

Malá multikultúrna kuchárka

**Zostavila
PhDr. Jarmila Strelková, CSc.**



Vážení čitatelia,

táto útlá zbierka receptov vám má ukázať kulinárske tradície oblasti Vysokých Tatier. Tak ako výber miesta konania medzinárodnej konferencie Kultúrna animácia euroobčianstva v miestnej kultúre (Štrbské Pleso, 11. – 12. júla 2008), ani výber gastronomickej animácie do tohto projektu nebol náhodný. Táto oblasť poskytuje bohaté tradície medzikultúrnej výmeny obyvateľstva, ako aj model vzájomného spolunažívania viacerých etnických skupín na rôznych úrovniach a rôznom stupni interaktívnej výmeny etnokultúrnych návykov a tradícií, ktorá sa prejavuje aj v gastronómii.

V rámci medzikultúrneho ovplyvňovania sme nebrali do úvahy turistický ruch a s ním spojený pohyb obyvateľstva v rámci SR, ani medzinárodný cestovný ruch, ktorý bol v minulosti i súčasnosti v tejto časti krajiny veľmi aktívny a výrazne ovplyvňuje gastronomicкую ponuku najmä v hoteloch, ubytovniach a verejnom stravovaní. Tá sa musí prispôbovať turistickej klientele a jej požiadavkám. Predstavuje vlastne svetovú gastronomicкую ponuku obohatenú o miestne špeciality. Ovplyvňovanie je obojsmerné, pretože modifikuje gastronomické zvyklosti miestneho obyvateľstva. Najmä preto, že väčšinou miestni obyvatelia zabezpečujú služby pre turistickú a návštevnícku klientelu.



Eliminovali sme súčasné svetové gastronomické trendy, ako aj ponuku jedál rýchleho občerstvenia, dostupné prakticky všade v rozvinutom svete. Nebrali sme do úvahy ani všetky kultúrno-historické faktory, ktoré sa dotkli a ovplyvnili vývoj gastronómie tohto územia v celom historickom kontexte, pretože sme sa zamerali na posledných cca dvesto rokov.

Naším cieľom nebolo podať gastronomický rozbor stravy v danom teritóriu, ale ukázať pestrosť gastronomickej ponuky miestneho obyvateľstva, odzrkadľujúcej sa v štruktúre domáceho jedálneho lístka bežného obyvateľstva, každodennej či sviatočnej potravy a výživy miestnej komunity.

Vyšli sme zo základnej etnickej skladby obyvateľstva v tejto oblasti, ktorá sa, samozrejme, vzájomne premiešavala. Dnes už je veľmi ťažko striktno stanoviť jednotlivé etnické gastronomické špeciality. Skôr vychádzame z národných kuchýň jednotlivých národov a národností a existencie tejto ponuky a jedál v tejto lokalite. Vybrali sme sedem okruhov etnicity miestneho obyvateľstva ako predstaviteľov kulinárskych tradícií oblasti Vysokých Tatier. Všetky sú doteraz živé, odzrkadľujú sa v gastronomických zvyklostiach. Multikultúrny teritoriálny základ územia dáva predpoklad bohatosti kulinárskej ponuky miestnych špecialít a gastronomických lahôdok.

Pri tvorbe miestnych kuchárok či tvorbe receptúr miestnych špecialít odporúčame zaoberať sa gastronomickými špecialitami jednotlivých obcí, osád, miestnych či mestských častí, pretože regionálne kulinárske špeciality sú iba istým zovšeobecnením miestnych stravovacích návykov. Naozaj zaujímavé a špecifické sú práve lokálne gastronomické zvyklosti a stravovacie návyky. Osobitne zaujímavé sú rodinné receptúry



