i nablýskané kino Flora, které bylo otevřeno roku 1928 ve stejnojmenném hotelu. Ve stejném roce vzniklo Sdružení premiérových biografů, které určovalo hierarchii pražských kin a dobu premiér. Do první třídy byla zařazena kina Alfa, Adria, Fénix (později Blaník), Lucerna, Passage a Metro. Kina se zásadně lišila cenou vstupenek – zatímco v první skupině se platilo od 5 do 13 korun, v poslední od 3 do 10 korun za představení.

POHYBOVÉ AKTIVITY

Ani sport nestál stranou! Byť si to mnohdy neuvědomujeme, především pro mladou generaci byl zdravý životní styl klíčový. Muži preferovali štíhlé upravené ženy. Ve dvacátých letech se zásadně proměňuje móda. Přichází doba zkracování sukní i vlasů a do dámského šatníku pronikají ryze mužské atributy. První odvážné ženy začínají nosit kalhoty, vesty, saka či kravaty, což bylo před první světovou válkou něco nemyslitelného. Elita si nechávala šít šaty u Hany Podolské či Oldřicha Rosenbauma. To se však od tématu odkláníme stranou, proto zpět do říše pohybu.

Velkou popularitou se pyšní fotbal i hokej, širší věhlas si však získávají také atletika, lyžování, veslování, zápas a box nebo motocyklové sporty. Největší sportovní organizací v celé republice představuje Sokol. Jak uvádí sama Česká obec sokolská (ČOS) na oficiálních webových stránkách, období první republiky přineslo Sokolu zadostiučinění za dlouhodobé usilování o státní samostatnost a zároveň příznivé

ovzduší pro nebývalý rozvoj. Každý 15. občan byl jeho členem a celkový počet sokolů se blížil k milionu.

Rozvíjel se cvičební proces, konaly se např. každoroční zkoušky zdatnosti pro rozřazení do družstev, vycházely téměř dvě desítky odborných časopisů, několik z nich pro mládež. Pravidelně se konaly závody, a to ve cvičení na nářadí, v atletice, hrách, plavání a dalších sportech, jejichž počet se postupně rozrostl

na 36 odvětví. Nejlepší cvičenci postupovali výše a dostávali se až do reprezentačních družstev. ČOS reprezentovala naši republiku

na mezinárodních závodech a olympiádách, odkud přivážela cenné medaile. Pomyslným konkurentem Sokola byl Orel, katolická sportovní organizace založená roku 1909, jejíž počet členů čítal asi 35 000.

ZÁBAVA PRO DĚTI

A čím se bavili nejmladší obyvatelé první republiky? Jak to u dětí bývá, to základní zůstává nezměněno. Děvčátka měla svůj svět kočárků, panenek a domečků s kompletním vybavením, chlapcům stačily strohy ke šplhání nebo okopaný míč. Movitější vrstvy si však mohly hrát s modely vláček, letadel či aut. Velmi populární byla domácí loutková divadla, v roce 1920 se pak na pulty obchodů dostává stavebnice Inventor (později známá jako Merkur), jejíž jednotlivé dílky se spojovaly systémem háčků, teprve o pět let později vzniká stavebnice taková, jakou ji známe dodnes.

-drei-



PŘEDSUDKY A MÝTY PŘI CELIAKII

Mýty se objevují u každého lidského konání a aktivity. Některé jsou úsměvné a na první pohled patrné, jiné nás však mohou uvést v takový omyl, že sami sobě uškodíme. Nejinak jsou na tom také mýty o celiakii. Podívejme se jim trochu na zoubek.

► NEGATIVNÍ VÝSLEDKY KREVŇÍCH TESTŮ ZCELA VYLUČUJÍ CELIAKII

U malého procenta lidí vycházejí testy falešně negativní. Jedná se o tzv. séronegativní celiakii. Při podezření na ni musí lékař nechat provést speciální histologické vyšetření biotického vzorku sliznice tenkého střeva. Existují výjimky, kdy asi u 1% diagnostikovaných celiaků mohou být negativní i genetické testy.

► PŘI BEZLEPKOVÉ DIETĚ SE TLOUSTNE

Pokud dojde k uzdravení sliznice, lidé často tloustnou, protože jsou zvyklí na větší přísun stravy, při kterém předtím nepřibírali. Tloustnutí není způsobeno bezlepkovou dietou, ale nepoměrem mezi příjmem energie z potravy a výdejem energie při fyzické aktivitě.

► PŘI CELIAKII SE HUBNE

Hubnutí vyvolává podezření na celiakii, především vlivem častých průjmů a nevstřebávání potřebných živin do organismu. Jestliže však postižený má místo průjmu zácpu, nehubne, výjimečně i přibývá na váze. Po nasazení diety se hubnutí zastaví a většina lidí se během několika měsíců, případně 1–2 roků, vrátí na původní váhu.

► BEZLEPKOVÁ DIETA JE ZDRAVÁ

Pro celiaky je bezlepková dieta celoživotní a nevyhnutelná, bez této diety by nemoc měla fatální následky. Obecně řečeno to, že jsme na bezlepkové dietě, ještě nemusí znamenat, že jíme zdravě, pokud konzumujeme sladkosti, tučná a slaná jídla. Vždy je to o tom, z čeho se skládá náš jídelníček.



► PŘÍPRAVA BEZLEPKOVÉ STRAVY JE ČASOVĚ NÁROČNÁ A SLOŽITÁ

To, že ve svém jídelníčku vynecháme lepek, ještě neznamená, že je příprava pokrmů složitější a náročnější než kterákoli jiná. Je to o zvyku, každý začátek něčeho nového s sebou nese trochu složitosti, vyladování, zvykání si apod. Po určitém čase zjistíme, že bezlepkové pečení a vaření je pro nás samozřejmost, jakou dříve byla klasická příprava lepkových pokrmů.



► OBČASNÉ OCHUTNÁNÍ LEPKOVÉ STRAVY NEVADÍ

Vždycky a za každých okolností u celiaka vadí. Je potřeba se vyvarovat i kontaminace lepkiem, kterou sliznice tenkého střeva pozná. Dlouhodobé porušování diety může vést k vážným následkům.

► CELIAKIE A ALERGIE NA LEPEK JE TO SAMÉ

Není, u celiakie je přítomno typické autoimunitní poškození sliznice tenkého střeva. U alergie na lepek bývá reakce rychlá, její projevy jsou většinou vázány na trávicí ústrojí (nevolnost, křeče, průjem), mohou se objevit kožní či dýchací problémy. Zda se jedná o alergii na lepek, nebo o celiakii, musí vždy rozhodnout lékař, a to ještě před nasazením diety.

► U CELIAKIE VŽDYCKY POMŮŽE BEZLEPKOVÁ DIETA

Dodržování bezlepkové diety je nezbytné. Výjimečně však léčebný účinek aplikované diety nenastane (celiakie neodpovídající na léčbu – CNL). Důvodem může být vědomé nebo nevědomé porušování bez-

lepkové diety nebo jiné autoimunitní onemocnění podobné celiakii. Další příčinou může být refrakterní celiakie. Je potřeba jednou do roka podstupovat kontrolní testy, abychom si byli jisti, že bezlepková dieta zabrala a celiakie je v klidovém režimu.

► CELIAKIE JE DĚTSKÁ NEMOC

V žádném případě, celiakie může být diagnostikována kdykoli, a to i v pozdějším věku.

► Z CELIAKIE SE VYROSTE

Bezlepkovou dietu je třeba dodržovat do konce života. Současná medicína toto onemocnění neumí definitivně vyléčit. Při dodržování bezlepkové diety však všechny příznaky celiakie vymizí, výsledky krevních testů i biopsie jsou stejné jako u zdravých.

► POKUD JE PŘI KONTROLNÍM VYŠETŘENÍ KREV V POŘÁDKU, UŽ NEMUSÍM DIETU DRŽET

Kontrolní krevní vyšetření ukazuje na správné dodržování bezlepkové diety, nikoli na to, že nemoc už nemám. Naopak je potřeba dál správně dodržovat dietu.

BORŮVKOVÝ CHEESECAKE

Korpus: • 100g másla

- 10g slunečnicových semínek
- 50g vlašských ořechů
- 150g bezlepkových piškotů

Náplň: • 500g tvarohu (v alobalu)

- 4 lžíce medu • 100g borůvek (mohou být i mražené nebo zavařené)

- 4 lžíce smetany ke šlehání (33 % tuku) • 100g másla

V mixéru rozmixujeme máslo, piškoty, slunečnicová semínka a vlašské ořechy v jemnou pastu. Tuto pastu rukama rozprostřeme na dno dortové formy a dáme na 8 minut péct do trouby na 180 °C. Po vytažení z trouby necháme korpus vychladnout. Vyšleháme tvaroh, smetanu, med, máslo a borůvky v jemný krém. Borůvkový krém rozetřeme na vychladlý korpus a necháme vychladit v chladničce. Borůvkový cheesecake ozdobíme ovocem dle možností a chuti.

DÝŇOVÁ BÁBOVKA



- 150g másla • 300–350g dýně
- 1 lžíce skořice • 3 vejce
- 150g moučky • 1 vanilkový cukr • 300g bezlepkové samokypřící směsi
- špetka soli • 4 lžíce oleje

Nejprve na hrubém struhadle nastrouháme dýni, pokapeme ji olejem a necháme odležet. Celá vejce vyšleháme s cukry a rozpuštěným máslem do pěny, přidáme nastrouhanou dýni s olejem a opatrně přimícháme mouku se solí a skořicí. Touto směsí

naplníme bábovkovou formu, kterou jsme vytřeli olejem a vysypali bezlepkovou moukou. Pečeme při 180 °C asi 45 minut.

Tato bábovka je i 4. den vláčná a po vytažení z mrazáku má pořád svoji původní chuť i konzistenci.

JÁHELNÝ DEZERT

- 100g uvařených jáhel
- 250g polotučného tvarohu (v alobalu) • 10g rozmixovaných vlašských ořechů • 1 lžíce medu
- 150g bílého jogurtu bez škrobů
- dle libosti ovoce, čokoláda, ovocná šťáva na dochucení

Jáhly spaříme vařící vodou, aby se vytratila hořkost, a uvaříme je. V míse vyšleháme jogurt, tvaroh, med a ořechy. Jakmile jáhly vychladnou, přimícháme je k tvarohové směsi. Dochutíme ovocem, nastrouhanou čokoládou a kapkou ovocné šťávy.



Další podrobnosti o bezlepkové dietě a recepty se dozvíte na

COOP CLUB.CZ



VLADĚNA HALATOVÁ

Lékaři jí diagnostikovali celiakii, což pro ni bylo odrazovým můstkem, aby začala hlouběji pronikat do tajů bezlepkového vaření. Aby nemusela pro sebe vařit pokrmy zvlášť, stravují se bezlepkově i její manžel a děti. Rodina jí poskytuje zpětnou vazbu pro vylepšování a zdokonalování jednotlivých pokrmů, aby byly k nerozeznání od těch s lepkem.

Její recepty by vydaly na kuchařku, a ne na jednu. Paní Halatová vydala už kuchařky „Tradiční sladké pečení – bezlepkově“ a „Hlavní jídla, pečivo a speciality – bezlepkově“.

Vladěna Halatová je také lektorkou kurzů bezlepkového vaření a pečení. Své zkušenosti, rady a recepty publikuje na facebookové stránce www.facebook.com/vladenahalatova a na webu bezlepkove.com.



NA ČEM SI POCHUTNÁVALI PREZIDENTI

Byli a někteří ještě jsou slavní a mocní. Muži, kteří nějakým způsobem ovlivnili naše dějiny, byli také jen lidé s docela obyčejnými chutěmi. Co rádi jedli tatíček Masaryk, Klement Gottwald nebo Gustáv Husák?

Představa, že se stoly na Pražském hradě nebo v Lánech prohýbaly a prohýbají pod kaviárem, humry, foie gras nebo jinými noblesními laskominami, je velmi vzdálená realita. Při bližším zkoumání toho, co měly hlavy naší republiky rády, často zjistíme, že to byla vlastně docela obyčejná jídla. Naši prezidenti jedli povětšinou podobně jako jejich lid, i když nepochybně o tom, že v dobách nedostatku si dopřáli to, co se běžně koupit nedalo. Až na výjimky však zůstávali věrni české národní gastronomii. V tomto směru byla většina našich prezidentů vlastenecká, ať vládla totalita, či demokracie. Jaké chutě tedy měli?

