magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz
O výživě 21. 12. 2012 | dpe

Už babičky pekly bez vajec

URL článku: magazin/clanky/o-vyzive/Uz-babicky-pekly-bez-vajec__s10010x7489.html

Vánoční jídla našich babiček nebyla všude stejná. Podle prostřeného stolu bylo poznat, zda jste v rodině boháče či nuzáka. Vždy ale muselo být devět chodů.



Proč devět? „Naši předci věřili, že **devítka je číslem dokonalosti**,“

vysvětluje Bohunka Krámská ze Severočeského muzea v Liberci. Ale nebylo jídla přece jen příliš? „Možná bylo, ale protože naše babičky a dědové měli celoročně nedostatek potravy a dosyta se najedli až o Vánocích, nikomu nadmíra pokrmů neuškodila. Obzvláště, když byly zásadně zdravé," dodává Bohunka Krámská.

Na Vánoce prosná kaše

„Mezi chudým lidem a boháči byl obrovský rozdíl," zdůrazňuje Bohunka Krámská. „Například chudí lidé v Liberci měli zejména houbové jídlo, tedy to, co si sami nasbírali v lese. Na turnovsku se mimo jiné podávalo makové mléko, do kterého se lámala vánočka." Hodně dlouho se držel zvyk jíst prosnou kaši. **„Věřilo se, že proso přináší peníze, a tak, i když lidem kaše moc nechutnala, kvůli penězům ji jedli o Štědrém dnu i na Nový rok."**

S kaprem i bez...

Co kraj, to jiný zvyk. Dokazuje to i občasník, který redakci věnoval ředitel Regionálního muzea v Kolíně Vladimír Rišlink. Jsou v něm shromážděny recepty i svědectví o tom, jaké byly především ve středních Čechách tradiční vánoční pokrmy. Někde je možné vidět hned tři chody s rybou (rybí polévku, rybu na modro nebo na černo s knedlíkem a zelím, rybu pečenou s kompotem), jinde

naopak ani rybí kůstku neolízli… Ani **vánočka nebyla všude stejná. Kde nebyly vejce, pekla se bez nich.** Jak? Tady je recept z „občasníku“.

Potřebujete:

60 g tuku
100 g cukru
50 g hrubé mouky
100 g vařených brambor
20 g droždí
500 g hladké mouky
mléko dle potřeby, může být 1 žloutek na potření

Postup práce:

1. Do mísy prosejeme mouku, přidáme uvařené a ustrouhané studené brambory, hrubou mouku, prosetý cukr, rozpuštěný tuk, vykynutý kvásek a vlažné mléko dle potřeby.
2. Vypracujeme tuhé těsto, necháme dobře vykynout a upleteme z něj vánočku.
3. Tu necháme opět kynout, můžeme potřít žloutkem a ve vyhřáté troubě upečeme.

Takovou pochotku si samozřejmě o svátcích můžeme dopřát. Jindy bychom však měli mít na paměti, že péct je vhodnější z celozrnné mouky a ubrat třeba na cukru. Namísto toho můžete přidat třeba strouhané oříšky či mandle.

Copyright © 2024
Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz