PASTA&CAFÉ

ROMANA magazín

01 | 2019

• ZDRAVĚ A CHUTNĚ •

PIJU, PIJEŠ
PIJEME
06

PŘÍBĚH
LEVANDULE
18

PASTA&CAFÉ ROMANA

Smart Pasta

WWW.PASTA-ROMANA.CZ

Smart Pasta jsou těstoviny obohacené látkou beta-glukan pro celkově vyšší odolnost organismu. Vařením se stravitelnost obsaženého beta-glukanu zvyšuje 2-3x. Vhodné také pro děti, seniory, rekonvalescenty, těžce pracující a samozřejmě sportovce.

Tagliatelle z naší Rodinné manufaktury dostanete u Rynečku volně na váhu nebo v balení po 400 g. Pochutnat si můžete ale i na čerstvě uvařených v restauraci Pasta&Café Romana.

Letní editorial

Léto v klidu někde u vody je vysněná iluze prakticky pro každého. Koupel ve slunečních paprscích, chladivé vlny, odpočinek, žádný stres, jen čirá radost. K tomu něco oroseného k pití, protože hydratace je nutná léto neléto, a selanka je dokonalá. Na to všechno pamatujeme a výroba našich sirupů také. Spolu s tím se váže ale i neobvyklá příhoda, o kterou se tady chci podělit. Jak víte, naše **Rodinná manufaktura** produkuje **bylinné i ovocné sirupy.** Z výroby nám zůstávají pravidelné zbytky vymačkaných kusů ovoce i bylin. Vlastně je to taková sypká a poměrně suchá drť, která to nejlepší už předala sirupu. Tento odpad každé dva dny vozíme na kompost, ale nedávno se stalo, že ve zvláštním hnutí mysli jsme jeden kyblík vysypali slepicím. A během chvíle jsme se nestačili divit. Všechny naše kvočny se seběhly, jejich obligátní zrní a kukuřičný šrot byly šmahem zapomenuty. Vznikla nevídaná tlačenice o každé ovocné sousto. Byla radost se na to dívat. Jenže nezůstalo pouze u podívané. Během několika dní, kdy jsme holkám ve výběhu už cíleně začali podstrojovat zbytky z ovoce, vzrostla produkce vajíček. Z ustáleného jarního průměru 50 kusů každý den najednou 58. A kolem šedesáti je to dodnes. Máme tedy malý, ale příjemný každodenní bonus k našim snídaním. Deset vajíček navíc se může zdát jako kapka v moři, ale potěší. Beru to tak, že každá drobnost se počítá a z mnoha hezkých drobností se pak skládá fajn den. A o tom to je. Nejsme sice přímo u vody, ale příjemnou relax zónu jsme si udělali na zahradě za restaurací a drobnými radostmi si děláme naplněné dny, ve kterých i práce je potěšení. **S každou lahví našeho sirupu, s každou omeletou, s každým soustem ham and eggs, se pojí i příběh našich slepic, které jsme víceméně náhodou udělali ještě o pírko šťastnějšími.**

S úctou

vaše Romana

Rok růže

Rok růže v našem pojetí, to jsou zahrady, plátky čerstvých květů na talíři, sirupy a sladké pochutiny, v nichž prášek z růží hraje nejen dekorativní roli.

OBSAH:

06 PIJU, PIJEŠ, PIJEME

12 RŮŽE, K LÁSCE SCHŮDEČEK

18 PŘÍBĚH LEVANDULE

PŘÍJEMNÝ ŽIVOT S PASTA&CAFÉ ROMANA 4

PŘEDSTAVUJEME SMART PASTA NATURPRODUKT 5

PIJU, PIJEŠ, PIJEME 6–7

VOLNÝ SBĚR BYLIN VELKÉ KARLOVICE 8–9

PASTA&CAFÉ ROMANA LIVE 10–11

RŮŽE, K LÁSCE SCHŮDEČEK 12

RELAXAČNÍ ZÓNA 14

MARMØLAADY PRO TATÍNKY 15

RYNEČEK NATUR 17

PŘÍBĚH LEVANDULE 18–19

GLUCADENT+ 20

PASTA&CAFÉ ROMANA MAGAZÍN
číslo 1/2019

Šéfredaktor: Michaela Gerdová
Redakce: Ing. Romana Bartschová, Ing. Richard Sklář

Náklad: 50 000 výtisků
Grafická úprava: LION brand & story s.r.o. Ostrava
Jazyková úprava: David Věžník
Foto: archiv redakce, snímky použité na základě licence od Depositphotos.com
Tisk: Zeman art s.r.o., Ostrava
Konzultanti: Bc. Irena Špillerová, Jiří Wittala, Anna Grabiecová
Vaše dotazy zodpoví: Michaela Gerdová, e-mail: michaela.gerdova@naturpro.cz
Kontakt: Pasta&Café Romana, V Zátiší 1658/2b, 736 01 Havířov-Podlesí,
tel.: +420 592 750 140
Všechna data obsažená v magazínu Pasta&Café Romana jsou v souladu se zákonem GDPR.