jednotlivých rodín. Takže to isté jedlo môže mať rôzne špecifiká prípravy aj v jednej obci. Najmä odchýlky v príprave či špecifických ingredienciách obohacujú miestnu ponuku. Práve odchýlky v receptúrach mávajú často etnický pôvod majiteľky či majiteľa receptúry alebo jeho iný regionálny pôvod. Udržiteľom miestnych, niekedy rodinných receptúr je skôr stredná a staršia generácia. Pôvodné receptúry sa však často modifikujú a upravujú, najmä vzhľadom na zdĺhavosť prípravy, množstvo použitých ingrediencií, racionálnu výživu, nové stravovacie návyky hlavne mladej generácie, ekonomickosť či nutričnú hodnotu jedla, nové technické možnosti prípravy jedál a pod. Tieto modifikácie receptúr sa objavujú aj v gastronomickej ponuke veľkých verejných stravovacích zariadení či malých rodinných penziónov. Napriek tomu, že my vám k tejto vzorke receptov neponúkame diskkrétne či menej diskkrétne rodinné príbehy súvisiace s prípravou týchto jedál a zvyklosťami pri príležitostiach, keď sa zvyčajne ponúkali, pri každej gastronomickej animácii je možné prezentovať tieto informácie dokresľujúce miestny kolorit a zvyklosti.

Osobitne ďakujeme pánom Petrovi Žiškovi, riaditeľovi hotela FIS na Štrbskom Plese, Františkovi Turekovi, šéfkuchárovi hotela FIS, ako aj pani Ľubomíre Očenášovej z Miestneho úradu v Štrbe, ktorí boli nápomocní pri tvorbe tejto Malej multikultúrnej kuchárky (obce Štrba a oblasti Vysokých Tatier). Pán František Turek je viceprezidentom Slovenského zväzu kuchárov a cukrárov v Bratislave a zároveň predsedom Tatranského klubu SZKC, je členom realizačného tímu, ktorý pripravuje kuchárov na svetový pohár EXPOGAST v Luxembursku a IKA olympiádu kuchárov v Erfurte. S reprezentačným tímom



na svetovom pohári získal strieborné medaily a na olympiáde bronzové medaily, za čo mu minister hospodárstva udelil titul Majster kuchár (2004). Na návrh komisie Gurman Awards mu bol udelený titul Kuchár roka 2005 za prínos v slovenskej gastronómii.

Veríme, že tieto jedlá vám budú nielen chutiť, ale pri ich príprave si vždy spomeniete na príjemnú atmosféru tejto medzinárodnej konferencie a najmä na myšlienky, ktoré mala sprostredkovať. Všetky recepty patria do európskej kuchyne a sú a budú našou spoločnou devízou, naším gastronomickým bohatstvom a zároveň naším kultúrnohistorickým zástojom v Európe. Naše gastronomické dedičstvo nás dobre a chutne nasýti a pri spoločnom stole s našimi hosťami nám pripomenie, kto sme, odkiaľ pochádzame a kam smerujeme. Veď vyznávame spoločné hodnoty a tie nás zblížujú.

Dobrá chuť, Európania!

Realizátori projektu



Recepty zo Štrby



Zavárance

- 500 g zemiakov
- 300 g hrubej múky
- soľ

- 1. rozpražené maslo
- 2. opražená slaninka a bryndza
- 3. mletý mak s cukrom a opražené maslo
- 4. škorica a opražené maslo
- 5. postrúhaná mrkva a opražené maslo

Zemiaky očistíme, nakrájame na kocky a varíme v takom množstve slanej vody, aby boli zaliate.

Do dobre uvarených zemiakov vsypeme múku a necháme pár minút zovrieť. Vodu scedíme a v hrnci vymiesime zemiakové cesto, ktoré vyberáme drevenou lyžicou na dosku. Z trocha vychladnutej masy odtrháme prstami kúsky do misy a zalejeme opraženým maslom, alebo premiešame s bryndzou a opraženou slaninkou alebo na sladko s makom a opraženým maslom, škoricou a opraženým maslom, alebo postrúhanou mrkvou s cukrom a opraženým maslom.

Podávame s mliekom ako hlavné jedlo.