► TOMÁŠ GARRIGUE MASARYK MILOVAL JEDNODUCHÁ JÍDLA

Podle historických podkladů a vzpomínek lidí jedl velmi skromně a měl v oblíbě jednoduchá jídla, například švestkové knedlíky sypané mákem nebo staročeské kyselo. Prezidentovým nejmilejším chodem byla černá káva po obědě, k večeři pak měl velmi často jen bílou kávu s kouskem domácí buchty. K snídani obvykle konzumoval čerstvou ovocnou šťávu nebo přímo čerstvé ovoce, topinky s džemem, čaj a občas vejce. Z hlavních jídel Masaryk preferoval obyčejná staročeská jídla, jako jsou bramborová polévka, brynzové halušky – a jak již bylo zmíněno – vůbec nejvíc švestkové

knedlíky sypané mákem. Kávu pil spařovanou, většinou černou, někdy s kapkou smetany, občas si ji i přisladil. Před spaním si dával naopak mléko trochu dobarvené kávou. Byl také první, kdo u nás začal jíst ovesnou kaši. Takže nic speciálního, což dokazuje, že vysoká funkce nemusí být v podání některých lidí pro-



středkem k okázalému gurmánství.

► EDUARD BENEŠ DÁVAL PŘEDNOST SÝRŮM

Také náš druhý prezident prý jedl velmi skromně a prostě. Jídlo pro něj znamenalo především chvilku rodinné pohody a klidu. Kávu měl raději než čaj, potrpěl si na polévky, hlavně bramboračku nebo zeleňinovou, hlavním jídlem na Hradě bývalo lehké maso. Nesměl chybět salát z nejrůznější zeleniny. Miloval sýry, měl rád pečené halušky a nudle sypané tvarohem. Od svého předchůdce se v gastronomických preferencích příliš nelišil. Ani on si nepotrpěl na komplikovaná mód-

ní jídla a nic na tom nezměnil ani jeho dlouhodobý pobyt v zahraničí. Stejně jako Masaryk byl odpůrce alkoholu, ani víno mu nedělalo radost, přestože několik let svého života strávil studiem ve Francii. Když musel, dal si střík, ale to byla jediná forma alkoholu, jakou byl ochoten pozřít. Trpěl migrénami, a tak si

alespoň ušetřil zbytečné bolesti hlavy navíc. Asketičtější byl ve většině ohledů svého života už od mládí. Pocházel z velmi chudých poměrů, kde tradiční večeří byl chleba nalámaný do bílé kávy. Brambory s máslem stlučeným ze smetany, když jí náhodou bylo dost, byly u Benešů slavnostním jídlem. Ani jako významný politik své chutě nijak výrazně nezměnil.

► EMIL HÁCHA BYL GURMÁN

Inteligentní vzdělaný právník, který miloval svou rodinu. Byl gurmán, uměl ocenit dobrá jídla i vína, a k tomu nesměl chybět doutníček. Než se stal prezidentem, žil po všech stránkách spokojeným životem. Rád chodil na Příkopy do slavného Lippertova lahůdkářství a ochutnával zdejší sortiment, který jinde nebyl k mání.

► KLEMENT GOTTWALD MILOVAL ALKOHOL

Jako prezident si nechával zadělávat svíčkovou v těstíčku, zřejmě na způsob Wellington, ale jinak měl

nejraději prostou kuchyní. O tom, že se s paní Gottwaldovou neodbývali, svědčí i jejich korpulentní postavy. Paní prezidentová zbožňovala knedlo vepřo zelo a prezident Gottwald nedal dopustit na bramborové placky s mlékem. Nad všechna jídla světa mu byl ale alkohol.

► ANTONÍN ZÁPOTOCKÝ RÁD ZAVAŘOVAL

Nebál se postavit ke sporáku. Věděl, jak důležité je dělat si zá-soby, když je zrovna z čeho, a tak s oblibou zavařoval ovoce i zeleninu. Nejlepší prý byly jeho nakláda-né houby. Rád byl alespoň naoko blízko svému lidu, a v jídle to ani nemusel předstírat. Občerstvením na jeho svatbě s Marií Skleničkovou byl chleba se salámem a okurkou. Jeho nejoblíbenějším jídlem byly prý vuřty s cibulí a tlačenka.

► ANTONÍN NOVOTNÝ NEBYL VYBÍRAVÝ

Jídlo nijak zvlášť neprožíval. Jeho dělnický původ byl znát na každém slově i gestu, totéž platilo i pro jeho ženu Boženku. Na noblesu si nepotrpěli, alkohol skoro nepili, leda na dožínkách a podobných akcích, na které byli jako prezidentský pár zváni předsedy JZD z celé země. Měl rád obyčejné bramborové šišky s mákem. Mnohem víc než jídlo ho zajímaly karty. O jeho mariášové vášni, které se rád oddával zejména ve Vystrkově na Orlíku, v rekreačním sídle strany, se vyprávějí legendy. Schovaný ve speciálně zřízeném sudu se stolem a lavičkami mastil karty každou dovolenou.

► LUDVÍK SVOBODA SI OBLÍBIL ČESNEČKU

Voják, muž pevných zásad a vášnivý turista. Roky strávil na frontě v bojích a nedostatku. O jeho stravovacích návycích se toho mnoho neví. Měl rád česnečku i ovocné knedlíky se skořicí. Nepohrdl ve slupce pečenými bramborami s tvarohem a mlékem. Zase jen taková obyčejná prostá jídla, žádné kulinářské speciality.

► GUSTÁV HUSÁK SI NECHÁVAL DOVÁŽET VODU Z LEDOVCŮ

Jediný Slovák mezi českosloven-skými prezidenty měl zdraví zničené téměř desetiletým vězením, stovka-mi hodin trvajících výslechy i muče-ním. Na rozdíl od svých předchůdců by si býval dopřával rád, ale jeho zdravotní stav mu to neumožňoval. Musel držet přísnou dietu. Nicméně dvě speciality v jídelníčku měl – v době, kdy u nás o balené vodě nikdo neměl ani tušení, si nechával dovážet vodu z islandských ledovců a imunitu sobě i svým spolupra-covníkům zvyšoval olejem z tres-čích jater. Věděl, že má dobrý vliv na cholesterol a blahodárně působí na činnost mozku a nervového systému.

► VÁCLAV HAVEL RÁD JEDL A VAŘIL

Václav Havel moc rád vařil, ale jeho gastronomický vkus zazna-menal během prezidentského působení značnou evoluci. Alespoň na oficiálních večeřích. V dobách porevolučních se začínalo s gu-láškem a dršťkovou polévkou, ale jako zkušený a zcestovalý prezident už uměl ocenit kaviár, mušle nebo vybraná masa. Na českou kuchyni ale nikdy nezanevřel a měl ji nej-raději. Rád se také díval, jak jídlo, které uvařil, jeho hostům chutná. Při vaření se neomezoval jen na českou kuchyni, dokázal připravit guláš, svíčkovou, ale i kung-pao. „Jídlo je jakýsi obřad. Je to cosi víc než jenom do sebe dávat jisté množství kalorií, aby člověk přežil,“ říkal. Jako jeden z mála našich prezidentů měl

pozitivní vztah k alkoholu a jeho osobní číšník mu ve zvláštní čas-ti prezidentské kanceláře poctivě schraňoval tekuté dary od návštěv.

► VÁCLAV KLAUS JE V JÍDLE VLASTENEC

Sice světoběžník, ale v jídle spíš vlastenec. Jako sportovec dbá na to, co jí, a na velké hodování ho moc neužije. Jídla svérázným způsobem rozděluje na pravicová a levicová. Vepřový řízek je pravico-vý, kuřecí jedí levičáci. „Čokoládový krém je pravicový, salát levicová úchylka a antijídlo,“ nechal se slyšet. Preferuje českou kuchyni před těmi zahraničními a tu také nechal servírovat svým oficiálním hostům. Tvrdil, že když nemáme moře, tak jaképak mušle, natožpak francouzské paštičky.

► MILOŠ ZEMAN MILUJE ZABIJAČKOVÉ POCHOUTKY

Svými chutěmi se nijak netají a na nějaké kulinářské výstřelky si moc nepotrpí. Zatímco Klement Gottwald zapíjel mlékem brambo-rové placky, současný prezident si mléko dopřává k bramborám na loupáčku, které poctivě mastí máslem a v létě přidává pažitku. Kachna, husička, zabijačka, svičko-vá. Zkrátka česká slavnostní klasika, ta je mu nejbližší. Nelze nic namítat, ani jeho předchůdci se necpali sushi nebo francouzskou kuchyní, ale dávali přednost gulášům, tlačenkám a české národní gastronomii. Rád se nechá uctít gulášovou polévkou, jitrničky a jelítka mu vždycky přijdou k chuti.

-ol-



DIALÝZA

ŠOK PRO PACIENTA

S NEMOCNÝMI LEDVINAMI?

Selhání ledvin představuje pro člověka velikou změnu, náročnou také na psychiku. Smířit se s nutností dialýzy nebývá pro většinu pacientů jednoduché a v některých případech je zapotřebí vyhledat pomoc odborníka. Moderní medicína však nabízí způsob léčby, s nímž se pacientův život na dialýze téměř neliší od toho předchozího.

PRVOTNÍ ŠOK Z DIAGNÓZY

Nástup na dialýzu přináší v životě pacienta mnoho změn. Často dochází k přechodu do jiného zaměstnání nebo ke ztrátě práce celkově. To je pro člověka veliký šok, na nějž může tělo reagovat psychickými problémy. „Tělesnou nemoc, v tomto případě nezvratné selhání ledvin, mohou doprovázet nejrůznější psychologické reakce i vážnější poruchy. Kvalitní střediska proto mají těsné napojení na psychologické a psychiatrické služby. Každý případ je pak řešen individuálně a psychiatr spolupracující s takovým pracovištěm zná indikace a omezení, která při farmakoterapii přicházejí v úvahu,“ říká MUDr. Radkin Honzák, CSc., psychiatr IKEM.

Fakt, že přechod na dialýzu je pro člověka psychicky náročný, potvrzuje i IT specialista Eduard Rindt. Přestože měl dostatek informací od své ošetřující lékařky, která mu navíc vhodnou medikací dokázala předdialyzační období prodloužit o několik let, v momentě, kdy přišla s rozhodnutím léčit pacienta dialýzou, byl to pro něj šok. „Do té doby jsem konzumoval velké množství léků a držel speciální dietu, ale to bylo vše. Měl jsem pocit, že s přechodem na dialýzu budu v poloinvalidním režimu, ale vůbec to tak není, funguju úplně stejně dál. Stále hraji volejbal, chodím se bavit s přáteli, pracuji,“ říká dále Eduard, který je na peritoneální dialýze více než rok.

SPRÁVNÁ VOLBA DIALÝZY JE KLÍČOVÁ

Velmi důležitou roli hraje doba před nástupem na dialýzu, kdy by měl pacient se svým ošetřujícím lékařem zvážit, jaká forma dialýzy pro něj bude nejvhodnější. Správná volba léčby dokáže eliminovat negativní dopad na duševní zdraví nemocného, a zajistit mu tak co nejpohodlnější průběh života. Pro pacienta je totiž velmi důležité, aby mohl i přes onemocnění pokračovat ve svých oblíbených činnostech, ať už je to sport, nebo cestování. „Výběr metody náhradní léčby závisí v tomto případě na míře pacientovy osobní závislosti–nezávislosti. Svobodomyšlnější člověk zvolí peritoneální dialýzu, při níž bude mnohem samostatnější, je však řada lidí, kteří raději svěří odpovědnost do rukou profesionálů. Pacient se pochopitelně musí rozhodnout sám,“ uvádí dále uznávaný psychiatr. Pokud si nemocný vybere peritoneální dialýzu, může si například při cestování vyžádat od distribuční firmy dovoz dialyzačních setů, vaků a roztoků na místo dovolené. Cykler se v tomto případě umístí do kufru na kolečkách, který je součástí dialyzačního setu

a je vhodný i pro cestování letadlem nebo se pohodlně vejde do zavazadlového prostoru v autě.