PŘÍJEMNÝ ŽIVOT S PASTA&CAFÉ ROMANA

Celý tým najdete na našich stránkách **www.pasta-romana.cz.**

„Plánujete již nyní rodinná setkání, firemní akce nebo rovnou vánoční večírek?“

Tel.: +420 592 750 140
E-mail: info@pasta-romana.cz

Malá banketka • 15 osob
Bistro • 25 osob
Velká banketka • 20 osob
Zimní zahrada • 20 osob
Restaurace • 50-70 osob
Relax zóna • 20 osob

OKÉNKO NAŠEHO ZÁKAZNÍKA: VLASTA PROUŽKOVÁ ST., DOLNÍ SUCHÁ

Blížily se mi kulatiny. Nebudu psát kolik, ale už to není zas tak běžný věk. Zjistila jsem, že navzdory datu v občance, kterou mi už bohužel prodloužili na neurčito, jsem ale ještě stále dost mladá na to, abych narozeniny dokázala náležitě oslavit a užila si je. Protože co když jsou naposledy? Takže jsme neztrácely čas a s vnučkou vyrazily na průzkum. Syn je pořád v práci a nemá zas tolik času na kavárenskou turistiku. Nakonec jsme zakotvily ve vaší Pastě i s pejskem, který byl samozřejmě puštěn dovnitř a dostal misku vody dokonce dřív, než na stole přistály naše objednávky. Kromě úžasného prostředí další plusové body. Limonáda z rakytníku byla krásně osvěžující, jednu chvíli jsem měla dokonce chuť odložit hůlku, kterou bohužel po úraze už musím používat. Paní Anička nám u kávy pomohla vybral červnový termín, prohlédly jsme si všechny salonky i banketky, vybraly menu a odcházely spokojené a těšily jsme se, jak po čtrnácti dnech přivítáme celou rodinu tady v tom hezkém koutě Havířova. Můj 2+1 by na to opravdu nebyl způsobilý. Oslava sama byla úžasná. Vnučka mě navíc překvapila a ze své kapsy zaplatila výzdobu, kytek bylo tolik, že jsem je pak ani neunesla. Bavili jsme se moc, jídlo bylo vynikající a o dezertech ani nemluvím. Nakonec se nikomu nechtělo domů, protáhli jsme posezení na tři hodiny po zavírací době a já jsem po návštěvě nemusela uklízet jako jindy. Ten den jsem byla opravdu po dlouhé době šťastná a spokojená, vlastně poprvé od roku 2014, kdy jsem ovdověla. Děkuji celému personálu, že se o nás staral jako o vlastní.

Vlasta

PŘEDSTAVUJEME SMART PASTA NATURPRODUKT

S radostí vám ve světové premiéře představujeme zcela unikátní těstoviny. Těstoviny, kterým jsme dali jméno SMART PASTA Naturprodukt, mají oficiální zařazení „obohacená potravina“. Obohacená aktivní látkou, specifickým polysacharidem zvaným beta-glukan. Na první pohled není nic poznat. Těstoviny vypadají jako ty běžné, dokonce i chuťově je všechno při starém. Ale uvnitř těla, po jídle, během metabolismu samotného, se začínají dít věci.

Beta-glukan je záležitost intenzivně zkoumaná snad již padesát let. Postupem času začalo být jasné, že jde o látku mající přímý pozitivní vliv na nespecifickou (vrozenou) imunitu. Podílí se jako palivo pro první linie obrany proti vetřelcům zvenčí nebo proti vznikajícím koloniím patogenních bakterií. Jinými slovy je to něco, jako byste odpovědným elementům obranyschopnosti dali napít energetického nápoje. Začnou být aktivní nad svůj běžný rámec, což pro osoby v rekonvalescenci, těžce pracující, sportovce, děti, dospívající nebo i seniory může být hodně vítaná pomoc. Makrofágy, tak se totiž ony elementy jmenují, totiž také časem, námahou nebo ochořením ztratí svou aktivitu, unaví se, vyčerpají. Beta-glukan je něco, co jim chutná a co je znovu zásobí novou energií. Celý tento mechanismus je mnohem složitější, ale není nutno zabředávat do odborných výrazů.

Důležité je vědět, že tepelnou úpravou těstovin (běžným vařením) se biologická dostupnost (stravitelnost) beta-glukanu zvedne 2–3x. V tom je ukryto celé tajemství názvu SMART. Prostě si pochutnáte a ještě podpoříte svou obranyschopnost. Připravené těstoviny, které v naší Rodinné manufaktuře vyrábíme (kromě beta-glukanu) už jen z té nejlepší mouky z tvrdé italské pšenice a vaječných žloutků, chutnají perfektně. Využít se dají i nastudeno, třeba na dlouhém treku po horách nebo jako svačinka při práci v těžkých provozech. Využití se meze nekladou. My doporučujeme jednoduše s olivovým olejem a naším pečeným kečupem, což je lahoda nesmírná, pak ani toho parmazánu nemusí být moc, spíše jen tak na ozdobu.

