

# pre Vás

**backaldrin<sup>®</sup>**

SPRAVODAJCA SPOLOČNOSTI  
BACKALDRIN SLOVAKIA, SPOL. S R.O.  
ČÍSLO 1  
APRÍL 2019



**FIT A AKTÍVNY V NOVOM  
ROKU**

**V LABYRINTE PANEA**

Komnata zázrakov a jej príbehy

2/10 Ochrániť a uchovať

3/10 Trest

**DANUBIUS GASTRO 2019**

Ocenenia



**PETER MACH**  
KONATEĽ SPOLOČNOSTI BACKALDRIN SLOVAKIA, SPOL. S R.O.

## (NE)BEZPEČNOSŤ LACNÝCH POTRAVÍN

Tak sme hľadali a prekvapivo našli. V poľskom hovädzom mäse sa konečne našla aspoň tá salmonela, zaplať pánboh... **Salmonela** sa primárne nachádza v hydinovom mäse či vajciach. Pokiaľ vylúčime, takmer s istotou, že poľský býk bol kŕmený surovým hydinovým tatarákom zaliatym surovým vajcom a kontaminovaným korením, tak potom už zostáva ako jediná možnosť, zanedbanie hygieny, buď potravinárskej prevádzky, alebo zamestnancov.

Veterinárne testy sú drahé, nerobme si ilúzie, že by sa každá jedna dodávka mäsa, každý jednotlivý kus testoval. Tak globálny trh ani fungovať nemôže, zrútil by sa vďaka kolónam zastavených kamiónov na hraniciach. A nezastavia sa tieto dodávky ani teraz, na to som ochotný vsadiť fľašu dobrého pitia. To by snáď jedine museli začať umierať ľudia a to si naozaj neprajem. Patogénov, ktoré môžu byť v mäse, je samozrejme viac, nielen spomenutá salmonela. Napríklad omnoho častejšie je podmienené patogénny kampylobakter. Ten je prirodzenou súčasťou tráviaceho traktu hydiny, má ho väčšina teplokrvných zvierat v chovoch, vrátane hovädzieho dobytku a ošípanej – máme ho i my, ľudia. Pokiaľ sa zanedbá hygiena spracovania a najmä potom prípravy

mäsa, namnoží sa na väčšie než malé množstvo a problémy so zažívaním skôr alebo neskôr prídu. Vďaka vysokej úrovni zdravotnej starostlivosti nám však bezprostredné ohrozenie života nehrozí. **Je na slušnosti**, alebo ak chcete na morálnej zodpovednosti **pestovateľa, spracovateľa i obchodníka**, od výroby po predajňu, **aby dodával svojim zákazníkom akostne, 100 % zdravotne nezávadné potraviny**, nielen mäso.

Poznáte určite filmovú hlášku o murárovi Lorencovi – „To je ten, čo síce nezoberie tehlu do ruky, ale už postavil niekoľko domov.“ To je príklad toho, čomu marketing hovorí odborné **pozitívna šuškania**. Tá veľmi dobre funguje v miestnych službách, v **regionálnej ekonomike**. To samozrejme platí i pre miestnych pekárov, mäsiarov, poľnohospodárov i krčmárov. Ľudia z blízkeho okolia veľmi dobre vedú i bez drahej televíznej reklamy, kto tam pracuje, s akými surovinami sa tam pracuje, či hostinec nevarí minútky z pozaručných surovín, čím sa hnojí pole a kŕmi dobytok, či pekáč nepečie omylom proteínové žemle s múčnymi červíkmi, alebo v akom stave sa zvieratá vozia na bitúnok. Pretože sa Slovákom za nízke mzdy v potravinárstve nechce pracovať, pracujú vo veľkých prevádzkach často zahraniční

agentúrni zamestnanci. Čo o nich vieme? Z akých sú krajín, aké majú kultúrne a hygienické návyky, aký je ich zdravotný stav? Majú zdravotné preukazy? Ako ich získali? **My dnes väčšinou netušíme, kde sa jedlo a potraviny pre nás vypestovali, kde sa chovali zvieratá.** Globálni výrobcovia a privátne značky sa tým na obaloch celkom pragmaticky nechvália, pretože nemusia. A majú pre to určite svoje dosť dobré dôvody. Nemalo by práve toto byť v záujme ochrany spotrebiteľa na jednotnom trhu EÚ? Myslím, že sa to týka každého obyvateľa, mať právo vedieť, odkiaľ pochádzajú potraviny, ktoré konzumuje, aby sa mohol slobodne rozhodnúť, či si ich kúpi alebo nie. V ďalšom texte sa dočítate, že ani krajové označenie alebo tradične slovenské obchodné značky uvádzané na obale ešte zďaleka nezaručujú slovenský pôvod. V nedávnom prieskume mali zákazníci za úlohu odpovedať na otázku: „Považujete výrobky s pôvodom v týchto krajinách za kvalitné?“