PODPORA RODINY A PŘÁTEL

Významným faktorem, který dokáže ovlivnit zdraví nemocného, je i v tomto případě podpora přátel a hlavně rodinných příslušníků. Ta má velký vliv na pacientovu psychiku nejen v době zjištění diagnózy, ale i po dobu dialýzy nebo při následné transplantaci ledviny. „Rodina je sociální jednotka a onemocnění jednoho člena ji ovlivní celou. Je proto žádoucí rodinný přístup k léčbě, účast dalších členů rodiny při psychologických konzultacích a ze strany personálu také ochota pomoci rodině,“ dodává MUDr. Honzák.



Více informací o léčbě peritoneální dialýzou najdete na www.domaci-dialyza.cz.

Muffiny se Šunkou nejvyšší jakosti a vejcem



VYSOKÝ OBSAH MASA

92%

Sýr s bílou plísňí v bůčkovém kabátku na grilu



VYSOKÝ OBSAH MASA

85%

Boršč se Šunkovým kabanosem



VYSOKÝ OBSAH MASA

80%

Zapečená paprika plněná Sendvičem s kapií



Sýr s bílou plísní v bůčkovém kabátku na grilu

Potřebujeme: sýr s bílou plísní, **Chilli bok** nakrájený na plátky, olej, bylinky (tymián, bazalka, oregano), alobal, přírodní provázek.

Postup: Olej smícháme s bylinkami a potřeme jím sýr, necháme chvíli marinovat. Takto marinovaný sýr zabalíme do plátek Chilli boku a převážeme přírodním provázkem. Opět zabalíme, tentokrát do dvou vrstev alobalu a grilujeme na mírném ohni 10 minut po každé straně. Podáváme s bagetou. Přejeme Vám dobrou chuť.

Chilli bok

VYSOKÝ OBSAH MASA
85%



Muffiny se Šunkou nejvyšší jakosti a vejcem

Potřebujeme: 0,5 kg nakrájené **Šunky nejvyšší jakosti** (je větší než klasická šunka), 1 balení strouhaného sýru čedar, 10 vajíček, ½ nakrájené cibule, na dochucení sůl a pepř, pečicí plech na muffiny.

Postup: Předehřejeme troubu na 180 °C. Vystříkáme pečicí plech na muffiny sprejem na pečení. Vložíme jednotlivé šunky do každé formy muffinu. Do spodní části každého pohárku muffinu přidáme lžici strouhaného sýru čedar. Ve středně velké misce rozšleháme všechna vejce. Promícháme nakrájenou zelenou cibulku, přidáme sůl a pepř dle chuti. Do každého pohárku šunky na pečícím plechu pro muffiny vlijeme pár lžic vaječné směsi. Vložíme pečicí plech do trouby a pečeme zhruba 20-25 minut. Po upečení pomocí vidličky jemně odebereme každý šunkový muffin a servírujeme. Přejeme Vám dobrou chuť.

Šunka nejvyšší jakosti

VYSOKÝ OBSAH MASA
92%



Zapečená paprika plněná Sendvičem s kapií

Potřebujeme: červenou papriku nebo kapii, **Sendvič s kapií** od Váhaly, kysanou smetanu, sýr gouda nebo čedar, provensálské koření, sůl.

Postup: Papriky rozřízneme a vybereme semínka a střed, aby vznikla „lodička“ vhodná k plnění. Na kostičky nakrájený Sendvič s kapií smícháme s nastrouhaným sýrem a smetanou, aby vznikla hustá náplň. Okořeníme ji provensálským kořením a necháme chvíli odstát. Papriky naplníme směsí, rozložíme na vymaštěný plech a ještě posypeme nastrouhaným sýrem. Zapékáme cca 20 min při 180 stupních, až paprika změkne a sýr zezlátne. Podáváme s bagetou či topinkou. Přejeme Vám dobrou chuť.

Sendvič s kapií



Boršč se Šunkovým kabanosem

Potřebujeme: kořenovou zeleninu/mrkev, petržel, celer/ cibuli, červenou řepu, čerstvé bílé zelí, brambory, **Šunkový kabanos**, rajský protlak, vývar, olej, bobkový list, celý pepř, sůl, kysanou smetanu, kopř, ocet.

Postup: Na oleji lehce osmahneme nakrájenou kořenovou zeleninu a cibuli, po chvíli nadrobno nakrájené zelí a podusíme. Podlijeme vývarem a naředěným protlakem. Přidáme koření a na kostičky nakrájený brambor. Osolíme a vaříme, až brambor změkne. Červenou řepu oškrábeme škrabkou na brambory, nakrájíme na tenké nudličky a v malém množství vody uvaříme doměkka. Na kostičky nakrájený šunkový kabanos orestujeme na malém množství oleje. Kabanos, uvařenou řepu i s vodou přidáme do základu a ještě necháme 5 minut probublat. Do takto připravené polévky přidáme nasekaný kopř, můžeme podle chuti přikyselit lžičkou vinného octa. Podáváme se lžící kysané smetany. Přejeme Vám dobrou chuť.

Šunkový kabanos

VYSOKÝ OBSAH MASA
80%





POEX Velké Meziříčí, a. s.

Začátky firmy Poex Velké Meziříčí, a. s., sahají do roku 1993, kdy mezi hlavní obchodní aktivity Poexu patřilo balení potravin a výroba extrudovaných a koextrudovaných cereálií a snacků. V roce 1998 rozšířila společnost své portfolio o výrobu dražovaných produktů, jako např. ořechy a sušené ovoce v čokoládě a v různých polevách. Obchodní činnost je zaměřena především na velké obchodní řetězce, na maloobchodní prodej, zahraniční prodej a v neposlední řadě na výrobní spolupráci s významnými výrobci potravin v České republice. Dnes zaměstnává Poex 230 zaměstnanců a je rozdělen do pěti typů výroby: dražování suchých a skořápkových plodů, výroba extrudovaných a koextrudovaných snídaňových cereálií, výroba extrudovaných křupavých chlebů (Dexi a snacků), balení surovin a výrobků, reklamní předměty.



SPOLUPRÁCE S FIRMOU COOP

S firmou COOP Centrum a COOP Morava spolupracujeme od roku 2009, kdy došlo k podpisu smlouvy. Naše spolupráce se velmi dynamicky rozvíjí až dodnes, a to ve všech Jednotách, jak v Čechách, tak na Moravě.

Vzájemně se snažíme vycházet si vstříc. COOP Centrum i COOP Morava nám postupně zařazují naše novinky a my na oplátku poskytujeme zákazníkům v jejich prodejnách nejlepší cenu a také kompletní servis výrobků.

Firma COOP Centrum i COOP Morava se řadí mezi naše nejdůležitější a největší zákazníky, co se týká tradičního trhu. Naše spolupráce se výborně rozvíjí jak v brandu, tak pod „coopáckou“ vlastní značkou DLE GUSTA, pro niž jsme letos počet výrobků rozšířili. **Pro COOP v současnosti vyrábíme:** Kokos strouhaný 200g, Brusnice 100g, Mandle 100g, Lískové ořechy 100g, Ananas plátky 100g, Papaya kostky 100g, Banán chips 100g, Dýňová semínka (Tykev semena) 100g a Slunečnice loupáná semena 100g.



Některé naše výrobky byly oceněny Ministerstvem zemědělství České republiky značkou Klasa za splnění sedmi nadstandardních kritérií.

Stejně tak se řada našich výrobků pyšní označením Český výrobek. To je garantováno Potravinářskou komorou ČR a zaručuje, že produkt byl zpracován na území ČR a dodržuje stanovený minimální podíl hlavní suroviny z tuzemských zdrojů.

OCENĚNÉ VÝROBKY

Křehký plátek kukuřičný se sýrem, Kuličky do polévky klasik, Kuličky do polévky sýrové, Křehký plátek vícesrzný, Křehký plátek kukuřičný, Sýrové kuličky, Perličky s ovocnou příchutí sladké, Krokodýl s kečupovou příchutí, BIMBO kukuřičné křupky bez soli, Kroužky s ovocnou příchutí.



MISE „Být finančně zdravá společnost, která uspokojuje potřeby zákazníka a udržuje růst trhu pomocí rozšiřování svého produktového portfolia – o bezlepkové výrobky a nyní i o výrobky v BIO kvalitě.“





OSLAVTE NAŠE VÝROČÍ SOUTĚŽÍ

VÁŽENÍ A MILÍ ČTENÁŘI,

v letošním roce si připomínáme jak 100 let od vzniku naší republiky, tak 25 let od založení nákupní centrály COOP Centrum.

Obě tato výročí si zaslouží zvláštní pozornost, proto jsme se rozhodli zasvětit jim většinu letošního 5. čísla časopisu COOP Rádce. Vedle řady zajímavých článků jsme se rozhodli věnovat dostatečný prostor také Vaší vášnivě soutěžní povaze.

Spolu s našimi předními dodavateli jsme pro Vás připravili několik desítek soutěžních kuponů – několik desítek malých soutěží. Záleží jen na Vás, kolika těchto minisoutěží se budete chtít účastnit.

Postup je jednoduchý. Zodpovězte otázku na kuponu a spolu se svými kontaktními údaji a telefonním číslem odešlete do **11. listopadu 2018** na adresu: **Delex, s. r. o., Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň**. Obálku označte heslem „COOP 25 let“. Využít můžete také webový formulář na stránce **www.coopclub.cz**, kde najdete ty samé kupony v elektronické podobě. Vyplňte všechna pole formuláře a odešlete jej. Pak už jen budete čekat, zda se na Vás usměje štěstí.

Nemusíte nic nakupovat, nemusíte skenovat žádnou účtenku. Stačí odpovědět na jednoduchou kvízovou otázku. Je na Vás, do kolika minisoutěží se zapojíte, zda do jedné, nebo do všech. Každá soutěž má své vlastní ceny a svůj vlastní počet výherců. Když se na Vás štěstí bude hodně usmívat, vyhraje třeba i ve dvou či více soutěžích.

SOUTĚŽ PROBÍHÁ OD 8. ŘÍJNA DO 11. LISTOPADU 2018



1847



1918



1939



1976



2008



2018

DŮVĚRA • LIDSKOST • DĚDICTVÍ A ČESKÁ TRADICE

BEZLEPKOVÉ POEX



1

HRAJETE O
5 MLSNÝCH KRABIC



Připravte
bramborový salát
s Poctivou majonézou
od Vitany



2

Hrajte o 100 dárkových
vánočních tašek s produkty Vitana

3



HRAJETE O 10 BONBONIÉR
CHERRISSIMO EXCLUSIVE



S PŘÍRODOU
SI ROZUMÍME



4

HRAJETE
O 10 TYČOVÝCH MIXÉRŮ TEFAL

PRO KOČKY TO NEJLEPŠÍ

TO JE
Naturel

82 %
MASA
a výrobků
živočišného původu
V KOUSČÍCH



www.prevital.cz



HRAJTE O 100
KAPSIČEK PREVITAL

5

HRAJETE O 100
KAPSIČEK PREVITAL

6



**TASTE IT.
LOVE IT.
LIVE IT.**

HRAJETE O 5 BATOHŮ PEPSI

coop Club.cz 7

Internetový portál pro zákazníky prodejen COOP



RECEPTY | ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL
TIPY A RADY | SOUTĚŽE
VLASTNÍ VÝROBKY COOP
LETÁKY A ČASOPISY | NAŠE PRODEJNY

HRAJETE O 5 BLUETOOTH
REPRODUKTORŮ

8



HRAJETE O 10 KUFŘÍKŮ
S UZENINOU KRÁSNO

9

Kucharek

Výborná kvalita,
skvělá chuť, atraktivní cena



HRAJETE O 25 DÁRKOVÝCH
BALÍČKŮ KUCHAREK

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

3

JAK SE JMENUJE SPOLEČNOST, KTERÁ VYRÁBÍ BONBONIÉRU CHERRISSIMO EXCLUSIVE?

- a) Mieszko
- b) Myszkó
- c) Misko

A ☐

B ☐

C ☐

Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

2

KDE SE KAŽDOROČNĚ KONÁ MISTROVSTVÍ V PŘÍPRAVĚ BRAMBOROVÉHO SALÁTU VITANA MAJONÉZA CUP?

- a) v Praze
- b) v Mratině ve středních Čechách
- c) v Jihlavě

A ☐

B ☐

C ☐

Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

1

CO ZNAMENÁ ZKRATKA POEX?