Žufka

- 2l domáceho kyslého mlieka
- soľ
- cukor
- ocot
- sladká smotana
- múka

Mlieko pomaly zohrievame, až kým sa neurobí mäkký tvaroh. Tvaroh pozbierame a necháme vychladnúť. Do srvátky urobíme zátrepku v sladkej smotane alebo mlieku. Necháme zovrieť, pridáme podľa chuti soľ, cukor, ocot a nakoniec ochladený tvaroh.

Vhodné aj ako diétne jedlo.



Obrezky zahustené mrkvou

- 500 g baranieho mäsa orezané z rebier
- 250 g mrkvy
- 250 g zemiakov
- soľ
- cesnak

Mäso nakrájame na kocky, posolíme, ocesnakujeme a dáme dusiť do hrnca. Keď je mäso polomäkké, pridáme nadrobno nakrájanú mrkvu a očistené a pokrúpané zemiaky. Podľa potreby podlievame vodou alebo baraním vývarom, až kým sa všetko udusí.

Podávame s chlebom alebo zo zemiakmi varenými v šupke.



Čirik

- 1,5 l vody
- 4 veľké zemiaky
- hrubá múka
- soľ

- 1. sladké mlieko
- 2. kyslé mlieko
- 3. opražená slaninka
- 4. udusené baranie odrezky

Zemiaky uvaríme domäkka v slanej vode. Popučíme ich a za stáleho varenia vmiešame múku, aby masa bola hustejšia ako polievka. Do čiriku pridáme sladké mlieko alebo kyslé mlieko, opraženú slaninku alebo baranie odrezky.





Recepty **slovenskej** **kuchyne**



Gazdovský prekladanec

- údená krkovička
- pliecko
- klobása
- slanina
- kapusta

Na tuku opečieme klobásu, slaninu – vejárik. Na udusenej kapuste striedavo prekladáme údenú krkovičku, pečené pliecko, slaninu a klobásku. Polejeme výpekou z opečenej slaniny a podávame.



Bačova pochúťka, strapačky

- bravčová krkovička
- soľ
- korenie
- rasca
- cesnak
- vegeta
- olej

Bravčovú krkovičku nakrájame na porcie (150g), osolíme, okoreníme, pridáme grilovacie a farebné korenie, rascu, sušený cesnak, vegetu a marinujeme v oleji minimálne 6 hodín. Marinované porcie pečieme – grilujeme v konvektomate cca 45 minút a podávame s kapustovými strapačkami.



Grilovaný oštiepok

- oštiepok
- zelenina
- cesnakový dressing

Oštiepok nakrájame na 50-g plátky a prudko opečieme na grile. Podávame so zeleninovou oblohou a poliate cesnakovým dressingom.



Recepty rómskej kuchyne



Čapati – cigánsky chlieb na indický spôsob

- 350 ml celozrnnej múky
- 1/4 lyžičky soli
- 3 lyžice oleja
- 115 ml vody

Do nádoby dáme múku a soľ, dobre premiešame. Prilejeme olej a znova poriadne premiešame. Postupne pridávame vodu a vmiešame ju do cesta. Cesto dobre vymiesime. Vyrobíme z neho guľu, jemne ju potrieme olejom, aby nevyschla, necháme ju na 15 – 20 minút odstáť. Guľu rozdelíme na 9 menších guľôčok, približne veľkosti golfovej loptičky. Trošku posypeme múkou a guľôčky vyvalkáme na tenké placky. Zohrejeme teflonovú panvicu (pričom elegantne ignorujeme všetky varovania výrobcu panvice, podľa ktorých sa prázdna panvica nemá zohrievať). Keď je už poriadne horúca, vložíme prvé čapati a začneme piecť. Asi po pol minúte sa cesto začne nadúvať. Teraz prichádza hra s jedlom – aby sa pekne nadula celá placka, začneme objavujúce sa hrbole jemne stláčať, aby sme vzduch pretlačili aj inam. Placky pečieme asi minútu na každej strane a potom vyberieme z panvice, kde zase splasnú. Potrieme maslom a podávame k indickému jedlu.