**V ÁNO** – Česko, Slovensko, Rakúsko, Nemecko, Anglicko, Holandsko (aj keď má na Západe povest podobnú Poľsku)

**V NIE** – Čína, Rumunsko, Poľsko, Rusko

Ak by toto platilo, tak sme v potravinách sebestační. Tak **prečo sa dováža toľko potravín z cudziny?** Keď všade deklarujeme, ako máme radi kvalitné a slovenské? **Dôvodom je cena potravín.** Naša národná hrdosť na pôvod potravín končí, akonáhle dozovový jogurt v akcii stojí polovicu. Jednoducho – **spracovatelia hľadajú lacnejšie alternatívy, aby uspokojili cenové požiadavky obchodných reťazcov a ich cenovo citlivých zákazníkov** a tieto lacné alternatívy im veľmi často ponúka práve agrárne zamerané Poľsko. A obľuba ich lacných potravín



medzi spotrebiteľmi neklesá ani s pravidelne sa opakujúcimi škandálmi. Pripomeniem len z poslednej doby – insekticídy vo vajciach, cestná soľ, jablká plné pesticídov, teraz problémové hovädzie mäso. Mňa osobne, ako pekára, najviac pobavila jablčná náplň – akurát, že bez jablka. Slovákom a Čechom to nevedí, pretože by to inak nekupovali. A keby to nekupovali, obchodníci by im to neponúkali. A prečo im to nevedí? No, pretože je to lacné a sme zase pri cene. Hodnota poľského dovozu potravín do ČR tvorila v roku 2018 približne 30.000.000.000,- Kč (30 miliárd korún), 3.000,- Kč na osobu. Dovážajú sa bežné komodity, mlieko, mliečne výrobky, ovocie, zelenina, obilné výrobky (mrazené pečivo), mäso. Potom je tu množstvo výrobkov, kde si zákazník myslí že nakupuje slovenské výrobky, ale je na omyle. Len pár príkladov – káva Jihlavan-ka, rastlinné tuky Hera a Perla, Mochovské zeleniny, syry Želetava, ale napríklad i Sunar. Ak toto nie je mätenie spotrebiteľa (a ČOI hovorí, že nie je), potom čo teda?

Poľsko je v rámci Európy agrárnou krajinou. Česi do Poľska vyvážajú prevažne priemyselné výrobky, stroje a prepravné zariadenia, chemikálie a Poliaci k nám predovšetkým poľnohospodárske výrobky, potraviny a živé zvieratá, nápoje. **Poľsko je našim tretím najvýznamnejším obchodným partnerom.** Poliaci samozrejme podporujú svojich výrobcov a producentov, najmä exportérov. Aby sme ale neboli nespravodliví, tak to robia všetci. Predtým sa ako nástroje ochrany vlastného trhu používali clá, dovozné prírážky, pečiatky a povolenia. Dnes, v dobe jednotného bezcolného európskeho trhu, sme si vymysleli dotácie – a k nim potrebujeme tiež tie správne pečiatky. O tom, že dotácie krivia voľný trh rovnako ako regulácie, nie je asi potrebné polemizovať. I pe-

kári dnes investujú skôr do toho, na čo je možné získať dotácie, ako čo by pekárne najviac potrebovali. Poľsko cielene podporuje investície do tých oblastí, kde sa poľnohospodárska produkcia spracováva. V tomto sú naozaj dobrí. Produkcia rastie, efektívnosť takých prevádzok rovnako, keď sú schopní stále udržať atraktívne ceny. A ako vidieť, občasný škandály na obľubu lacných poľských potravín vplyv nemajú.