- a) Potravin Exclusive
- b) Potravin Extrudované
- c) Popped Exclusive

A ☐

B ☐

C ☐

Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

6

KDO NEVYSTUPOVAL V REKLAMÁCH NA PEPSI:

- a) Michael Jackson
- b) Britney Spears
- c) Lucie Vondráčková

A ☐

B ☐

C ☐

Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

5

KTERÉ TŘI PŘÍCHUTĚ JSOU V NABÍDCE KAPSIČEK PRO KOČKY ZNAČKY PREVITAL?

- a) hovězí, kuřecí, losos
- b) jehněčí, telecí, krůtí
- c) zelenina, králík, vepřové

A ☐

B ☐

C ☐

Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

4

KTERÉ PRODUKTY VYRÁBÍ MLÉKÁRNA KUNÍN:

- a) smetany, mléčné dezerty, jogurty, eidamskou cihlu
- b) smetany, mléčné dezerty, jogurty, čerstvé mléko
- c) smetany, mléčné dezerty, jogurty, parmazán

A ☐

B ☐

C ☐

Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

9

JAKOU BARVU MÁ LOGO KUCHAREK?

- a) modrou
- b) červenou
- c) hnědou

A ☐

B ☐

C ☐

Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

8

KOLIKÁTÉ VÝROČÍ LETOS OSLAVILA SPOLEČNOST MP KRÁŠNO, a. s.?

- a) 10 let
- b) 20 let
- c) 25 let

A ☐

B ☐

C ☐

Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

7

KOLIK RECEPTŮ JE V SOUČASNOSTI NA STRÁNKÁCH WWW.COOPCLUB.CZ?

- a) méně než 1000
- b) méně než 1100
- c) více než 1100

A ☐

B ☐

C ☐

Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ČERTÍ BRKO

POHÁDKA PRO CELOU RODINU

Pohádka pro celou rodinu Čertí brko vstupuje do kin 29. listopadu. V hlavních rolích se představí Judit Bárdos a Jan Cina, do čertovské role se po více než třiceti letech od vzniku legendárního filmu S čerty nejsou žerty vrací Ondřej Vetchý, aby ztvárnil Lucifera.

O ČEM TO BUDE

Příběh nás zavede do městečka Pytlov na úpatí kopce Pervidle. Místní, kteří tu žijí běžným životem řemesníků nebo sedláků možná ani netuší, že všechny jejich přestupky a nepravosti jsou pečlivě monitorovány místní pekelnou pobočkou. Hříchy zapisuje spravedlivě a neomylně kouzelné čertí brko. Jednoho dne však přestane fungovat.

Lucifer se rozhodne doručení nového čertího brka na pobočku Pervidle pověřit trochu zmatečného čerta Bonifáce. Je to ten nejlepší úkol, aby se mladý čert otrkal ve světě. Bonifác se vydává do Pytlova a hned jeho první zkušeností je, že mu zdejší šejdíř kouzelné brko ukradne. Tím se spustí řetěz událostí, díky nimž Pytlov ovládnou místní vychytalci, lenoši a podvodníci, jimž se nakonec podaří uvěznit i samotného vládce pekel. Je na Bonifácovi, aby v sobě našel ty nejlepší vlastnosti a osvo-bodil Pytlov, Lucifera i získal srdce krásné Markétky.

KDO JE KDO V POHÁDCE ČERTÍ BRKO

V roli Bonifáce uvidíme Jana Cinu – herce, zpěváka a mimo jiné vítěze soutěže Tvoje tvář má známý hlas. „Bonifác je nucen vydat se do světa a naráží tu jako mladý čert na jinakost lidí, s níž si neví rady. A v důsledku toho vzniká spousta událostí, které ale nakonec skončí pohádkovým

způsobem,” přibližuje Jan Cina svou roli.

Markétku hraje Judit Bárdos, „Kdybych to měla říct jednou větou, tak bych to řekla, jak to režisér Marek Najbrt podal mně: ‚Hele, Judit, je to totálně sympatická holka.‘ Takže tak se ji snažím hrát, abych byla totálně sympatická... vlastně takové jednoduché děvče, které hledá lásku a nechce být samo,” představuje svoji postavu herečka.

„V téhle pohádce se říká, že kdyby peklo neexistovalo a my jsme nejímali hříšníky, tak svět, jak ho známe, přestane existovat,” říká představitel Lucifera Ondřej Vetchý a dodává: „Je to taková analogie, že když se přestaneme držet toho, co opodstatňuje naši existenci na světě, tak jsme tu zbyteční a přestaneme existovat.”

V dalších úlohách se objeví např. Marián Gejšberg jako

Markétčin otec, místní občany s přiléhavými jmény Klouzek, Křiváček a Tlachal hrají Jan Budař, Tomáš Jeřábek a Jiří Maryško.



„Já jsem Alois Klouzek, krejčí, který si poměrně dlouhou dobu vydělával slušně, má i určitou schopnost vyrobit hezké šaty, ale zároveň tu činnost už dlouho nevykonává, protože trochu zlenivěl a trochu si myslí, že si nezaslouží být chudý. Takže se rozhodl hledat poklad a zasvětil tomu zbytek života. Protože věří, že tam někde pod těmi kopci poklady jsou a je jenom otázkou času, píše a trpělivosti, než ho najde,“ představuje svého hrdinu Jan Budař.

„Tak moje postava se jmenuje Křiváček, je to rychtář ... Křestní jméno jsme mu jakoby neurčili, my to tam nepoužíváme. Je to rychtář města Pytlova a je to taková klasická zkorumpovaná, bezskrupulózní postava,“ říká Tomáš Jeřábek.

„Ztvárňuji postavu Ludvíka Tlachala, teda Ludka, Luděk je to? Jsem bubeník a časem takový mluvčí pana Klouzka a pana Křiváčka a pan Křiváček je můj přímý nadřízený – a jedinej vlastně... A protože blbě mluvím, tak aspoň bubnuju, a co je potřeba, tak vybubnuju... někdo to vyzvoní, ale já proto, že jsem bubeník, tak vybubnovávám,“ směje se Jiří Maryško.

Obyvateli Pytlova se stanou rovněž
Marek Daniel
a Jana Plodková

či Michal Dalecký, v pekle budou naopak úřadovat Václav Kopta nebo Jakub Žáček.

CO PŘEJETE POHÁDCE ČERTÍ BRKO?

MAREK NAJBRT: „Téhle pohádce a nám přejí, aby se lidem líbila, protože u pohádky o nic jiného nejde, než aby lidi bavila a chtěli se na ni dívat.“

JAN CINA: „Přejí téhle pohádce, aby byla spravedlivě oceněna na mis-kách vah, aby byla naše, aby člověk měl pocit, že je to ta jeho pohádka, s kterou se ztotožňuje a baví ho a zajímá ho a bojí se u ní a směje se u ní ... To by bylo dobré, kdyby to byla taková ta naše pohádka. Aby se zkrátka stala naší i vaší oblíbenou pohádkou.“

JUDIT BÁRDOS: „Já téhle pohádce přejí, aby ji měli rádi ti, co se na ni podívají, stejně tak jako já, když jsem poprvé četla scénář. Je tam hodně humoru, což já mám ráda, hodně akcí, je to dobrodružné a je tam i ponaučení, což je taky dost důležité pro děti i pro dospělé, a je tam vlastně velká čistá láska a mezi-čertovské vztahy, to je velmi zajímavé... Takže já přejí, aby toto všechno tam diváci uviděli, a pokud ne všechno, tak alespoň aby si z toho každý divák odnesl něco dobrého pro sebe.“

ONDŘEJ VETCHÝ: „Moc bych přál téhle pohádce, aby se zařadila mezi ty, na kterých jsme vyrostli a které jsme milovali a neseme si je v sobě po celý život.“

JAN BUDAŘ: „Já této pohádce přejí, aby se stala opravdu takovou tou pohádkou, která bude milovaná po léta, po léta, po léta, prostě furt. Něco jako Popelka nebo S čerty nejsou žerty... Tak aby se tato pohádka jí stala.“

JIŘÍ MARYŠKO: „Tak já přejí téhle pohádce, aby si lidi uvědomili, že s čerty jsou žerty.“



REŽISÉR MAREK NAJBRT ODPOVÍDÁ



Po veleúspěšných filmech Mistři či Protektor jste se rozhodl pro pohádku. Co vás přimělo zabrousit do pohádkových vod?

Scénář napsali moji kamarádi a stáli spolupracovníci Robert Geisler a Tomáš Hodan. Přečetl jsem si první verzi a hned mi bylo jasné, že by mě bavilo tenhle příběh natočit. Kromě toho mám dva malé syny a Čertí brko jsem dělal i pro ně.

Česká filmová pohádka je pojem a takové „rodinné stříbro“. Myslel jste při práci často na to, že vaši pohádku budou diváci poměřovat s kultovními příběhy Vorlíčkovými, Troškovými, Bočanovými?

Myslel jsem spíš na to, že česká pohádka má svá pravidla a že je rozumné je respektovat. Je to tradiční a národně specifický žánr, a to jsme se snažili mít na paměti.

Obsazení Ondřeje Vetchého do role Lucifera byl záměr od začátku? Nebojíte se konfrontace s legendární pohádkou S čerty nejsou žerty?

Při vzniku scénáře jsme na obsazení ještě nemysleli. Volba Ondřeje vyplynula z toho, že je to výborný a oblíbený herec. Lidí, kteří už někdy hráli čerta, je u nás vzhledem

k počtu filmových a televizních pohádek celá řada, takže to nebyl z naší strany nějaký promyšlený záměr. Ale fakt, že se z mladého čerta Vraníka stal otcovský Lucifer, považujeme za zajímavou a zábavnou souvislost.

Devizou českých pohádek je vtip. Budou se diváci v kině dobře bavit a vesele smát?

Ano, snažili jsme se, aby to byla legrace. A soudě podle zkušebních projekcí se nám to snad i podařilo.

A bavili jste se stejně dobře i vy při natáčení?

Natáčení je v první řadě náročná práce, ale i na zábavu v některých momentech došlo. Když režírujete herce s rohy na hlavách, je ta situace komická ze samé své podstaty.

Kdybyste měl čtenáře do kina na pohádku nalákat. Co byste o ní řekl, jak byste ji představil? Čím je výjimečná?

Myslím, že je to výrazná pohádka s dotaženou výtvarnou podobou a zábavným a chytrým dějem, která se od běžné pohádkové produkce v dobrém slova smyslu odlišuje. Navzdory tomu, že jsme ctili žánrová pravidla, je v Čertím brku dost originálních inovací. Například peklo nemáme jen jedno, ale rovnou několik.

Jak moc se liší natáčení pohádky od práce na filmech typu Protektor?

V pohádce vytváříte originální, fantaskní svět. Herci nemůžou hrát civilně, musíte zvolit určitou míru stylizace a komiky, která nemá s realitou mnoho společného. A to mě bavilo.

Snažil jste se na natáčení hledět tak trochu dětskýma očima? Děti mají přece jen jiné vnímání světa a je to vidět i u filmů – smějí se na jiných místech než dospělí.

Rozhodně musíte myslet na děti i jejich rodiče. Nikdo by se v kině neměl nudit, a proto jsme se snažili nabídnout oběma skupinám dostatek zábavných situací, gagů a narážek.

Díváte se rád na pohádky? Jaká je vaše nejoblíbenější?

Jako dítě jsem pohádky miloval, ale teď už mě baví spíš sledovat své vlastní děti, jak se na ně dívají. Vzhledem k tomu, že jsem se narodil v roce 1969, mě zasáhla hlavně produkce 50., 60. a 70. let. Mám rád filmy, jako je například Šíleně smutná princezna s originální výtvarnou stylizací a výbornými písničkami. I v naší pohádce máme tři písničky. A podle mě jsou to hity.

Hlavním partnerem filmu je řetězec COOP. Co vy a nakupování? Chodil jste někdy do „jednoty“ nebo do „konzumu“?

Ano, „jednotu“ mám v živé paměti, ten název mi připomíná dětství. Myslím, že jsem za svůj život strávil hodně času v obchodech nejrůznějších typů. Někdy nakupuji rád, někdy je to spíš povinnost. Ale takhle to má asi každý.

Máte raději nakupování v malých obchůdkách, či ve velkých hyper- a megamarketech?

Mám radši malé obchody, ale ty bohužel mizí. Je to paradox; doba přeje spíš hypermarketům, i když většina lidí by si přála mít v ulici svého hokynáře...