Cigánska pečienka

- 4 rezne z bravčovej krkovičky
- 2 strúčiky cesnaku
- 1/2 lyžičky soli
- mlieko
- olej na vyprážanie

Bravčové rezne naklepeme, potrieme prelisovaným cesnakom rozretým so soľou a ponorené v mlieku na 4 až 6 hodín odložíme do chladničky. Pred vyprážením necháme odkvapkať. Vyprážame v horúcom oleji z oboch strán. Podávame s chlebom, horčicou, prípadne kyslou uhorkou a so zaváraným feferónom.



Paniu polievka

- 2,5 litra plnotučného mlieka s krátkou trvanlivosťou
- 1 vínový pohár bieleho vínneho octu
- čerstvá čili paprička
- čerstvý koriander
- hrubozrnná soľ
- olivový olej

Mlieko dáme do hrnca a postavíme na oheň. Počkáme, kým začne po okrajoch „bublinkovať“ a pridáme vínny ocot. Varíme, pokým sa mlieko nezačne zrážať. Vyzrážané mlieko nalejeme do cedidla a necháme asi pol hodiny odkvapať. Keď syr stuhne, na panvicu dáme olivový olej a syr z oboch strán opražíme dozlatista. Polejeme olivovým olejom a posypeme hrubozrnnou soľou. Čili papričku a koriander posekáme a pridáme k syru.



Recepty židovskej kuchyne



Pita

- 0,5 kg polohrubej múky
- 0,5 kg hladkej múky
- 1 balíček suchého droždia
- 1,5 lyžičky soli, teplá voda

Ingrediencie vymiešame, aby vzniklo trochu tuhšie cesto, ktoré sa nelepí. Necháme kysnúť aspoň 30 minút. Cesto vymiesime a vyformujeme 12 – 15 guľôčok, ktoré silou stláčame a tvarujeme. Guľôčky necháme odstáť na bavlnenej plachte či utierke približne 15 minút. Rúru predhrejeme na 260 stupňov. Taktiež predhrejeme plech, kde sa pita bude piecť. Z guľôčok vyvalkáme placky a opäť necháme odstáť, kým povrch mierne obschne a s plackami sa dá ľahšie manipulovať. Aby sa správne upiekli, nesmú sa pri prekladaní poškodiť. Placky uložíme na papier a s papierom vkladáme do rúry na predhriaty plech, ktorý je úplne na spodku rúry. Pečieme, kým pita napuchne – cca 4 minúty. Potom otočíme a pečieme 2 minúty na druhej strane.



Pesach menu II

– Matzo guličky

- 4 vajíčka (oddelené žĺtky a bielka)
- 4 pl vody
- 4 pl oleja
- 1/2 lyžičky soli
- 1/4 lyžičky mletého čierneho korenia
- 1 hrnček macesovej múky
- 1 lyžička sódy bikarbóny

Mixérom vyšľaháme bielky do peny. V ďalšej nádobe vidličkou vymiešame žĺtka s olejom a vodu. Macesovú múku zmiešame s korením, sódou a soľou. Jemne do bielkov pridávame žĺtka a múku a vymiesime jemné cesto. Prikryjeme a dáme do chladničky na 0,5 hodiny. V hrnci necháme zovrieť vodu, môžeme pridať vývar zo slepačej polievky. Mokrými rukami formujeme guľôčky veľkosti vlašského orecha a kladieme do vriacej vody. Hrniec prikryjeme a necháme na malom ohni vrieť 0,5 hodiny, neodkrývajúc pokrievku. Podávame so slepačou polievkou.



Marocké kura

prísady pre 4 osoby:

- 400 g kuracích prs
- olivový olej
- cibuľa
- 2 strúčiky cesnaku
- 1 lyžička mletej rasce
- 1 lyžička mletého koriandra
- kúsok celej škorice
- 300 g cukety
- 400 g paradajok
- 200 ml zeleninového vývaru
- 250 g kuskusu
- 200 g hrášku
- 1 konzerva cícera
- soľ a mleté čierne korenie

Mäso pokrájame na kúsky, cibuľu a cesnak nakrájame nadrobno. Na oleji opečieme mäso, cibuľu aj cesnak, pridáme rascu, koriander, škoricu, soľ a čierne korenie. Cuketu a paradajky nakrájame, pridáme k mäsu a spolu s vývarom asi 5 minút varíme. Kuskus zalejeme 400 ml vriacej vody, pridáme 1 pl oleja, prikryjeme a 5 minút necháme odstáť. Do kuracej zmesi pridáme cukrový hrášok a cícer, varíme ďalších 5 minút a občas premiešame. Do kuskusu pridáme trochu panenského olivového oleja a zrnká rozdelíme. Naložíme na tanier a môžeme posypať petržlenovou vňaťou.