Myslím, že dozorné poľské orgány sa z toho poučia a svoju kontrolnú činnosť zintenzívnia. Musia, pretože by to inak ohrozilo ich zahraničný obchod a to si iste neprajú. Väčšie kontroly, dozorné i interné, budú stáť výrobcov i viac peňazí. Našťastie žijeme v mediálne dobe, kde to ďalší škandál čoskoro prekryje (prasacia chrípka, prasací mor – alebo iná prasačina) a na poľské hovädzie sa zabudne. Verím, že absolútna väčšina potravín, ktoré si môžeme kúpiť v českých a slovenských obchodoch, je bezpečná. Pre nás konzumentov z toho plynie ponaučenie, že máme viac počúvať zdravý rozum, radšej sa vyhnúť pochybným stánkom a fast foodom, dbať na správnu hygienu pri príprave potravín, mäso poriadne tepelne spracovávať, zeleninu poctivo umývať a v neposlednom rade sa zaujímať o pôvod potravín, ktoré si tak bezstarostne nakupujeme v letákových zľavách.

#### Pár čísel pre milovníkov faktografie

- V roku 2018 sa doviezlo z Poľska 10.000.000 kg hovädzieho mäsa cca za 1 mld. korún.
- V roku 2017 bolo saldo vzájomného obchodu s Poľskom záporné, - 37 mld. Kč pri celkovej obchodnej výmene viac ako 500 mld. Kč.

- Ročne sa salmonelou v Českej republike nakazí okolo 12.000 ľudí, kamylobakteriou dvojnásobok. **Úmrtia sa počítajú na jednotlivé prípady.**
- Na brušný týfus (spôsobený baktériou Salmonela) umiera ročne na svete 600.000 ľudí. Vďaka dobrým hygienickým podmienkam a zdravotníctvu je však u nás i v celom vyspelom svete toto ochorenie vzácné.
- **Priamo na následky otravy alkoholom zomrie v Českej republike ročne 300 ľudí** (ďalších 1.500 na komplikácie s alkoholom spojené) – nie je teda alkoholizmus väčší spoločenský problém?

Peter Mach  
konateľ spoločnosti BACKALDRIN  
Slovakia, spol. s r.o.

## backaldrin®

BACKALDRIN Slovakia, spol. s r.o.  
Galvaniho 12/B, 821 04 Bratislava, SK  
T 0650 440 023 - 22  
backaldrin@backaldrin.sk  
www.backaldrin.sk  
www.kornspitz.com  
www.facebook.com/kornspitzSK



## FIT A AKTÍVNY V NOVOM ROKU

Každý rok rovnaká otázka: novoročné predsavzatia alebo nie? Pociť zanechania minulosti za sebou nám dáva v novom roku príležitosť začať odznova. Medzi najobľúbenejšie novoročné predsavzatia určite patria "jesť zdravšie", "schudnúť", "stať sa športovým delom" atď. Aby sa vám táto premena tentoraz konečne podarila a vydržala dlhší čas, zhrnuli sme pre vás najdôležitejšie tipy.

### Predsavzatia a návyky

Zmena návyku je náročná úloha. Chodte na to v roku 2019 inak a nemajte na seba príliš veľké očakávania. Formulujte si konkrétne ciele a nie neurčité predsavzatia ako "jesť zdravšie" alebo "behať častejšie". Čo by mala pre vás znamenať "zdravá výživa"? Jete príliš málo ovocia a zeleniny, príliš málo celozrnných výrobkov a tým aj príliš málo vlákniny? Alebo by ste chceli zvýšiť príjem rastlinných bielkovín? Aký športový cieľ chcete dosiahnuť? Kúsťe popremýšľať o svojom životnom štýle.

### Cesta k vyváženej strave

Pre pestrú a zdravú výživu by ste mali denne jesť 5 porcií zeleniny, strukovín a ovocia (3 porcie zeleniny a/alebo strukovín a 2 porcie ovocia). Rukúska spoločnosť pre výživu odporúča denne aspoň 30 g vlákniny, minimálne 1,5 litra vody, 3 porcie mliečnych výrobkov, 1 - 2 polievkové lyžice rastlinných olejov, orechy alebo semená - skrátka, jesť všestranne a chutne.

### Výživa - zvýšenie vlákniny

Vláknina je nestráviteľná zložka stravy, ktorá sa nachádza hlavne v rastlinách. Tieto zložky sa dostávajú nestrávené do hrubého čreva, kde sú trávené pomocou baktérií. Ovpływujú tým pozitívne trávenie. Majú však aj ďalšie dôležité funkcie: dlhšie zasýtenie, zlepšenie hladiny cukru v krvi, posilnenie spojivového tkaniva a zníženie hladiny cholesterolu. Potraviny s vysokým obsahom vlákniny zahŕňajú celozrnné produkty a celozrnné obilniny, strukoviny (fazuľa, šošovica, hrášok), orechy, semená, zeleninu a ovocie.