VŠECHNO JE JEDNOU POPRVÉ

COOP se poprvé rozhodl sponzorovat konkrétní filmový projekt. Co jej k tomu vedlo? Zeptali jsme se na to Lukáše Němčíka, vedoucího marketingu Skupiny COOP.

Je to poprvé, kdy se COOP stal hlavním partnerem nějakého filmu. Co vás k tomuto rozhodnutí vedlo?

Již v minulosti jsme byli dlouhé roky sponzorem tradičních pohádek v TV v období Vánoc. Nyní jsme se rozhodli podpořit konkrétní pohádku, neboť se nám líbil její námět i herecké obsazení. Pohádka navazuje na velmi populární a dobře zpracované pohádky jako S čerty nejsou žerty a další. COOP je tradiční značka působící na našem území již 171 let. Chceme proto podporovat takové aktivity, které vyjadřují i naše hodnoty typu regionalita, kvalita, tradice.

Proč zrovna pohádka Čertí brko? Čím vás zaujala, že jste se ji rozhodli finančně podpořit?

Pohádka je svým zpracováním netradiční a věříme, že bude na delší dobu opět pohádkou, na kterou se lidé budou těšit a opakovaně k ní během svátků usadat.

Budou moci zákazníci COOPu ve svých prodejnách získat nějaké předměty s motivy pohádky?

Na vybraných prodejnách budou k dispozici dárkové předměty, knížky, kalendáře, hry a řada dalších věcí. Očekáváme velkou sledovanost pohádky a chtěli jsme našim zákazníkům nabídnout i zboží s tématem filmu.



INZERCE



Z nákupu produktů značek Ariel, Jar, Lenor, Ambi Pur, Gillette, Pampers, Always, Naturella, Discreet, Tampax, H&S, Pantene, Old Spice a Oral-B

věnujeme 1 % Českému červenému kříži na pomoc dětem, které to potřebují.

V prodejnách COOP můžete akci podpořit až do konce listopadu 2018.

**NOVINKA
BIG SHOCK!
330 ml**

**SHOCK
YOURSELF**

VYHRAJ 5x

10

**HRAJETE O 5x KOMBINACE KARTON
ORIGINAL A GOLD 330 ml**

PROPEŠKO **POCHOUTKY
PRO VAŠE PEJSKY** **11**

**HRAJTE O 100 POCHOUTEK
PROPEŠKO DENTIES**

**HRAJETE O 100 POCHOUTEK
PROPEŠKO DENTIES**

12

MIESZKO **CHERRISSIMO
EXCLUSIVE**

**HRAJETE O 10 BONBONIÉR
CHERRISSIMO EXCLUSIVE**

13

Bohemia

NOVINKA

**BRAMBOROVÉ,
LEHKÉ, PEČENÉ**

**HRAJETE O 10 KARTONŮ
BOHEMIA Z PECE MOŘSKÁ SŮL**

NOVINKA

POEX

14

**HRAJETE O
5 MLSNÝCH KRABIC**

Vitana **NOVÝ
ZAVÍRACÍ
SÁČEK**

**PAPRIKA
SLADKÁ**

**UCHOVÁ
CHUŤ
A AROMA**

15

www.vitana.cz

**Hrajte o 100 dárkových
sad kořenek Vitana**

16

MIESZKO **CHERRISSIMO
EXCLUSIVE**

**HRAJETE O 10 BONBONIÉR
CHERRISSIMO EXCLUSIVE**

VitalBite
Pro psy gurmány

82 % masa
a masových derivátů v kouscích

www.vitalbite.cz

**HRAJTE O 100
KAPSIČEK VITALBITE** **17**

**HRAJETE O 100
KAPSIČEK VITALBITE**

18

bobík
... mňam mňam Bobík

**HRAJETE O 20 BALÍČKŮ
S VÝROBKY A DÁRKY OD BOBÍKA**

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

12

KOLIK VRSTEV MÁ BONBONIÉRA CHERRISSIMO EXCLUSIVE?

- a) 2
b) 3
c) 1



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice

PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábreží 4,
301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

11

VÍTE, KDE V ČESKÉ REPUBLICE SE VYRÁBÍ ZNAČKA PROPEŠKO?

- a) Praha, Brno
b) Brniště, Veselí nad Lužnicí
c) Plzeň, Liberec



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice

PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábreží 4,
301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

10

VE KTERÝCH PŘÍCHUTÍCH SE VYRÁBÍ NOVINKA BIG SHOCK! 330 ml?

- a) Cherry, Exotic
b) Watermelon, Blueberry
c) Original, Gold



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice

PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábreží 4,
301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

15

JAK SE JMENUJE OBLÍBENÉ VÁNOČNÍ KOŘENÍ, KTERÉ MÁ TVAR HVĚZDY?

- a) anýz
b) badyán
c) hřebíček



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice

PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábreží 4,
301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

14

CO JE TO DRAŽOVÁNÍ?

- a) míchání ořechů
b) loupání ořechů a brusinek
c) obalování suroviny do čokolády



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice

PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábreží 4,
301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

13

KOLIK PŘÍCHUTÍ NOVINKY BOHEMIA Z PECE JE MOMENTÁLNĚ V NABÍDCE?

- a) 1
b) 2
c) 3



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice

PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábreží 4,
301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

18

KOLIK ZHLÉDNUTÍ MÁ KLIP MŇAM MŇAM BOBÍK NA YOUTUBE KANÁLU BOBÍKŮV SVĚT?

- a) 20 milionů
b) 35 milionů
c) více než 49 milionů



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice

PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábreží 4,
301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

17

KOLIK PROCENT MASA A VÝROBKŮ ŽIVOČIŠNÉHO PŮVODU OBSAHUJÍ KAPSIČKY PRO PSY VITALBITE?

- a) 74 %
b) 90 %
c) 82 %



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice

PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábreží 4,
301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

16

JAKÁ ČOKOLÁDA JE V BONBONIÉRE CHERRISSIMO EXCLUSIVE?

- a) hořká
b) bílá
c) mléčná



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice

PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábreží 4,
301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

SLADKÉ POKUŠENÍ

POEX



19

HRAJETE O
5 MLSNÝCH KRABIC



vychutnej si
ve dvou

1,25 l



20

HRAJETE O 100 BALÍČKŮ
COCA-COLA A COCA-COLA ZERO 1,25 l
+ 2 SKLENIČKY COCA-COLA

DAN MORAVSKÝ

ZPÍVÁJÍCÍ HASIČ

2. ORIGINALNÍ
HASIČSKÉ
AUTORSKÉ CD

hasičská
rodina



21

www.danmoravsky.cz

HRAJETE O 200 HASIČSKÝCH CD
DANA MORAVSKÉHO

Cheetos KRUPKY POŘÁDNÁ PORCE
ZÁBAVY



22

HRAJETE O 5 BATOHŮ PEPSI

23

Avokádo

Újimatečná síla bylinek
a koření bez přidaného glutamátu!



HRAJETE O 25 BOXŮ KOŘENÍ
A SADY MLÝNKŮ AVOKÁDO

24

SNACKSY

POEX



HRAJETE O
5 MLSNÝCH KRABIC

25

RODINNÁ POHÁDKA

Čertí brko

v kinech od 29. 11. 2018

HRAJETE O 10 SAD ČERTÍ BRKO:
KALENDÁŘ + HRA ČLOVĚČE, NEZLOB SE

26



HRAJETE O 3 KUCHAŘKY PRVNÍ REPUBLIKY
Z NAKLADATELSTVÍ SMART PRESS

27

RODINNÁ POHÁDKA

Čertí brko

Výstava kostýmů Čertí brko
v Muzeu Karla Zemana
24. 11. 2018 – 6. 1. 2019

Muzeum Karla Zemana

HRAJETE O 10x RODINNÉ VSTUPNÉ
DO MUZEA KARLA ZEMANA

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

21

JAKÉ JE TÍŠNOVÉ ČÍSLO VOLÁNÍ NA HASIČE?

- a) 150
- b) 155
- c) 158



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

20

KDY SE NA ÚZEMÍ ČESKOSLOVENSKA POPRVÉ OBJEVILA COCA-COLA?

- a) v období sametové revoluce v roce 1989
- b) na konci 2. světové války spolu s vojáky americké armády
- c) v r. 1948 v roli oficiálního nápoje Sokolského sletu



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

19

Z JAKÉ ROSTLINY JE ZÍSKÁVÁNA ČOKOLÁDA?

- a) kakaovník
- b) čokoládovník
- c) kakaový čokoládovník



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

24

KTERÁ Z ADRES JE SÍDLEM SPOLEČNOSTI POEX?

- a) POEX Velké Meziříčí, a. s., Františkov 261/14, 594 01
- b) POEX Velké Meziříčí, a. s., Třebíčská 384, 594 01
- c) POEX, a. s. Staré Město – Dexi, Velehradská 2174, 686 03



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

23

CO TO JSOU CORNICHONS?

- a) odrůda jablek
- b) odrůda malých okurek
- c) odrůda hrušek



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

22

JAK SE JMENUJE MASKOT CHEETOS?

- a) Hugo
- b) Chester
- c) Ferdinand



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

27

KDO JE REŽISÉREM FILMU ČERTÍ BRKO?

- a) Karel Zeman
- b) Marek Najbrt
- c) Ondřej Vetchý



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

26

KTERÉMU KOŘENÍ SE DŘÍVE ŘÍKALO VŠEHOCHUŤ?

- a) pepř
- b) nové koření
- c) kmín



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

25

KDO HRAJE LUCIFERA V POHÁDCE ČERTÍ BRKO?

- a) Jiří Bartoška
- b) Ondřej Vetchý
- c) Miroslav Donutil



Jméno a příjmení:

Plná adresa:

ulice
PSČ

obec/město

kontaktní telefon

Vyplněný kupon pošlete do 11. 11. 2018 na adresu: Delex, Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň. Obálku označte heslem „COOP 25 let“.
Kupony naleznete také na stránkách www.coopclub.cz

RECEPTY

našich zákazníků

Další recepty naleznete
na www.krasno.cz



PITTA CHLÉB PLNĚNÝ ŠUNKOU



BRAMBORÁK SE ŠKVARKY A SLANINOU KRÁSNO



CIZRNA NA PAPRICE SE ŠUNKOVOU KLOBÁSOU



DOMÁCÍ ROHLÍKY S JÁTROVOU CIHLOU KRÁSNO



RECEPTY

našich zákazníků

Další recepty naleznete
na www.krasno.cz



BRAMBORÁK SE ŠKVARKY A SLANINOU KRÁSNO

Suroviny pro 2 osoby:

8 brambor • 6 stroužků česneku • 100 g škvarků
100 g slaniny Krásno • 2 vejce • 130 g hladké mouky
čerstvá petrželka • sůl • pepř

Příprava:

Brambory nastrouhejte, osolte je a přidejte k nim slaninu nakrájenou na kostičky, prolisovaný česnek a škvarky. Směs dochutíte solí a pepřem a přidejte petrželku. Poté do ní rozmíchejte vejce a zahustíte ji moukou. Na pánvi tvořte placičky a smažte je z obou stran do zlatova.



PITTA CHLÉB PLNĚNÝ ŠUNKOU

Suroviny pro 2 osoby:

• 1 pitta chléb • 100 g Gracie šunky nejvyšší jakosti
• ¼ salátové okurky • hrst polníčku • 1 větší rajče
• 50 g sýru feta

na dip: • 100 g řeckého jogurtu • hrst pažitky • lžička koření
tzatziki • sůl podle chuti

Příprava:

Nejprve promíchejte všechny přísady na dip. Šunku nakrájejte na tenké proužky, sýr na kostičky a vmíchejte do dipu. Chléb rozkrojte na polovinu a kapsu naplňte zeleninou a jogurtovou zálivkou se šunkou a sýrem.