SMART PASTA Naturprodukt *i další naše domácí těstoviny, pečený kečup nebo omáčky jsou k dostání v našem farmářském obchodě Ryneček, ale lze je objednat i přes e-shop. Ochutnat můžete také z nabídky À la carte restaurace Pasta&Café Romana.*

BETA-GLUKAN

Beta-glukan je součástí nejen těstovin, ale také inovativní zubní řady s názvem Glucadent+. Beta-glukan i v kontaktní formě výrazně funguje na zdraví sliznic v dutině ústní. Vlajkovou lodí celé řady je zubní pasta Glucadent Aktiv s nejsilnějším stahujícím účinkem. Věděli jste, že mnoho patogenních bakterií z úst se s potravou dostává do celého těla, kde působí neplechu? Zubní řada Glucadent+ se díky obsaženému beta-glukanu a bylinným silicím stará o to, aby docházelo k dlouhodobé eliminaci těchto patogenů, což má pozitivní účinek na celkové zdraví člověka.

PIJU, PIJEŠ, PIJEME

Ať už panují vedra nebo je psí počasí, máme pro vás dobrou zprávu. Rodina našich sirupů se utěšeně rozrůstá. Výroba Rodinné manufaktury je díky sezóně plně vytížená, připravená na nápor letní žízně, která si i letos žádá delikátní bylinné a ovocné chutě.

Detailní popis všech nových sirupů, které vyrábíme, by vydal na katalog. Abychom se tomu vyhnuli, přinášíme malou ochutnávku těch ovocných, po kterých se pokaždé jen zapráší. Sirup z růže zmiňujeme na straně 12 a tomu levandulovému je věnován závěr tohoto magazínu. Mimo tyto perly si u nás můžete dopřát také limonádu na bázi okurkového nebo zázvorového sirupu, pro horké dny je vynikající bezový, s podzimem pak přijde vhod ořechový...

Dlouhá fronta čekatelů na tu správnou etiketu

V každé láhvi se promítá vysoký podíl ruční práce

... a pak už jen vychutnat plnými doušky

DRINKY

Někdy i my dospělí neví-me, co bychom si dali. Hlav-ně aby to bylo něco neotře-lého, nového, lahodného. Aby to mělo i nějaké volu-me, ale hlavně jde o kom-pozici. S radostí jsme pro vás dlooouze zkoušeli, míchali a ladili tuto novou čtveřici míchaných nápojů pro kategorii 18+. Že u toho bylo veselo, zdůrazňovat nemusíme. Přesně tako-vou atmosféru přejeme i vám a doufáme, že si ji také náležitě užijete...

MORGENLAND

Některá svítání bývají hodně jiskřivá. Zejména po předchozím bláznivém večeru. MORGENLAND, kde hlavní roli hraje náš levandulový sirup, pro-secco a další tajné ingredience, je typický drink na odchodnou, kdy se moudře pře-stává v nejlepším.

LAJKA

Lajka byla chytrá a obětavá fenka. Náš drink je osla-vou psího půkopnictví, které se nese až ke hvěz-dám. Je určen těm, kteří stojí nohama pevně na zemi, ale hlavou se občas toulají v oblacích.

BAZILIŠEK

Málokdo baziliška viděl na vlastní oči. Je totiž chytře maskován mezi listy ba-zalky. Ke spatření bývá až tak po třetí sklenici nápoje, který byl v Pasta&Café Ro-mana namíchán právě pro tento účel.

DON CARLOS

Carl Calvados z jablečné úrody našich organických sadů a mátový sirup z Ro-dinné manufaktury posu-nují zábavu dospělých na jinou úroveň. Don Carlos je ryze komunikační médium, po kterém se otevře i ten největší introvert.

VELKÉ KARLOVICE

VOLNÝ SBĚR BYLIN PRO NAŠI RESTAURACI

Když se řekne Velké Karlovice, většinou do povědomí intuitivně naskočí Doktor Martin. Jenže to je jen drobnost, malý vymyšlený příběh. Ty skutečné příběhy se odehrávají dnes a denně ve skrytu kopců, luk a za šumění větru mezi stromy.

Díky úsilí mnoha generací před námi se Velké Karlovice staly vyhledávanou lokalitou, která si doposud drží čistý vzduch a voňavé lesy. Místo je to ale také drsné, zejména v zimě. Někdy vítr s kvílením shodí vzrostlý smrk, jindy zase sníh odřízne obyvatele od okolního světa a do obchodu se dostanete jen na

topolovka růžová

sněžnicích. Naše paní šéfová Romana by o zavátých vlastencích vysoko v horách mohla dlouze vyprávět! A pak přijde jaro a za ním teplé letní měsíce, kdy je život až dětsky nevinný, vzdálené horské louky houstnou do podoby hustého kožichu a vánek jim čechrá vlny jako moře.