Pri zvyšovaní príjmu vlákniny treba postupovať opatrne. Denné množstvo sa má zvyšovať len pomaly a musí sa rešpektovať aj dostatočné množstvo pitnej vody (najmenej 1,5 litra).

### Tipy na pokrytie príjmu vlákniny:

**Celozrnné produkty:** chlieb, pečivo, cestoviny a pod. v celozrnnnej podobe. Celozrnné chleby, ako je celozrnný chlieb Dinkelix alebo Vegípan®, vegánsky celozrnný chlieb, majú vysoký obsah celých zŕn. Actipan® bol vyvinutý špeciálne pre športovcov a aktívnych ľudí a ponúka vysoký obsah bielkovín. **Šalát:** ak na tanieri nie je dostatok zeleniny, pridajte si k nemu ešte šalát. **Čerstvé ovocie a zelenina (namiesto smoothies):** Vďaka šupke obsahuje čerstvé ovocie a zelenina viac vlákniny a vitamínov. Množstvo cukru je nižšie. **Semená a orechy:** sú bohaté na vitamíny (najmä vitamíny B), bielkoviny a vlákninu - ideálne ako topping!

### Viac rastlinných bielkovín

Mnoho ľudí v novom roku chce nahradiť podiel živočíšnych bielkovín v strave rastlinnými.

### Pohyb a šport

Pohyb vás robí výkonnejšími, motivovanejšími a prospieva duši. Začleňte viac pohybu do každodenného života. Chodte po schodoch namiesto výtahu, kráčajte namiesto toho, aby ste išli autobusom jednu zastávku. Dospelí ľudia by mali vykonávať aspoň 150 minút (2 ½ hodiny) týždenne cvičenie v strednej intenzite, alebo 75 minút (1 ¼ hodiny) za týždeň cvičenie s vyššou intenzitou, alebo ich kombináciu. Najmenej dva dni v týždni by ste si mali naplánovať silový tréning, v kto-

TÉMA

SPRAVODAJCA SPOLOČNOSTI BACKALDRIN SLOVAKIA, SPOL. S R.O. 15



rom sú zapojené všetky hlavné svalové skupiny.

#### Záver

Nedávajte si príliš veľa predsavzatí naraz a zamerajte sa na jednu vec - ale s väčšou dôslednosťou. Akonáhle si vytvoríte z predsavzatia zvyk, môžete sa zamerať na nový cieľ. Krok za krokom tak dosiahnete v novom roku lepší životný štýl.

Carmen a Jasmin Klammer  
Vedkyňa v oblasti výživy a dietologička  
[www.backaldrin.com](http://www.backaldrin.com)

#### Aktívny s Actipanom®

Váš chlieb. Vaša energia.

Chlieb Actipan® bol vyvinutý v spolupráci so športovcami, špeciálne pre aktívnych ľudí. Vďaka starostlivému výberu drvených zŕn a klíčkov zo strukovín ponúka vysoký obsah vitamínov, minerálov, stopových prvkov a polynenasýtených mastných kyselín. Celozrnný chlieb je tiež dobrým zdrojom sacharidov a energie a má vysoký obsah vlákniny a bielkovín. Tiež je k dispozícii ako špaldový chlieb, možno ho kombinovať buď so sladkým, alebo slaným, aby poskytol všetko, čo aktívni ľudia každý deň potrebujú. Ak túžite po chutnom ľahkom jedle, vyskúšajte Actipan snacky od backaldrinu.

#### Vegánsky Vegipan® - nielen vegáni ho milujú

Vegipan je príjemne šťavnatý a zrnitý, ideálny na tieranie a obsahuje cenné ingrediencie, ako sú tekvicové a slnečnicové semenka, sezam a ľanové semenka. Vďaka vylúčeniu živočíšnych zložiek počas výroby je tento celozrnný chlieb bez obsahu

droždia ideálny pre vegánov i pre všetkých fanúšikov celozrnných chlebov. Či už vo forme chleba alebo ako tyčinka, Vegipan uspokojí tento segment. Nechajte sa inšpirovať kreatívnymi nápadiami receptov a ponúkajte väčšiu škálu vegánskeho občerstvenia.