✓ bez přidaného
glutamanu

✓ vysoký obsah
bílkovin

OBSAH MASA
94%



DOMÁCÍ ROHLÍKY S JÁTROVOU CIHLOU KRÁSNO

Suroviny pro 2 osoby:

• 350 g hladké mouky • 250 ml mléka + trocha na
potření • 25 g rozpuštěného másla • 25 g čerstvého droždí
• 1 zarovnaná lžička cukru • 1 lžička soli
• Játrová cihla Krásno

Příprava:

Připravte si kvásek: Odeberte 100 ml mléka a zahřejte ho tak, aby bylo vlažné. Přisypte lžičku cukru a rozdrobte do mléka droždí. Nechte kvásek asi 15 minut v teple, aby vzešel. Mouku promíchejte se solí, přilijte kvásek, rozpuštěné máslo a ze směsi vypracujte hladké nelepivé těsto. Těsto rychle rozdělte na dva bochánky a ty vyválejte na kulaté placky o tloušťce asi 3 až 5 mm. Vložte plech pečicím papírem. Placky rozdělte na čtyři výseče a srolujte od širokých konců směrem k cípu. Cíp by měl na plechu směřovat dolů. Troubu rozehřejte na 180 °C. Rohlíky nechte ležet na plechu asi 15 minut, poté je potřete mlékem a pečte 20 minut, dokud nezezlátnou.

TIP

Domácí rohlíky podávejte
s játrovou cihlou Krásno.



CIZRNA NA PAPRICE SE ŠUNKOVOU KLOBÁSOU

Suroviny pro 2 osoby:

• 200 g cizrny v sušeném stavu • 1 lžička sušené
majoránky • 1 lžíce olivového oleje • 2 větší cibule
nakrájené najemno • 1 lžíce sladké papriky • sůl
• 1 pórek • 1 kelímek smetany • šťáva z citronu
k dochucení • Šunková klobása Krásno

Příprava:

Cizrnu propláchněte a přes noc namočte. Namáčecí vodu před vařením slijte a cizrnu zalijte zhruba litrem čisté vody. Přidejte majoránku a dejte vařit do tlakového hrnce. Po uvedení do varu vařte zhruba 35–40 minut, uvařenou cizrnu sceďte. Asi půl litru vývaru si nechte stranou na omáčku. Ve větším kastrolu rozehejte olej a orestujte na něm cibuli, sladkou papriku a lžičku soli. Přilijte vývar s polovinou uvažené cizrny a tyčovým mixérem rozmixujte. Kaši propasírujte přes síto, vraťte ji do hrnce, přidejte k ní zbývající nerozmixovanou cizrnu, nakrájený pórek a společně krátce povařte. Směs zalijte smetanou, dochutíte ji solí a citronovou šťávou a krátce prohřejte. Cizrnu na paprice podávejte se šunkovou klobásou Krásno.



PILSNER URQUELL Z ROZŠÍŘENÉ VARNY CHUTNÁ JAKO PŘED 176 LETY

První várka Pilsner Urquell z rozšířené varny plzeňského pivovaru už se vydala za svými konzumenty. Horké letní měsíce pomohly tomu, že si nové pivo rychle získalo celou řadu příznivců.



V pondělí 23. července, tj. po pěti týdnech od slavnostního zahájení provozu, jeho kvalitu zkontroloval starší obchodní sládek Plzeňského Prazdroje Václav Berka. Pět týdnů je totiž přesně doba, kterou pivovar na výrobu legendárního ležáku potřebuje.

„Legendární ležák vyrábíme podle stejné receptury jako v době jeho vzniku. Kvalita a charakter nového varného zařízení, jakož i odladění v testech nám zaručily, že chuť zůstane zachována

i po rozšíření varny. Což právě dnešní kontrola potvrdila, pivo tak může k zákazníkům,“ řekl Václav Berka. Jeho slova záhy potvrdili i četní příznivci zlatavého moku.

Prvním byl vítěz soutěže Pilsner Urquell Master Bartender 2017 Miroslav Štych, který načepoval první půllitry piva z nové várky v restauraci Lékárna na plzeňském náměstí Republiky, kam sudy dovezla formanka s koňmi.

„Kdo jiný než nejlepší výčepní loňského roku by měl toto pivo načepovat poprvé,“ komentuje Václav Berka. Pak už nic nebránilo rychlému rozšíření ležáku mezi zákazníky, například i ty v prodejnách COOP.

Plzeňský Prazdroj investoval do rozšíření kapacity z důvodu stále stoupající poptávky po Pilsner Urquell. Nyní je schopen produkovat asi

o třetinu více než dříve, zhruba 3,5 milionu hektolitrů ročně. Z celkových 280 milionů korun nákladů připadla většina právě na rozšíření varny, a sice o novou vystírací kád', dva měděné rmutovací kotle, scezovací kád' a mladinovou pánev. Menší část připadla na pořízení deseti nových cylindrokónických tanků, v nichž pivo kvasí a zraje.

A protože chutná opravdu skvěle, na pultech prodejen si nikdy dlouho nepoleží a rychle se stěhuje k nadšeným konzumentům.



PANÍ MÓDA

VLÁDNE SVĚTU V NEJRŮZNĚJŠÍCH PODOBÁCH

Významnou součástí naší historie je i způsob, jak se u nás lidé v určité době oblékali. Zastavme se u dvou mezníků našich dějin – roku 1918, kdy se na mapě světa objevilo Československo, a roku 1993, kdy z mapy zmizelo a narodila se Česká republika.

Kdo by nás mohl do světa módy zavést lépe než Vladka Dobiášová, již se historické oblečení stalo vášní i povoláním – ostatně možná ji i vy znáte z řady akcí COOPu.

ROK 1918 A LÉTA NÁSLEDUJÍCÍ

Skončila válka, která všechny trápi-la a všestranně omezovala. Proje-vilo se to nějak na módě v právě zrozeném Československu? Kam se obracely zraky módních návrhářů?

Je logické, že každá válka po-znamená lidstvo ve všech oblastech, vyhladoví je i v oblasti odívání a tex-tilií. Paní a dívky sice měly zpočátku hlavně existenční starosti, ale velmi rychle se objevily ty ryze ženské, jako je být krásná a líbit se. A začalo se přeshívat a kombinovat.

Po roce 1918 se rychle změní-lo postavení ženy ve společnosti i díky podpoře tzv. Washingtonské deklarace ze strany naší nové vlády Deklarace určovala, že ženy jsou po-staveny politicky, sociálně i kulturně

na roveň mužů. Ženy musely po-máhat ve všech oborech, ve kterých působili dříve jenom muži. Začaly pracovat v politice, učit ve školách, dokonce jim bylo v r. 1919 přiznáno i volební právo. A dosavadní módní ikona Vídeň? Ta skončila s pádem rakousko-uherského mocnářství. In-spirací se pro oděvnictví stala Paříž.

Jak lze charakterizovat dámskou siluetu té doby?

S rychlými změnami ve společ-nosti se oděv musel stát pohodlněj-ším, praktičtějším. Mizely ony známé dlouhé černé sukně, obří klobouky s ozdobami. Sukně se rychle zkra-covaly, ženy měly možnost sledovat módu prostřednictvím ženských časopisů s tzv. módními hlídkami.

Typické pro módu dvacátých let byly nízko položené pasy, dlouhé šály, korále a především typický klo-bouk ve tvaru zvonku. Ten se dobře nasadil na krátce ostříhané vlasy, tzv. bubikopf. Radikální změny se dočkalo i líčení, které bylo velice provokativní: rty nalíčené do kulaté rudé skvrny, vytrhané, tužkou obtažené obočí a černě orámované oči s barevnými očními stíny. Až třicátá léta vrátila pas na původní místo a líčení se stalo jemnějším.

Jaký vliv na módu měly vyhlášené salony? Které dámy je mohly vyu-žívat?

Myslím, že většina z nás má zafixované názvy dvou prvorepub-



likových salonů, Podolská a Rosenbaum. Jejich výjimečná činnost ovšem nevznikla náraz. Základem byla módní tvorba 19. století, která se utvářela na velice dobré úrovni. Zasloužila se o to řada krejčích, kteří skvěle uměli své řemeslo.

Vliv módních salonů byl obrovský, vždyť se v něm oblékaly dámy z tzv. vyšších kruhů, známé osobnosti a především herečky a operní primadony. Např. klientelu salonu Podolská tvořily herečky Růžena Nasková, Olga Scheinpflugová, Adina Mandlová, Růžena Šlemrová, Nataša Gollová, operní pěvkyně Jarmila Novotná, závodnice Eliška Junková a další dámy z vyšší společnosti, dokonce i manželka prezidenta Hana Benešová. Ty všechny dělaly modelům náležitou reklamu. Majitelka salonu si dokonale uměla zajistit propagaci, např. pro Adinu Mandlovou bylo ušito oblečení do filmu Katakomby a ta se tam prezentovala s krabicí na šaty s reklamou salonu.

Pořádaly se už v té době módní přehlídky?

Malé přehlídky, kde se představovaly modely, se konaly v salonech a dámy měly okamžitou možnost koupě šatů. Velké přehlídky v Lucerně pořádala paní Podolská, inspirací jí byly přehlídky především v Paříži. Zde se nesmělo fotografovat, a tak s sebou majitelky salonů vozily zručné kreslíře, kteří jim modely nakreslili. Takovým příkladem byla u paní Podolské Heda Vlková, která měla později svůj vlastní salon.

Vysoká kvalita krejčovské práce, luxusní látky, znalost nejnovějších pařížských módních trendů a jejich

přizpůsobení naší klientele, podnikavost, obchodní duch a síla osobnosti majitelky způsobily, že se právě salon Podolská stal nejoblíbenějším a nejznámějším módním závodem naší meziválečné společnosti.

Na dobových módních přehlídkách, které pořádáte, je patrné,

jakou elegancí se první republika vyznačovala, jakou roli hrály doplňky, bižuterie, klobouky...

To máte pravdu, elegance první republiky je stále skloňována ve všech pádech, ale zapomíná se i na velkou skupinu lidí, kteří si mohli nechat o eleganci a luxusu jenom zdát.

Na svých dobových přehlídkách dbám na to, aby všechno oblečení

bylo koncipováno tak, jak to bylo v příslušném časovém období. A je jedno, zda jsou to třicátá, nebo devadesátá léta. Mám výhodu, že všechny mé věci jsou původní originály, ve kterých si jejich bývalí majitelé prožili nějakou část svého života. Ať už jsou to večerní šaty, nebo prádlo.

Jaké dámské prádlo se v té době nosilo?

I u něj nastala radikální změna pojetí, před válkou se nosilo plátěné bílé, více či méně vyšívané. V poválečném období se začaly materiály už měnit na hedvábí a trikotýn. Nejen materiály, ale i barvy, bílou nahradily různé pastelové, a dokonce i vzory. Přidala se strojová krajka a z prádla se v třicátých letech stává téměř sen.

Lišila se hodně jak dámská, tak pánská móda pro horní vrstvy, střední vrstvy a proletariát?

Možnosti jednotlivých vrstev se samozřejmě diametrálně lišily. Nejen finančně, ale také zdrojově a účelově. Látky byly drahé a pro chudší vrstvu mnohdy nedostupné. Však také čím chudší nositel, tím menší množství oblečení. Přesto i lidé z tzv. chudších vrstev měli velkou snahu oblékat se tak, jak to viděli ve filmech či na fotografiích významných osobností, což se jim i dařilo.

Ale jen díky tomu, že naše prababičky a babičky měly moc šikovné ruce, vládly skvěle jehlou, šicím strojem, pletacími dráty, prostě veškerými potřebnými nástroji, a dokázaly vykouzlit stejně krásný kostým jako ten, ve kterém se objevila ve filmovém týdeníku třeba herečka Nataša Gollová.



NÁVRHY HEDY VLKOVÉ



Ti nejchudší řešili rozmanitost oblečení různými detaily či doplňky tak, aby se lišilo to na doma, do společnosti i do práce. Například páno-
vé měli jednu košili a měnili si k ní odepínací límečky, které se mohly snadno přepřát, dámy si na šaty také připnuly límeček a manžetky, fiží či naaranžovaly šátek. A hned byla velká změna. Zejména muži se doma nepřevlékali, pouze ti bohatší měli v oblíbené domácí kabátky a trepky. Oblečení si všichni velmi považovali, bylo také častým a žádaným vánoč-
ním dárkem.

Právě móda první republiky se stala vašim koníčkem, co vás na ní nejvíce upoutalo?

Trochu si to dovolím upřesnit, koníčkem je pro mě dobová móda jako celek. Vlastním oblečení s doplňky z celého minulého století, ale 20. až 40. léta mám asi nejraději pro jejich eleganci, kvalitu látek a především zpracování.