Recepty nemeckej kuchyne



Bravčové koleno s kyslou kapustou na víne

- 1 veľké bravčové koleno
- 600 g kyslej kapusty
- 1 cibuľa
- 50 g šunky
- 1 pohár bieleho vína
- 20 g masti
- ocot
- čierne korenie
- soľ

Z bravčového kolena odrežeme kožu, koleno posolíme a upečieme domäkka. Jemne nakrájanú cibuľu rozpražíme na masti, pridáme dobre odkvapkanú pokrúpanú kyslú kapustu, podlejeme ju vínom a dusíme pod tesne priliehajúcou pokrievkou domäkka. Nakoniec pridáme šunku pokrúpanú na kocky. Mäkkú kapustu trochu okoreníme, posolíme a podávame s pečeným kolenom a varenými zemiakmi.



Teľacia pečeň na berlínsky spôsob

- 4 plátky teľacej pečene
- 2 lyžice oleja
- 20 g masla alebo tuku
- čierne korenie
- 2 jablká
- 200 g cibule
- hladká múka
- soľ

Teľaciu pečeň odblaníme, na okrajoch narežeme malými zárezmi, jemne naklepeme, okoreníme a obalíme v múke. Rezne vložíme na rozohriaty olej, opečieme z oboch strán tak, aby boli vo vnútri ružové (nie krvavé), vyberieme a uložíme na teplé miesto. Jablká olúpeme, guľatým vykrajovačom odstránime jaderník, nakrájame na mesiačiky a podusíme z oboch strán na masle alebo na tuku. Na tuku od opekej pečene podusíme cibuľu pokrúpanú na tenké plátky. Pečeň osolíme, nakladáme na tanieri, obložíme cibuľou a jablkami a podávame s popučenými zemiakmi a so zeleninovým šalátom.



Jablká vyprážené v cestíčku

- 4 jablká
- škoricca
- cukor
- tuk na vyprážanie

Cesto:

- 150 g hladkej múky
- svetlé pivo
- 1 žltok
- 2 bielka
- 1 lyžica cukru
- soľ

Jablká olúpeme, vykrojíme jaderník a nakrájame na kolieska hrubé jeden centimeter. Ponoríme ich do cestíčka, vypražíme z oboch strán na tuku, vyberieme a posypeme cukrom zmiešaným so škoricou. Môžeme ich tiež podávať s vínnou penou alebo s vanilkovým krémom.

Príprava cesta: múku, žltok, cukor, soľ a pivo rozšľaháme na stredne husté cestíčko a necháme ho stáť pol hodiny na teplom mieste. Pred použitím do neho ľahko vmiešame tuhý sneh z bielka.



Recepty polskiej kuchyne



Poľský bigos

- 400 g hlávkovej kapusty
- 400 g kyslej kapusty
- 500 g bravčového mäsa s kosťou
- 100 g údeného bôčika
- 200 g salámy
- polovicu pohára bieleho vína
- 40 g tuku
- kúsok cibule
- majorán
- bobkový list
- mletá paprika
- čierne korenie
- soľ

Opláchnuté bravčové mäso posolíme a dusíme na nadrobno pokrájanej, na tuku spenenej cibuli. Hlávkovú kapustu nakrájame na kocky, posolíme, podlejeme trochou vody a varíme bez pokrievky do polomäka. Oddelene uvaríme takmer domäkka kyslú kapustu. Hlávkovú kapustu a kyslú kapustu scedíme, pridáme k takmer mäkkému mäsu, všetko zalejeme vínom, pridáme na kocky nakrájaný a opražený bôčik, na kocky nakrájanú salámu a premiešame. Bigos môžeme tiež zahustiť svetlou zápražkou. Posolíme, okoreníme a podusíme na malom plameni. Mäso nakrájame na porcie, prehrejeme ho v kapustovej zmesi a podávame s varenými zemiakmi alebo s chlebom.