[www.vegipan.com](http://www.vegipan.com)

#### Sladký špaldový mix

Koláčové potešenie so špaldou

Vďaka viedenskej špaldovej zmesi na koláče možno trend špaldy, tak populárny medzi zákazníkmi dbajúcimi o výživu, preniesť aj do oblasti jemného pečiva. Týmto spôsobom možno koláče z listového cesta a iné recepty upraviť ľahko, spoľahlivo a v najlepšej kvalite. Jedinčná šťavnatá, mierne oriešková chuť špaldy dodáva neodolateľnú chuť najrozličnejšiemu radu sladkých špecialít. Vďaka svojej všestrannosti je možné v krátkom čase vytvoriť ľubovoľný počet variácií a rovnako ponúka priestor pre individuálne výtvy. Nové recepty z backaldrinu sú rozmanité, od špaldových jablkových muffinov a šťavnatých banánových koláčov až po ľahké špaldové jogurtové čučoriedkové koláče.

[www.kornspitz.com](http://www.kornspitz.com)

## VEĽTRH DANUBIUS GASTRO 2019

Dňa 27. januára 2019 zavrelo svoje brány výstavnisko INCHEBA EXPO Bratislava, kde sa už po 26. krát uskutočnil veľtrh gastronómie DANUBIUS GASTRO.

V hale, kde sa prezentovali pekári, dominovala mapa Slovenska z chlebového cesta, ktorú vytvorili pracovníci spoločnosti Penam. Pod záštitou Rady pekárov a cukrárov Slovenska sa konali súťaže pre pekárov o „Vynikajúci chlieb bez hraníc 2019“ ako aj súťaž o „Vynikajúci nový výrobok 2019“. BACKALDRIN Slovakia, spol. s r.o. prispel do oboch súťaží kvalitnými výrobkami, ktoré si zákazníci určite budú môcť kúpiť vo svojich predajniach. Ocenenia v kategórii „Vynikajúci nový výrobok 2019“ si odniesla Durum Ciabatta s vynikajúcou chuťou a vôňou. Balkánsky chlieb Lepinja, ktorý zaujal svojim charakteristickým tvarom a chuťou, si odniesol ocenenie v kategórii „Vynikajúci chlieb bez hraníc 2019“.

Pri rozhovoroch so zákazníkmi sa potvrdilo, že záujem o nové výrobky a informácie, z akých surovín sú vyrobené, stále rastie. Sme radi, že aj my sme mohli byť súčasťou tejto výstavy. Veríme, že sme našimi produktami inšpirovali mnohých pekárov a prajeme všetkým účastníkom veľa chutných a zdravých kulinárskych zážitkov.

Miroslav Rolinec  
obchodný manažér





## Ur Korn jarné receptúry

### Veľkonočný baranček

#### Receptúra

#### Hmota

1,000 kg	<b>Ur Korn Kuchen mix</b> (č. výr. 3538)
0,500 kg	voda (20 °C)
0,300 kg	olej
0,200 kg	jogurt
2,000 kg	hmota

#### Príprava

Doba trenia:	1 – 2 minúty na strednom stupni
Navážka:	0,500 kg / malá forma
Teplota pečenia:	170 – 180 °C
Doba pečenia:	cca 50 minút

#### Výroba

Všetky suroviny temperované na izbovú teplotu trieme na strednom stupni 1 – 2 minúty. Formy na barančeky zľahka vytrieme olejom a vysypeme hrubou múkou. Hmotu naplníme do foriem ľahko pod okraj a priklopíme vrchným dielom a pečieme. Po vychladnutí pocukrujeme múčkovým cukrom. Prípadne dozdobíme podľa požiadaviek.

# Koláč s rebarborou

## Receptúra

### Hmota

1,500 kg	<b>UrkornKuchen mix</b> (č. výr. 3538)
0,600 kg	voda (20 °C)
0,600 kg	olej (20 °C)
2,700 kg	hmota

### Jogurtový krém

0,400 kg	mlieko
0,400 kg	jogurt
0,250 kg	<b>Cortina</b> (č. výr. 1422)
1,050 kg	krém

Všetky suroviny šľaháme intenzívne 3 minúty.

### Príprava rebarbory

2,000 kg	rebarbora (mrazená)
0,300 kg	cukor
0,006 kg	škoricca
2,306 kg	rebarbora

Rebarboru spoločne s cukrom a škoricou necháme 1 hodinu odležať.

## Želatinová poleva

0,500 kg	<b>Frutigel neutrál</b> (č. výr. 1463)
0,250 kg	voda
0,750 kg	poleva

Frutigel neutrál rozmiešame vo vode, privedieme k teplote 90 °C a temperujeme na cca 50 °C.