ROK 1989 A LÉTA NÁSLEDUJÍCÍ

To také byla přelomová doba. Až do roku 1989 jsme v obchodech příliš módní inspirace nenašli, šlo se často doma, kdo měl štěstí, vlastnil Burdu, střihy se předávaly jako vzácné relikvie. A najednou se nám otevřely dveře do světa. Přivázeli jsme si z obchodů u našich sousedů náruče oblečení. Pak se začalo objevovat i u nás.

Viděla bych to trochu jinak. Stačí si vzpomenout na americké seriály, např. Dallas s rodinou Ewingů a Dynastii s potvorou Alexis, to byly nejlepší studijní objekty módy. Pro miliony žen na celém světě byly módními ikonami. Také těch našich, i když se značným zpožděním, právě až po roce 1989. Zlato bylo nejen na špercích, zlatým lurexem se třpytily halenky i prádlo. Skutečnou živou ikonou přepychu, obalenou v kožešinách, klenotech a s módně natupírovanými zlatými vlasy, se stala Ivana Trumpová.

Dá se říct, že to byla léta tak trochu bláznivá a divoká módy?

Určitě. Spolu s diskotékami přišla vlna aerobiku a s ní i nezapomenutelné legíny. Tzv. elastáky povýšily a ženy je běžně nosily nejen na cvičení, ale i do práce. A nosí je zase.

Nosily se nejen legíny, ale také „mrkváče“ (kalhoty nabrané v pase a zužující se ke kotníkům), „plíšňáky“ (džíny, které vypadaly, jako by několik let ležely ve vlhkém sklepě), ramena mohutně vycpaná molitanem, kombinézy, výrazné pásky s velkými sponami, netopýří rukávy. V lásce tento typ oblečení nemám, ačkoli se k nám stále vytrvale vrací, vycpávkami počínaje a legínami konče.

A tzv. devadesátky?

Říká se, že to byla doba uklidnění po konci předchozího bláznivého desetiletí. Ale to jsme netušili, že nás v takové míře ovládne IT technika, zbouraná ideologická zeď mezi Východem a Západem a nová touha po věčném mládí. Když se to okořenilo globalizací, byl to všechno do-



hromady trochu šok i pro módu. Asi to byl vzdor, ale minimalizovalo se množství oblečení i barev. A to vše i na módních molech. Vládla černá a k ní se přidal tzv. ekostyl, což byly přírodní barvy i materiály.

VLAĐKA DOBIÁŠOVÁ

Po studiu na pražské pedagogické fakultě několik let učila výtvarnou výchovu. Její koníček – sběratelství dobové módy – přerostl v profesionální zájem. Zabývá se kompletací oblečení a módních doplňků z celého uplynulého století, které prezentuje na společenských akcích, výstavách a módních přehlídkách. Ve své unikátní, největší soukromé sbírce uchovává originální modely, doplňky i osobní předměty mnoha významných osobností (Božena Němcová, Adina Mandlová, Lída Baarová, Svatopluk Beneš a další).

Paní a dívky si oblíbily šortky a trička v domnění, že i v pozdějším věku vypadají mladistvě. A technika nás vtáhla do nabídek e-shopů a rychlé módy. I módní návrháři pracovali ve stylu minimalizace, asi s výjimkou Versaceho, který se svých zlatých výšivek nikdy nevzdal.

Jaký máte názor na second handy?

Ty přímo miluju! Stále v nich nacházím krásné kousky. Poslední můj úlovek byl kostým z padesátých let s cedulkou z americké 5. avenue, se sametovým límečkem, zcela nepoškozený, prostě nádhera! A určitě je mi milejší, když si někdo koupí moderní použité oblečení, které je za pár korun, než když nosí třicet let starou koženou bundu jen proto, že byla tehdy drahá.

Máme řadu úspěšných módních návrhářů. Proč podle vašeho názoru – pomineme-li VIP osobnosti – se jim i ti, kteří jsou dobře finančně zabezpečeni, spíše vyhýbají?

Asi to bude tím, že hodně lidí má rádo si věci vyzkoušet a nevěří v dobrý výsledek nevyzkoušeného. I když bych asi neměla, musím se přiznat, že ač mám mezi módními návrháři řadu přátel, stejně si raději koupím kvalitní konfekci. Je to pro mne sázka na jistotu.

-koř-

OCHUTNEJTE
NOVINKU



KOSTELECKÉ UZENINY

*Skvělé paštiky
od řezníků z Kostelce*

SE ZELENÝM PEPŘEM NEBO BRUSINKAMI



Vitana

NEZAPOMEŇTE
**SILNÉHO
POMOČNÍKA**



DOPŘEJTE SVÝM DĚTEM

POCTIVÝ TVAROH A SMETANU

- BEZ ĚČEK
- BEZ KONZERVANTŮ
- BEZ BARVIV
- BEZ UMĚLÝCH SLADIDEL



bobík

MŇAM MŇAM BOBÍK!



JAK JSME JEDLI V DOBÁCH MINULÝCH

Co nám zůstalo a co se v našem jídelníčku od roku 1993 změnilo? Občas není na škodu ohlédnout se o pár let zpět a zamyslet se nad dřívějším životním stylem. Jak jsme se stravovali před pětadvaceti a více lety? 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. 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, jehož název je odvozen z francouzského „chaud“, tedy teplý nebo horký. Sladký krém, kterým byly ony nazlátlé bocháňky polity, se nemálokdy 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 hnědé něčeho, co sice pozbylo estetického účinku, ale to nás nezajímalo. Anebo nudle s mákem. Po jídle nám malá černá zrníčka zůstala snad všude, těm šťastnějším jen v zubech. A taková písmenko-

vá polévka? Rodiče i učitelky šleli vzteky, když jsme místo jídla vyndá-

vali 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 plastikovém kalíšku, dnes jej známe spíš jako zmrzlinový dort ve vaničce.

Ať tak nebo tak, stále se prodává

a na své oblíbené nic neztratil. Ačkoli vám ho dnes nejspíš koupí

jen babička nebo tetička. Ještě větší popularitě se těší další zmrzlina – nanuk Miša, který se také začal vyrábět minimálně za krále Klacka!

Ovšem největším hitem 90. let byla Jesenka. 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 lepka-vý 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 po-

city. O lístcích na obědy na základce

vyprávíme mladším příbuz-

ným 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 u stolu s umělohmotnými ubrusy pod monstrózním fíkusem. Dojídat se muselo, a proto někteří mají odpor k některým jídlům dodnes. Nejvíce to odnesla mléková 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 Hubba Bubba. A plátkové 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.

Rok 1993 byl pro Čechy a Slováky významný z hlediska nejen politického. Tehdy se Československo rozdělilo na dva samostatné státy, a tak na halušky a bryndzu jsme už pak 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 má značný vliv reklama.

Významná éra ve stravování souvisí s pojmem hypermarkety. Jejich základním cílem bylo přiblížit co největší variabilitu potravin i běžným spotřebitelům. Během pár let došlo k razantnímu růstu poptávky 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 podnikate-

lům v potravinářství. Malé obchůdky s potravinami se rázem ocitly na vedlejší koleji a nedokázaly konkurovat velkým štikám v rybníce. Málokterý spotřebitel odolal lákavému sortimentu hypermarketů, kde se řada výrobků

prodávala za mnohem nižší cenu.

Nutnost vypořádat se s dravými zahraničními rivaly vedla mimo jiné i k tomu, že krátce po sobě vznikly v letech 1992 a 1993 nákupní centrály COOP

Morava a COOP Centrum

družstvo, které měly nadnárodním řetězcům konkurovat.

Na přelomu zmíněných let začaly řetězce nabízet i jiný sortiment než potraviny a Češi si zvykli trávit v obchodních centrech celé víkendy. S příchodem prodejců



NEJRADĚJI MÁME VEPŘOVÉ

Když se po roce devadesát otevřely hranice, lidi byli jako diví. S řízký v tašce se začalo cestovat do Bibione, do Jugoslávie se zavařeným gulášem, rajskou a svíčkovou omáčkou, zavařeným sádlem a štanglemi salámů. Jenže poté, co Češi začali poznávat svět, začali se i jinak stravovat. Místo k řezníkovi 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 jídelníčku. 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 vepřo, knedlo, zelo, po roce 1993 stoupla obliba rýže a těstovin. Lidé začali jíst zdravěji, začali se zajímat o to, co jedí. Už jim 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.“ -o/



rychlého občerstvení se změnil i náš jídelníček. Zatímco do roku 1990 jsme si vystačili s ne příliš bohatým sortimentem zboží a o přísunu specialit 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 Pepsi-Cola.

Další podrobnosti a recepty z doby nedávno minulé se dozvíte na

COOP CLUB.CZ

VŠECHNO NEJLEPŠÍ...

Každý z nás slaví narozeniny, zvláště kulaté či půlkulaté, jinak. Někdo si libuje v pompézních oslavách, další vyžaduje hory darů, někdo jiný podniká něco neobvyklého – skokem na laně počínaje a lezením na osmitisícovky konče. Někdo by zase naopak raději vůbec neslavil.

Ale asi se shodneme na tom, že většina z nás narozeniny využívá jako příležitost sejít se v nejširším rodinném kruhu. Potkat se s přáteli, se kterými jsme se třeba i několik let neviděli. Vytvořit si pohodu, odpoutat se od každodenních starostí.

Touto cestou se vydalo i COOP Centrum, když začátkem června slavilo 25. výročí své existence. Oslavy se konaly v golfovém resortu Darovanský dvůr. V uvolněné i lehce



sportovní atmosféře se zde sešli zástupci všech členských spotřebních družstev se zástupci předních a dlouholetých dodavatelů COOPu.

Představitelé COOP Centra chtěli tímto setkáním všem zúčastněným vyslovit své díky za mnohdy nelehkou práci. Šlo o vyjádření toho, jak si této práce váží a že si uvědomují, že bez nich by těžko mohli sfouknout 25 svíček na narozeninovém dortu.

COOP Centrum chce touto cestou poděkovat všem dodavatelům, kteří se stali partnery 25. výročí založení COOP Centra.

HLAVNÍ PARTNEŘI 25. VÝROČÍ ZALOŽENÍ COOP CENTRA



PARTNEŘI 25. VÝROČÍ ZALOŽENÍ COOP CENTRA

ACCUM Czech, a. s. | Al-Namura, spol. s r.o. | ALIMPEX FOOD a. s. | Bidfood Czech Republic s. r. o. | Budějovický Budvar, n. p. | Coca-Cola HBC Czech Republic, s. r. o. | FS Import-Export s. r. o. | Hamé s. r. o. | HTC servis, s. r. o. | Intersnack, a. s. | Kostecké uzeniny a. s. | Lactalis CZ, s. r. o. | Maso uzeniny Písek, a. s. | Mlékárna Hlinsko, a. s. | Mondelēz Czech Republic, s. r. o. | MP Krásno, a. s. | Ondrášovka, a. s. | Partner in Pet Food CZ s. r. o. | PepsiCo CZ s. r. o. | SAVENCIA Fromage & Dairy Czech Republic, a. s. | STOCK Plzeň – Božkov s. r. o. | Teekanne, s. r. o. | UNILEVER ČR, spol. s r.o. | Uzenářství a lahůdky Sláma s. r. o. | Vinařství Mutěnice, s. r. o. | Vítana a. s. | Zámecké vinařství Bzenec s. r. o.

FEJETON

JSME HRDÍ NA SVOU REPUBLIKU?

No jéje! Jakmile vyhrájeme mistrovství světa v hokeji, přivezeme zlaté medaile z olympiády, to můžeme pýchou puknout. „Vidíte, jsme takový malý národ, a co dokážeme!“ Hospody praskají ve švech, jak se tam jásá, a celé Staroměstské náměstí hopsá: „Kdo neskáče, není Čech!“ Tento pokřik prý zazněl poprvé v roce 1996 při oslavách zisku stříbrné medaile z fotbalového EURA. Dlužno přiznat, že pokřik, který na sportovních stadionech vyzývá k poskakování, ve svém důsledku klade nema-

lé nároky na kvalitní provedení tribun. V O₂ aréně v Praze si skákání fanoušků na mistrovských akcích v průběhu let vyžádalo náklady na rekonstrukci v řádu milionů korun. Co je to však proti tomu, že jsme světu zase jednou ukázali, jak jsme hrdí!