Loni na podzim jsme ukončili hospodaření ve Velkých Karlovicích, kde máme zázemí, sběrem švestek, jablek a hrušek, letos je sezóna zatím jen bylinková, ale zato v plném proudu. Na stráni pod lesem sbíráme kontryhel a mateřídoušku, kvést začíná topolovka růžová, ořechy nasazují ořechy a podle všech indicií usuzujeme, že bude všeho dost na celou zimu. Také zasazenému rakytníku se docela daří, ale než všech padesát rostlin vydá první plody, bude to ještě aspoň dva roky trvat. Z květnových kopřiv je už hotový sirup, který čeká na svou příležitost k ochutnání u nás v restauraci. Koneckonců, přesvědčte se sami...

Zveme vás na:

„Odpolední čaj z volného sběru“, který vám na přání můžeme uvařit od léta až do zimy.

Ledový čaj jsme ladili ve Velkých Karlovicích. Konečnou podobu přišla ochutnat i včelka Mája.

Nejen lidem chutná mateřídouška.

Budoucí ledový čaj z mateřídoušky. Na chladné dny je k dispozici rovněž horká varianta.

JAK KONZERVUJEME NAŠE SIRUPY?

Sirupy z Rodinné manufaktury Naturprodukt jsou unikátně konzervovány **přírodními silicemi.** Výhody jsou nasnadě. S tekutinou přijímáte pouze látky volně se vyskytující v přírodě, nic umělého. Kromě výrazného antimikrobiálního účinku navíc každá silična složka oplývá jedinečnou sadu biochemických vlastností, které různými způsoby **reagují s buňkami našich orgánů.** I když tyto mechanismy účinku nejsou zcela známy, byly prokázány **pozitivní účinky na zdraví.**

PASTA&CAFÉ ROMANA LIVE

U nás se pořád něco děje. Když skončí obědy, chystají se dezerty a roztápí se gril na odpoledne, jindy finišujeme s přípravou rodinné oslavy. A den najednou uteče, ani nevíte jak...

Polévka ze zralých rajčat je pověstná svou hustotou. Na povrchu krásně drží jak olivový olej, tak restované kousky bílého pečiva.

Francouzský větrník s karamelovou náplní, který u nás vyrábí cukrářská mistrová. Kdo by odolal?

Zrníčkové chlebíčky a na nich pomazánka z **čerstvé ricotty** a **červené řepy**... Samozřejmostí je jedlá bylinková přízdoba. Perla každého švédského stolu.

Naše **koláče** se staly **vyhledávanou pochoutkou, společně s** jablečným závinem, ovocným koláčem nebo Honzovými buchtami. Nyní i na objednávku...

"Když já nevím...?" To je nejen povzdech mnoha našich návštěvnic, ale také název lehkého dezertu a zároveň odpověď na otázku...

Páníček konečně **vybral dobrý podnik :-)**

Tagliatelle se sépiovým inkoustem, které vyrábíme v Rodinné manufaktuře, jsou atraktivní pro oko, ale hlavně poskytnou nevšední gastronomický zážitek.

Ořechy v zahradách nám zrají, ze síly jejich listů **chystáme sirup** a také základ čaje. Na Valašsku tradice, u nás čeká na objevení.

Pan doktor **Radim Uzel** si u nás pochutnal na domácích těstovinách a pak pravil, že tohle místo je jak **stvořené k psychologické podpoře léčby poruch plodnosti.** Rádi s ním souhlasíme.

Za každou snídaní je **naše Markéta** – dobrá víla, jejíž omelety se špenátem jsou pověstné!

Přišla jsem **zkontrolovat ty vaše snídaně!**

Jahodový dort s růží – pokušení, kterému se tak snadno podléhá.

Slepice z certifikovaného chovu naší paní šéfové se hlavně v létě činí. Však už jsme prozradili, že jim podstrojujeme také dobrotami z naší výrobny. Přijďte začít den třeba s **omeletou na základě domácích vajíček.**

RŮŽE,
K LÁSCE SCHŮDEČEK...

Moderní gastronomie také nedá na růži dopustit. Její jedlé květy jsou ozdobou i dezertem, jemný prášek ze sušených květů na šlehačkovém dortu vypadá skvěle a chutná ještě lépe, limonáda se sirupem z růže osvěží i povznese zároveň. Růže zkrátka chutná malým i velkým bez rozdílu.

Symbolem květomluvy je jednoznačně růže. K tématu jsme si přivoněli už na straně čtyři, ale je nasnadě, že jde o rostlinu tak pozoruhodnou, že si zaslouží trochu podrobnějšího náhledu. Růže nosí neoficiální titul královny květin pro svou vznešenost, vůni i vzhled. Je symbolem lásky, nevinnosti, krásy, vyznání i omluvy. Růže je zkrátka univerzální květina, jejíž pouhá přítomnost povzbudí nemocného a potěší zdravého.

Rozluštěné spisy dávných kultur zmiňují růži jako univerzální lék pro ochablou duši a unavené tělo. Koupele v růžové vodě, masáže vonnými růžovými oleji, pokrmy obalené v okvětních lístcích růže, to jsou jen nejčastější metody použití.