## Príprava

Doba trenia:	1 – 2 minúty na strednom stupni
Navážka-ovocia:	2,000 kg rebarbory
Teplota pečenia:	170 – 180 °C
Doba pečenia:	cca 40 – 45 minút

## Výroba

Všetky suroviny temperované na izbovú teplotu trieme dohľadka na strednom stupni 1 – 2 minúty. Hmotu rovnomerne rozotrieme na vopred vymazaný plech olejom. Pomocou drezírovacieho sáčku bodovo naniesieme jogurtový krém. Rozprestrieme zmes rebarbory, cukru a škoricce. Pečieme pri strednej teplote. Koláč necháme vychladnúť, zalejeme želatínovou polevou a posypeme nasekanými lieskovými orechmi (cca 0,030 kg).

## Urkorn jarné receptúry





## Urkorn jarné receptúry

### Zákusok s ovocím

#### Cookie mrvenička

1,000 kg	<b>American Cookies</b> (č. výr. 3330)
0,200 kg	maslo (cca 22 °C)
1,200 kg	drobenka

Suroviny rýchlo zmiešame do drobenky.

#### Urkorn hmota

1,500 kg	<b>UrkornKuchen mix</b> (č. výr. 3538)
0,600 kg	voda (20 °C)
0,600 kg	olej (20 °C)
2,700 kg	hmota

Doba trenia: 1 – 2 minúty

#### Hmota z kyslej smotany

0,600 kg	kyslá smotana
0,090 kg	<b>Topfen fix</b> (č. výr. 1448)
0,090 kg	kryštálový cukor
0,005 kg	<b>Zitrobella</b> (č. výr. 1495)
0,785 kg	hmota

Doba trenia: 1 – 2 minúty

#### Želatínová poleva

0,500 kg	<b>Frutigel neutrál</b> (č. výr. 1463)
0,300 kg	voda
0,800 kg	poleva

Frutigel neutrál rozmiešame vo vode, privedieme k teplote 90 °C a temperujeme na cca 50 °C.

#### Príprava

##### Cookie korpus (fáza 1):

Navážka:	1,200 kg (Cookie drobenka)
Teplota pečenia:	180 – 170 °C
Odťahy:	otvorené
Doba pečenia:	cca 15 minút (predpečenie)

##### Urkorn hmota + Cookie korpus (fáza 2):

Navážka – ovocie:	0,400 kg (maliny mrazené)
Teplota pečenia:	170 – 150 °C
Odťahy:	otvorené
Doba pečenia:	cca 40 – 45 minút

#### Výroba

**Urkorn hmota:** Všetky suroviny temperované na izbovú teplotu trieme dohľadka na strednom stupni 1 – 2 minúty.

**Hmota z kyslej smotany:** Všetky suroviny temperované na izbovú teplotu trieme dohľadka na strednom stupni 1 – 2 minúty.

**Zákusok s ovocím:** Cookie drobenku rovnomerne rozdrobíme po plechu a predpečieme. Na vychladnutý korpus rozotrieme dohľadka hmotu. Drezírovacím sáčkom nanesieme hmotu z kyslej smotany a špičkou noža alebo špajdlou vytvoríme mramorovanie. Mrazené maliny rozložíme po ploche. Pečieme pri strednej teplote a otvorených ťahoch. Koláč necháme vychladnúť a zalejeme želatínovou zálievkou.





**PANEUM**  
KOMNATA ZÁZRAKOV CHLEBA

## V LABYRINTE PANEA KOMNATA ZÁZRAKOV CHLEBA

### 2/10 Ochrániť a uchovať

**Od nepamäti mali ľudia plné ruky práce, aby ochránili svoj dar Boží. Vo chvíli, kedy hľadavce a ďalší hladní škodcovia mali a majú i dnes, potrebu ukradnúť kus chleba, dostala sa k slovu ľudská vynaliezavosť. Potravinoví votrelci, teda rôzne chrobáky sa spolu so svojimi larvami najčastejšie udomácnujú už v prvej surovine, z ktorej je chlieb vyrábaný – v múke. Často ich ale nájdete i v ovsených vločkách. Nepriatelia potravín, myši, krysy dychtia priamo ukoristiť aspoň niečo málo zo zásoby chleba nielen našich predkov. Hnací motorom ich až úporného snaženia – ukradnúť, napadnúť a znehodnotiť – je stále silnejšia túha po prežití. Medzi ďalších výz-**