Mimo velké sportovní úspěchy už na svou republiku tolik hrdí nebýváme. Libujeme si ve stýskání, jak je to u nás špatné, ba čím dál horší, závidíme úspěšným a stále obdivujeme „Západ“. Dlužno přiznat, že negativní nálady nám přizívají shora. Přitom se nám daří jak nikdy předtím.

Bědujeme, že jsme malí, nikdo o nás neví... Tak dost! Jsme malí, ale dali jsme toho světu hodně a často jsme hráli významnou roli ve světové historii: Jan Amos Komenský je po zásluze nazýván učitelem národů. Jan Janský objevil, že existují čtyři základní krevní skupiny. Nesporné vojenské úspěchy Československých legií sehrály významnou roli při jednáních o vzniku samostatného Československa v roce 1918. Čech Otto Wichterle vynalezl první měkké kontaktní čočky. Český vědec Antonín Holý významně přispěl k léčbě AIDS. Česko je světovou špičkou ve výzkumu a výrobě nanovláken. Čeština dala světu slova robot, pistole, dolar, houfnice nebo chřipka. Do světové historie se určitě zapsalo, že jsme před čtvrtstole- tím Československo rozdělili na dvě republiky v klidu a míru.

A je toho mnohem, mnohem víc. Který národ se například může chlubit tím, že po přistání prvních amerických kosmonautů na Měsíci zněla symfonie jeho skladatele (Novosvětská Antonína Dvořáka) a nebo že v jeho zemi narozená a po celém světě oblíbená pohádková postavička Krtečka letěla do vesmíru?

-koř-

MÚÚÚ S COOP DRUŽSTVEM SPOLUPRACUJE JIŽ 25 LET

V roce 2018 slavíme významné státní výročí, 100 let od vzniku Československa. Pro nás v MÚÚÚ je potěšením se připojit i k oslavám 25 let COOP na českém trhu. Jsme spolu od samého začátku až doposud. Za tak dlouhé období se mnohé událo.

Řada výrobků – Písecká vysočina, Písecká šunka, Hoštické párky, Hoštická klobása nebo Třeboňská šunka

navodí atmosféru malebných jihočeských měst i krásu typické jihočeské krajiny.

Doufáme a věříme, že si pod těmito názvy ihned vybavíte tradičního výrobce, MASO UZENINY PÍSEK a naši značku MÚÚÚ. Spolupracujeme s místními

sedláky, a tak je zajištěna vysoká kvalita vstupní suroviny. U nás v MÚÚÚ MASO UZENINY PÍSEK máme vše pod kontrolou!

My v MÚÚÚ nabízíme jihočeskou kvalitu pro široké spektrum zákazníků. Mnohé naše výrobky jsou nositeli kvalitativních ocenění – Chutná hezky jihočesky, Klasa, České cechovní normy, nezapomínáme ani na celiaky.

Pro COOP vyrábíme privátní výrobky Poličan Dle Gusta, Vysočinu Dle Gusta, Gothajský salám Dle

Gusta a Sádlo Varoma – a věříme, že řada zákazníků se díky spokojenosti s kvalitou do obchodů opakovaně vrací.

Každý rok se podílíme prakticky na všech soutěžích a akcích, které COOP pořádá.

Ve vybraných prodejnách

COOP najdete úseky masa MÚÚÚ, kde si můžete nakoupit denně čerstvé

vepřové, hovězí a drůbeží maso z jiho-

českých chovů, vybrat si můžete také ze široké nabídky uzených mas a specialit. Ten, kdo si nestihne nic uvařit, vybere si u nás rychlou svačinu, oběd či večeři z teplého pultu.

A víte,



kde nás najdete? My vám to prozradíme – máme pro vás otevřeno mnoho úseků označených logem MÚÚÚ: Terno České Budějovice, COOP Havlíčkův Brod, Trefa Borovany, COOP Kostelec nad Orlicí, Trefa Nové Hradky, Terno Prachatice, Terno Strakonice, COOP Světlogorská Tábor, COOP Kpt. Jaroše Tábor, Terno Trhové Sviny, Terno Týn nad Vltavou, Terno Český Krumlov, COOP Vimperk.

S MÚÚÚ si odnesete domů
Kousek jižních Čech.



Vítejte ve světě koření

**Nechte se vlákat a vstupte. Vítejte ve světě plném chutí a vůní!
Mnohé o tomto světě víme a je nám ctí být vaším průvodcem.**



Jsme společnost Pěkný-Unimex, s. r. o., a od roku 2007 patříme do skupiny Prymat, která se řadí mezi přední výrobce koření ve střední a východní Evropě. Velmi rychlý dynamický rozvoj zařadil naši společnost mezi 3 nejvýznamnější výrobce koření na českém trhu. Naše produkty najdete pod značkou Avokádo, Kucharek a Nadir.

Spokojený zákazník je pro nás prioritou. Proto pečlivě dbáme na nákup kvalitních surovin, jejich kontrolu a následné zpracování v našich výrobních závodech v Humpolci a Veverské Bítýšce. Sledujeme současné trendy v gastronomii a zdravém životním stylu, abychom vám mohli přinášet novinky, které tyto trendy respektují. Kořenící směsi Avokádo jsou bez přidaného glutamátu, konzervantů a umělých barviv. V naší nabídce najdete mimo klasického koření i trendy jednodruhovky, jako je kurkuma, uzená paprika nebo široký výběr sušených bylinek. Určitě oceníte i šikovné pomocníky při vaření, jako jsou sypká a tekutá ochucovadla, bujony, tekuté marinády, hořčice a křeny.

**Že jste ještě naše výrobky nevyzkoušeli?
Teď máte jedinečnou šanci!**

Zúčastněte se soutěže v tomto vydání časopisu COOP Rádce a vyhrajte praktické dárky od firmy Pěkný-Unimex s. r. o.



Avokádo

Vzpomínka na léto: Sušená rajčata v oleji s bylinkami, Nakládané cornichons tradiční, Nakládané cornichons s chilli papričkami

Stýská se vám po létu a sluníčku? My jsme je pro vás uchovali v podobě novinek Avokádo.

Sluncem sušená rajčata jsou jednou z nejskvělejších středomořských pochoutek. Naložená v kvalitním oleji a v pečlivě vybraných bylinkách výrazně pozvednou chuť salátů, těstovin, mas nebo zapékaných pokrmů.

Nakládané cornichons jsou maličké okurky naložené ve sladkokyselém nálevu s kořením. Jsou křehké, křupavé. Varianta s chilli papričkami je příjemně pikantní.

 **Pěkný-Unimex**
s. r. o.

Cheetos

ROZBAL MIX NOVÝCH CHUTÍ

PIZZA

PAPRIKA

NOVINKA

NOVINKA

Cheetos
MIX-UPS
Street Food Flavours

HAMBURGER

HOT DOG

Cheetos
MIX-UPS
Mega Fun Flavours

GREEN ONION

PAPRIKA

STREET FOOD

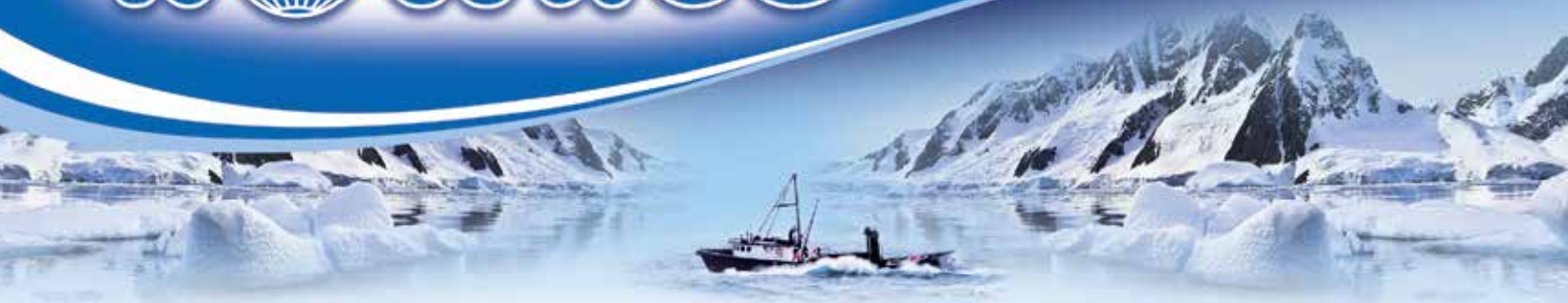
HOT DOG

HAMBURGER

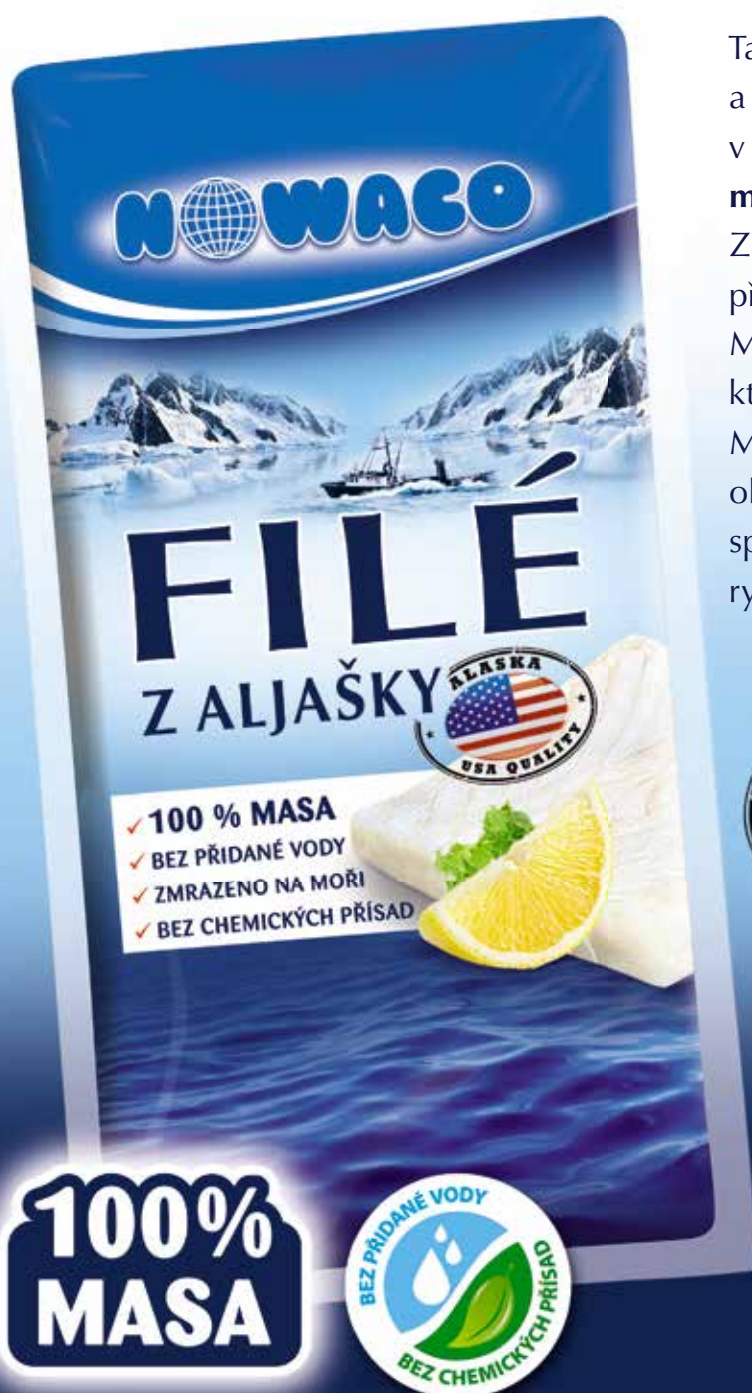
ZELENÁ CIBULKA

SÝR A KEČUP

NOWACO



Z moře přímo na Váš stůl



Také jste si mysleli, že rybí filé je prostě rybí filé a mezi jednotlivými produkty od různých výrobců v podstatě není žádný rozdíl? V tom případě **musíte ochutnat NOWACO Filé z Aljašky**. Z chladných a křišťálově čistých vod Aljašky vám přinášíme filé **vynikající kvality**.

Maso mořských ryb je oblíbenou lahůdkou, která má navíc pozitivní vliv na naše zdraví.

Mnozí z nás si na přípravu ryby netroufají, ale obavy jsou zbytečné! Příprava ryb a rybích specialit je až překvapivě jednoduchá a velmi rychlá. Více na www.nowaco.cz



www.nowaco.cz