Dnes uctíváme růži jako zázrak fytomedicíny. Růže si umí poradit s horečkou, depresemi, nemocným srdcem a dokonce funguje i jako afrodiziakum. U nás v Pasta&Café Romana si ji můžeme dopřát ve formě čaje z okvětních lístků. Přímá konzumace čerstvých, chemicky neošetřených lístků má také své benefity při virózách, nachlazení, zánětu průdušek, přispívá k celkovému uklidnění, snížení horečky, očištění krve i posílení srdce a nervů.

V oblasti psychiky je růže vynikajícím terapeutickým nástrojem. Mužům umožňuje mít pod kontrolou ješitnost a hypertrofované ego, ženám dodává subtilní podmanivou energii, celkovou smyslnost a posiluje sebedůvěru. Vůně růže uvolňuje pocuchané nervy, zahání melancholii a deprese, navozuje dobrou náladu a celkově nenápadně povzbuzuje.

SLADKÁ RŮŽE MNOHO ZMŮŽE

Novinkou roku 2019 je kompaktní tandem sirupu z růže a marmelády s listy růže. Tak dlouho jsme ladili, až vznikly tyto skvosty, po nichž doslova baží všechny smyslové soustavy.

Růže je v základu jemná, ale ve skutečnosti silná a odolná. V sirupu vykazuje lahodnou subtilnost, zato marmeláda je mnohem hutnější a koncentrovanější. Ranní doušek vody s růžovým sirupem a pak čerstvý chleba s máslem a marmeládou s růží vytvoří začátek dne tak romantický, jak si jen člověk dokáže představit. Když tím ještě potěšíte někoho, kdo je vašemu srdci blízký, je požitek intenzivní dvojnásob.

NATURPRODUKT ŠVÉDSKÉ KAPKY

Snahy o zachování zdraví svépomocí za použití bylin nejen přetrvávají, ale mají stoupající tendenci. Čím dál více lidí je schopno si na základě jednoduché ekonomické rozvahy uvědomit, že prevence je vždy mnohonásobně levnější než následná léčba. Proto je síla působnosti švédských bylin soustředěna právě do oblasti předcházení chorobám, které můžeme s klidným svědomím souhrnně nazvat jako civilizační.

Bylinná švédská směs je logicky navržena cestou působení na trávicí trakt, z čehož můžeme očekávat sekundární a zejména pozitivní dopad na kondici celého těla. Těžit můžeme zejména ze synergického působení jednotlivých složek. Tady hraje velkou roli vzájemný poměr jednotlivých bylin. Proto není nutné je vyjmenovávat jednotlivě, protože každá má jiný účinek samostatně a jiný ve směsi s ostatními.

Mějme na paměti, že optimalizace systémů zapojených do trávení potravy a celkové látkové výměny je velmi choulostivá záležitost. Při použití běžných léčiv mnohdy nastane situace, kdy dojde k nápravě jednoho na úkor druhého. Mnoha lety vyzkoušená švédská bylinná směs oproti tomu doslova ladí celý systém současně, silná místa zachovává, slabá posiluje tak, aby všechny aspekty trávení a metabolismu probíhaly optimálně. Souhrnně můžeme tvrdit, že švédské byliny zachovávají zdraví, jsou bezpečné, vždy připravené k použití a prosté vedlejších účinků.

Oddech, zotavení a odpočinek po velkém pracovním nebo psychickém vytížení, po dlouhé nemoci či chirurgickém zákroku se nazývá rekonvalescence. Toto období je často doprovázeno únavou, nechutenstvím, slabostí. Vedle klidového režimu, zdravé, lehké stravy je v této fázi důležité optimálně podpořit lidské tělo posilujícím rostlinným přípravkem Švédské kapky. Pomohou organismu při regeneraci a při vylučování cizích látek z těla.

Švédský čaj je alternativou bez alkoholu. Chutná příjemně hořce a je vhodný zejména při obtížích s trávením. Zvyšuje tvorbu trávicích šťáv, brání nadýmání, pocitům tlaku a plnosti. Také povzbuzuje chuť k jídlu po nemocech, při užívání léků. Je vynikající pro seniory a oslabené osoby. Přináší úlevu u žaludečních vředů, po operacích, podporuje imunitní systém a psychickou kondici. Používá se jako elegantní digestivum po dobrém obědě v Pasta&Café Romana.

Long drink na bázi švédských kapek nijak nesnižuje jejich účinnost. Nejlepší je základ v pomerančovém džusu s kousky dužiny. To je pak radost v každém doušku.

Když se sejdou děti, je hned veselo. Někdy si malují, jindy sázejí bylinky. A pokaždé je radost jejich soustředěnou činnost zpovzdálí sledovat.