**namných ničiteľov patria plesne. I s týmito sa musel vedieť človek vyrovnávať a naučiť sa chlieb predovšetkým optimálne skladovať.**

Na počiatku bol chlieb „suchou“ potravinou. Piekol sa do zásoby a konzumoval sa tvrdý. S jeho plesnivením teda neboli žiadne problémy. V prvom rade musel byť chránený pred hlodavcami všetkých druhov. V biblickej Palestíne napríklad piekli chlieb v tvare prstenca – kruhu s otvorom uprostred. Navliekal sa, alebo sa zavesoval na palicu (tyč) určenú pre skladovanie chleba. A tak sa myši nemali šancu k chlebu dostať. Vo svojej dobe boli palice na chlieb skutočne významným artefaktom. Tu sa ako v zrkadle odráža porekadlo – „Zlomíť nad niekým palicu.“ – kedy z núdze, biedy a hladu nasledoval, a to nielen pre hlodavcov, trest.

Košík na chlieb je tiež bezpečné úložisko, ktoré ochráni tento potravinársky skvost ako pred škodcami, tak pred plesňami. Môžeme ho tu skladovať, ale len keď je tenký a suchý. Silné chleby s mäkkou striedkou tu však rýchlo vyschnú, a tak kôš vystriedala pekárska debnička z dreva, kovu, keramiky alebo smaltu. Chránia chlieb a udržujú ho čerstvý. Chlebníky z hliny alebo kameniny ponúkajú taktiež výhodu optimálnej rovnováhy vlhkosti a zabraňujú tvorbe plesní.

Zo zásady platí: čím tmavší chlieb je, tým zostáva dlhšie čerstvejší. Pšeničný chlieb vydrží len krátku dobu čerstvý, a tak predovšetkým v Stredomorských oblastiach sa pečie až niekoľkokrát denne. A keď predsa raz zostarne, potom všetky kultúry a spoločenstvá majú vlastné receptúry,



ako ho ešte využiť a spotrebovať – počínajúc napríklad „Chudými rytiermi“ \* - pokrmmom pochádzajúcim z Podkrkonôš, končiac knedľami. Vyhodiť chlieb bolo kdekoľvek na svete tabu. Dnes by sme sa mali nad našim počínaním zamyslieť a pripomenúť si šetrnosť a úspornosť pri zaobchádzaním s jedlom.

#### Drahocenné v hodnotnom

##### 1 Chlebník

Ako svetlo, tak vzduchotesné, pre myši a krysy nedobytné. Požiadavky na skladovanie chleba boli dané jasne, a preto i v bežných domácnostiach patrili chlebníky medzi základné vybavenie. Ten, kto sa ale snaží skrásliť svoj domov a má vycibrený vkus, premení i svoj chlebník v reprezentatívny objekt. To platí i pre tento detailne opracovaný medený kúsok, na ktorom môžeme vidieť cisársky Norimberský hrad a dom Albrechta Dürera \*\*. V ňom jeho pani domu nechávala oddychnúť chlebové cesto. Práve preto bolo drahocenné uchovávané v hodnotnom.

##### 3/10 Trest

**Na jednej strane úcta k poctivému remeslu, na druhej strane prísne tresty pre podvodníkov nepoctivých remeselníkov, teda i pekárov. V stredoveku porušenie pravidiel znamenalo niesť bremeno následkov a cítiť svoju hanbu doslova až do špiku kosti. Život zločincov v stredoveku nebol rozhodne žiadny med. Chytenie sa v prevažnej väčšine**

**rovňalo z dnešného pohľadu neuveriteľnému fyzickému utrpeniu a rýchlá smrť bývala veľakrát vnímaná ako milosrdný rozsudok. Potupná maska bola jedným z prostriedkov, ako napraviť hriešnika. Na krku mu spravidla visela ceduľa s popisom, prečo svoj trest musí odčiniť, čoho sa dopustil. Väčšinou ho ešte priviazali na niekoľko hodín až na niekoľko dní na pranier, kde si ho mohli okoloídúci pozrieť a beztriestne sa mu posmievať a nadávať. Pre nepoctivých pekárov bol špeciálne vynájdený tzv. kôš alebo klietka hanby.**