RELAXAČNÍ ZÓNA V PASTA&CAFÉ ROMANA

Zahrádka opečovávaná s radostí a pro radost vychází jako důstojná protihodnota k veškerému civilizačnímu dopadu. Tady se člověk uvolní a rozněžní, když vidí, jak rostlinky, piplané od semínka, hezky prospívají. O výpěstky samotné jde také, ale jsou jaksi sekundární. Důležitý je samotný proces pěstování. Cesta je cíl, jak zmiňují už dávné filozofie. Hledání nejlepšího hnojiva, substrátu, zdroje sazenic nebo semen. Zálivka, ochrana proti škůdcům a sdílení zkušeností, to je také silné sociální téma...

Se slovem zahrádka se ale váže i letní posezení v oblíbené restauraci. U nás jsme si přáli, aby zahrádka nebyla jen zastíněná asfaltová výheň v záboru rušné ulice. Měli jsme představu Zahrádky s velkým „Z“. Aby zahrádka byla něco, kde si člověk najde svůj kout, kde ho nebude rušit okolí, kde si najde kus času pro sebe, kde může vypnout a uvolnit se. Na takové zahrádce jsme celý rok i u nás v Pasta&Café Romana pracovali s cílem vybudovat klidné oddechové zázemí pro ty, kteří vlastní zahrádku zatím nezaložili. Terén, rozrytý po stavebních pracích, máme zatravněný, kolem se modrají záhony levandule, na nich bzučí včely a čmeláci, kvetou růže, šumí jezírko s rybkami, bylinky v truhlících voní, zkrátka nádhera nesmírná. Místo jako stvořené k meditaci nebo jen k příjemnému lenošení se sklenkou něčeho oroseného. Tady, na ostrově klidu uprostřed Havířova, je možno se aspoň na chvíli oprostit od běžné hektiky, srovnat si myšlenky, dočerpat kalorie i tekutiny, zkrátka se jen tak těšit ze života.

.....

Jezírko s rybkami a štikou je zejména pro děti lákavou atrakcí. Za všech okolností ale své děti nespouštějte z očí, uklouznutí a pád do vody může být dílem okamžiku.

.....

MARMØLAADY PRO TATÍNKY

Loni v létě jsme tak hezky psali o tom, jak se nám daří pěstovat exotické druhy chilli. A hle, týden se s týdnem sešel a máme tady něco, co jsme hezky v tichosti ladili a zkoušeli, až vznikla tato první čtveřice...

Dostává se vám do rukou zcela nový produkt z naší Rodinné manufaktury. Sám název by ho mohl klasifikovat jako pochutinu určenou výhradně gentlemanům, ovšem nejedna ostrá maminka, babička či prostá dívka si rovněž přijdou na své.

Zajímavostí je, že veškeré chilli zde použité pochází výhradně z naší vlastní produkce a je doslova odrazem žhavého slunečného léta 2018.

MARMØLAADY se výjimečným způsobem hodí zejména pro studenou kuchyni. Mimořádně si rozumí s veškerými uzeninami, tvrdými sýry, chlebíčky, tapas, topinkami s tatarákem a podobně. Ale ani ve společnosti přátel se MARMØLAADY neztratí, a to díky kapsaicinovým emočním činitelům, které povzbudí konverzaci a radost ze vzájemných prožitků. MARMØLAADY jsou ve výsledku moderním sociálním pokrmem, doslova toužícím po dalším a dalším sdílení.

MARMØLAADY pro tatínky v sobě soustředí výsledek dlouholetého zkoušení, mnohdy i za cenu nemalých osobních obětí. Ve finále jsou ale lahodnými kompozicemi, kde se ovocně navinulá chuť vzácného chilli snoubí s dalšími ingrediencemi, vystoupivšími z chuťového spektra s každým dalším soustem vždy v jiné podobě. Je dobré mít na paměti, že konzumace takovéto MARMØLAADY může být hodně návyková, zároveň však zcela bez vedlejších účinků. Dámy a pánové, kdo z vás to má?

S RAJSKÝM JABLÍČKEM:

MARMØLAADA pro tatínky s rajským jablíčkem je alkoholu prostá a je to jedině ku prospěchu věci. Společně s chilli TRINIDAD MORUGA SCORPION je vše absolutně nezaměnitelně dokonalé. Představte si domácí tyčinky grissini opletené plátkem uzené pancetty a bezostyšně vnořené do MARMØLAADY s rajským jablíčkem a poprášené strouhaným parmazánem. Vznik takovéhoto sousta je doslova malým zázrakem, o explozi chutí v ústech pak ani nemluvě.

S HRUŠKOU A RUMEM:

Po řádném uležení ve sklenicích předčil výsledek veškerá naše a snad i vaše očekávání.

Nekompromisní chilli je zde ukázněno hruškou do snesitelných mezí, aniž by docházelo k rezignaci krčních mandlí, odlupování sliznic jazyka nebo flambovacímu efektu na rtech.

Přesto všechno je ale třeba mít na paměti, že se pořád jedná o odrůdu Naga Morich, chilli, které Indům desinfikuje útroby po pravidelných doušcích z posvátné řeky Gangy. Empirie nás přesvědčila, že k hruškové MARMØLAADĚ jsou vynikající kvalitní tvrdé sýry s vyšším obsahem tuku typu Halbfett nebo Watles.

S DÝNÍ A PORTSKÝM:

Dýně hokkaidó si nachází stále větší oblibu v českých kuchyních, zejména co se týče hutných polévek a lahodných omáček.

Vytvořit z ní ale lahodně nabroušený dezert, to byl docela oříšek. Původní obecně nevýrazná chuť dýně je doplněná lehce nahořklým pomerančem, sladkým ananasem a nakonec vystřelena do extatické podoby středně pálivým žlutým chilli s názvem FATALII.

Sametové konzistence je dosaženo právě jednotlivými poměry základních surovin a přesně stanovenou dobou šetrné tepelné přípravy. Jako mírný konzervant a další chuťový booster zde slouží alpská sůl a silné portské víno. Vynikající k tortilovým chipsům, uzené krkovici a ementálu.

S ČERVENOU ŘEPOU A CARL CALVADOS:

Nezaměnitelná zemitost je charakteristickým rysem červené řepy.

Ve vyvážené kupě se šťavnatým červeným jablkem a zejména jedním z nejpálivějších a nejchutnějších chilli vůbec – TRINIDAD MORUGA SCORPION – vznikla romanticky vražedná kombinace, lehce zakulacená přídavkem originálního destilátu Carl Calvados.

Ideální dávkovací náčiní je obyčejná kávová lžička, větších nástrojů pro tuto MARMØLAADU rozhodně netřeba. Zkušenosti výrobce hovoří o vynikajícím partnerství této MARMØLAADY s delikátně kořeněnou tyrolskou šunkou.

JABLEČNÝ MOŠT
RADOST V KAŽDÉM DOUŠKU

Loňská úroda jablek byla rekordní, až jsme z toho jednu chvíli měli bolení hlavy. Ale všechno se nakonec zvládlo: vyráběli jsme džemy, kompoty i pálenku Carl Calvados. Největší množství ale bylo moštu. Mošt z jablek, to je skutečná tradice a pravá jablečná esence, plná chuti, která hasí žízeň, povzbuzuje mozek, čistí cévy i střeva, snižuje krevní tlak a vůbec je moc dobrá v každém ohledu. V zimě je nejlepší horký s trochou skořice a citronem, v létě s ledovou tříští a snítkou máty. Vpravdě snad není nikdo, komu by chuť moštu přišla fádní nebo laciná. Jablečný mošt chutná každému už od dětství, aniž by zde na místě bylo slovo retro.

Jablečný mošt je už od podzimu v nápojovém lístku naší restaurace Pasta&Café Romana. Pochází z našich sadů, jablka jsme si trhali sami a pak i lisovali ve spřátelené moštárně. Žádná míchaná směs neznámého původu, jen kontrolované hospodářství s deklarovaným původem, kde nikdy nebyly použity pesticidy. Výsledek je prostě famózní a určitě stojí za ochutnání. Následná radost ze života je příjemnou nadstavbou, která přichází pozvolna a docela dost dlouho se drží. Fajne, no ni?

Naše babičky sterilovaly jablečný mošt do lahví a uchovávaly na zimu. My jsme zachovali stejný postup, jen ty lahve nahradil pevný obal z polyetylenu, opatřený patentovaným uzávěrem, který dovnitř nepustí vzduch, a obsah tím pádem vydrží déle i bez konzervantů.

Na zdraví!

RYNEČEK
NOVINKY ANEB CO CHCETE „NAKRAT“?

Sirupy, zavařeniny, džemy, medy, nudle, ořechy, semínka, uzeniny, sýry, vína a ještě mnoho dalšího najdete už téměř dva roky v našem Rynečku. Když dostanete chuť třeba na dobrou šunku nebo sýr, určitě se dočkáte otázky: „Kolik toho chcete nakrat?“ Už jen z té prosté věty víte, že jste vlastně tak trochu doma, na místě, kde to dobře znáte a kde si lidé navzájem rozumějí.

Od počátku jsme počítali s přátelskou a domácí atmosférou, kde úsměv a dobrá nálada jsou víceméně standard. Takovou filozofii jsme se rozhodli přenést i do virtuálního prostoru našeho e-shopu www.ryneceknatur.cz Tam jsme se otevřeli i pro ty, kteří by rádi nakupovali z pohodlí domova kdykoli, třeba o půlnoci – naše kamenná prodejna totiž ve všedních dnech zavírá již v 18 hodin.

Na našem webu si nejen pohodlně nakoupíte, ale také se můžete kupříkladu dozvědět něco bližšího i o našich dodavatelích. Mezi námi, jsou to docela pozoruhodné podnikatelské příběhy, na které za běžného kamenného provozu Martina, Zuzka ani Carol nemají prostor. Také vás budeme formou blogu pravidelně informovat i o novinkách v oboru, zajímavostech a postřezích, které rozhodně stojí za uveřejnění a sdílení.

FACEBOOK.COM/RYNECEK.HAVIROV

Tady najdete nejen vynikající uzeniny, ale také to ostatní, po čem jen mohou chuťové pohárky prahnout...