Už v stredoveku boli pekári popretkávaní hustou sieťou predpisov, ktoré upravovali každúcky detail: počnúc poplatkom z predaja chleba až po určenie dní, kedy sa nepieklo. Prísny okom kvalitu výrobkov sledovali cechmajstri. Pekári boli natoľko vynaliezaví, že zákazníkov klamali prídávaním pilín či hliny do múky, alebo že piekli bochníky menšie ako predpisovali cechové stanovky. Avšak posudzovanie hmotnosti chleba bolo veľmi náročné, pretože cesto pri pečení strácalo tekutinu. Vo chvíli, kedy múka vykazovala výkyvy v kvalite, nemal pekár priestor pre akékoľvek experimenty. Hraničné rozpätie nepočítalo s tým, že múka môže mať zakaždým iné vlastnosti. Pokiaľ presne nesúhlasila kalkulácia, hrozili tvrdé tresty. Peňažné pokuty boli neúmerne vysoké, ale verejné poníženie bolo ešte ďalej, ďalej väčšie. A tak museli nešťastní pekári nosiť potupnú masku, boli priviazovaní k pranieru, vystavovaní posmechu a hanlivým urážkam

od spoluobčanov.

Mimoriadne obávaným trestom v období od 13. do 18. storočia v Strednej Európe bol tzv. „krst pekárov“ a „šťuchnutie“. Pekári, ktorých chlieb sa zdal príliš ľahký, boli priviazaní na stoličku alebo zavretí do klietky hanby. Trest bol ľudmi oslavovaný formou ľudovej veselice. Verejné pranierovanie – kameňovanie a zadupávanie osoby – bolo súčasťou odplaty. Vinník bol uväznený do klietky hanby na dve hodiny, až niekoľko dní, a to i so svojou hanbou zavesenou na krku v podobe bochníka chleba. Klietka bolo uchytená na dlhej páke, visela nad vodou alebo hnojom, do ktorého bola spustená.

Pre priblíženie situácie ešte jeden „fajnový“ popevok ľudí, ktorí rozhodne nemali s potrestaným ale vôbec žiadny súcit!

*„Pekárik, pekárik do koša vlez!“ spievali mnohí, „potopíme ťa do vody studenej, na tvoju váhu sa len sotva spoľahne.“*

#### Nadávký a hanba

##### 2 Potupná maska

Cieľom trestu je odradiť, zastrašiť a od stredoveku do 17. storočia nič iného, než pranier tak presvedčivo nefungovalo. Mal niekoľko tvárí – v pravom zmysle slova, potupná maska, ktorú musel trestaný nosiť niekoľko dní, bola najobľúbenejším spôsobom ako hriešnika potrestať. Poníženie ako nápravný prostriedok k odčineniu svojho hriechu predovšetkým pekárov: Nedodržanie pred-

SERIÁL

SPRAVODAJCA SPOLOČNOSTI BACKALDRIN SLOVAKIA, SPOL. S R.O. 17



3 Klietka hanby



2 Potupná maska  
(južné DEU / A)  
začiatok 18. storočia  
železo



4 Stojan na skladovanie  
chleba

písanej váhy chleba alebo pančovanie múky.

\* *Chudobní rytieri je jednoduché a lacné jedlo. Podáva sa ako hlavný chod alebo len ako sladkosť. (Žemle nakrájame na plátky, potrieme lekvárom a 2 ks spojíme k sebe. Pokvapkáme ich mliekom a namáčame vo vajíciach, ktoré sme vyšľahali s trochou vody, obalíme v strúhanke a prudko opečieme.)*

\*\* *Albrecht Dürer (21. mája 1471 Norimberk – 6. apríla 1528 Norimberk) bol nemecký maliar, grafik a teoretik umenia európskeho formátu.*

**ZAÚJÍMA VÁS PANEUM?**

nabudúce

**V LABYRINTE PANEA**

komnata zázrakov a jej príbehy

4/10 Hlad a moc

5/10 Na poli

**PANEUM**

KOMNATA ZÁZRAKOV CHLEBA

1 Chlebník  
Norimberk (DEU)  
18. storočie  
meď



# ARÓNIA

backaldrin®

## FIALOVÁ ENERGIA PRE CHLIEB, BEŽNÉ A JEMNÉ PEČIVO

### ARÓNIA

(temnoplodec, jarabina čierna)  
Plody jarabiny čiernej poznali už starí Kelti, ktorí ju považovali za ochranný a posvätný strom. I pôvodný obyvatelia Severnej Ameriky (Indiáni) konzumovali aróniu hlavne v zimnom období.

### ARÓNIA SUPERPOTRAVINA

Bobule obsahujú cenné látky ako napríklad vitamín C, antokyany a ďalšie antioxidanty.