Vždycky je z čeho vybírat, nejen tato vitrína Rynečku je nabita dobrotami.

PŘÍBĚH LEVANDULE

Levandule, s pověstí skromné byliny, umí klamat tělem. Čím víc ji člověk pozoruje, tím víc žasne. Okouzluje vůní i vzhledem, ve druhém plánu skrývá subtilní síly, které jí samotné pomáhají v suchém a horkém podnebí přežít a člověku prospívají. Aby byly objeveny a mohly se plně rozvinout, je nutno tuto krásnou a skromnou rostlinu z oblasti Středomoří a francouzské Provence nechat vykvést a sklidit za plného květu, pomalu usušit ve stínu a pak zpracovat na kosmetiku, esenciální oleje, voňavé dekorace, čaje, zavařeniny, sirupy a já nevím co všechno. Věděli jste, že slavná Eau de Cologne (kolínská) má základ právě v levanduli?

Levandule – mimochodem, existuje až čtyřicet jejích druhů – je také vynikající odpuzovač obtížného hmyzu, koneckonců stačí se pozorně dívat třeba na legendární film Dobrý ročník. Také pro dobytek učinila příroda levanduli nepoživatelnou nebo alespoň nechutnou, tudíž nehrozí, že by se do lánů levandule chodily pást krávy, divočáci nebo vysoká. Rostlina sama je tak nabitá těkavými oleji, že se může v suchých vedrech i sama vznítit.

Levandule se původně pěstovala zejména v blízkosti prádelen, její sušená směs fungovala při hubení hmyzu a také proti blechám a vším. Jako léčivá bylina byla levandule využívána při křečích, mdlobách, obrně, vodnatelnosti a některých chronických onemocněních. Chemický (takzvaný nardový) olej získávaný z levandule byl odjakživa považován za velice silný a vždy se doporučovalo používat jej s maximální opatrností.

Co se pěstování levandule týče, z praktického hlediska je nejkvalitnější levandule lékařská (lat. Lavandula angustifolia).

Chvilka poezie

SONNET DE LAVANDE nombre 69

Dívky drobné kráčí polem
Sukně vlají nad koleny
Levandule vůně ženy
Vůně sytá všude kolem

Včelí křídla plná lesku
Symfonie věčné píle
Zdolávají modré míle
Z květu na květ tempem blesku

V řádcích dívky splývající
Nekonečno v blankytu
Blaží ducha, těší tělo

Léto květy líbající
Od ranního úsvitu
Jen lenošit by se chtělo...

(Z francouzského originálu básně Maurice deFérigny volně přeložil Milivoj Běsný)

RECEPT

Levandulová limonáda

Přiveďte k varu 3 hrnky vody a nechte chvíli vychladnout. Touto vodou zalijte sušenou levanduli a přidejte med. Nechte louhovat asi 20 minut. Šťávu sceďte. Přilijte citronovou šťávu a zbylou vodu, dobře promíchejte. Dejte vychladit a podávejte ve džbánku nebo karafě. Sklenice můžete ozdobit plátky citronu. Levandulová limonáda nebude mít jasně fialovou barvu. Pokud chcete, můžete ji pro lepší dojem obarvit přírodním barvivem nebo ji ozdobit větvičkou levandule.

Pokud nebudete mít možnost nebo trpělivost si vyrobit levandulovou limonádu doma, stavte se k nám, do Pasta&Café Romana nebo do Rynečku. Nachystáme vám limonády, kolik budete chtít, nebo si můžete pořídit sirup z levandule, který podle původní receptury vyrábíme v naší Rodinné manufaktuře.

- uklidnění psychiky, nespavost
- nervová slabost
- migréna
- nadýmání
- jaterní potíže
- katar průdušek, zánět průdušek, bronchitida
- bolesti svalů (po namožení apod.)
- revma, revmatoidní artritida, revmatismus
- infikované rány a povrchové záněty kůže

ZDRAVÍ ZAČÍNÁ V ÚSTECH

Paradontóza má mnoho podob, **krvácení dásní** může být jen jedním z příznaků.

GLUCADENT+ AKTIV:

- ✓ **snižuje krvácivost dásní**
- ✓ **protizánětlivý účinek**
- ✓ **antimikrobiální účinek**

ČESKÝ výrobek

GLUCADENT aktiv

NEJSILNĚJŠÍ STAHUJÍCÍ ÚČINEK *

ČESKÁ MEDICINÁLNÍ ŘADA PRO ÚSTNÍ HYGIENU GLUCADENT **PRO VÁŠ ZDRAVÝ ÚSMĚV**

www.glucadent.cz

Natur Produkt

* z produktů řady Glucadent+

zubní pasta Glucadent+
pro dlouhodobou hygienu dutiny ústní

ústní voda Glucadent+
pro každodenní rozšířenou péči

ústní voda Glucadent+ DENTIO
pro akutní stavy a záněty

zubní prášek Glucadent+
se zvýšenou abrazivitou pro jemné bělení