Varšavské kutle (držky)

- 1 kg držíek
- 150 g koreňovej zeleniny
- 30 g hladkej múky
- vývar
- 70 g masla
- muškátový orech
- zázvor
- majorán
- petržlen
- soľ

Dobre očistené kutle zalejeme studenou vodou, privedieme do varu, scedíme, zalejeme teplým vývarom, posolíme a uvaríme domäkka. Očistenú zeleninu nakrájame na kocky, pridáme kúsok masla a podusíme domäkka v troške vody. Mäkké kutle nakrájame na knedličky dlhé asi 4 centimetre. Z masla a múky pripravíme svetlú zápražku, zalejeme ju troškou vývaru z kutle, rozšľaháme a dobre povaríme. Do omáčky pridáme zeleninu, kutle, korenie, soľ a povaríme. Pred podávaním posypeme nadrobno nasekaným petržlenom.



Mazurek s čokoládovou polevou

- 250 g hladkej múky
 - 120 g margarínu
 - 2 žĺtky
 - 100 g práškového cukru
 - smotana
 - 1/2 balíčka kypriaceho prášku
 - kúsok bielka
- Poleva:
- 150 g práškového cukru
 - 1 dl mlieka
 - 10 g masla
 - 20 g kakaa
 - sóda

Na dosku preosejeme múku s cukrom a kypriacim práškom, pridáme nadrobno nakrájaný margarín a premiešame. Potom pridáme žĺtky a smotanu, rýchlo spracujeme na tuhé cesto a rozdelíme na tri diely. Dve tretiny cesta rozvalkáme do tvaru obdĺžnika, preniesieme ich na plech, okraje rovno zarežeme a potrieme bielkom. Preložíme (nakladíme naň)ho pásikmi vyvalkanými z tretiny cesta a mierne pritlačíme, aby sa dobre prilepili. Mazurek upečieme v dobre vyhriatej rúre. Vychladený mazurek polejeme čokoládovou polevou a môžeme ho ozdobiť višňami alebo kandizovanou pomarančovou kôrou.

Príprava polevy: Do horúceho mlieka pridáme cukor a dve lyžice sódy. Za stáleho miešania varíme, kým sa časť tekutiny odparí a poleva zhustne. Do zmesi pridáme maslo, po chvíľke kakao a povaríme na potrebnú hustotu.



Recepty **maďarskej** **kuchyne**



Halászlé

- 1 kg rýb (kapor, štika, pstruh...)
- 100 g cibule
- 1 lyžica mletej sladkej papriky
- 30 g tuku
- 1,5l vody

Cibuľu pokrájanú na tenké kolieska podusíme na tuku, zložíme z platničky, vmiešame papriku, hneď zalejeme vodou, pridáme hlavy a chvostové plutvy rýb a pri veľmi miernom varení varíme 45 minút. Očistené ryby nakrájame na porcie široké päť centimetrov, vložíme do misky, osolíme a necháme v chlade chvíľu poležať. Vývar z hláv a plutiev precedíme do hrnca, pridáme porcie rýb a šťavu, ktorá z nich vytiekla, a varíme, kým rybie mäso zmäkne. Polievku nemiešame, hrncom len občas zatrasíme. Asi 10 minút pred koncom varu pridáme rozotrené ikry a mlieč. Do polievky môžeme pridať aj sladkú zelenú papriku a paradajky. Polievku podávame s chlebom v miske s mletou pálivou paprikou alebo s drobnými čerstvými alebo sušenými pálivými papričkami.



Segedínsky guláš

- 400 g bravčového mäsa bez kostí
- 50 g tuku
- 1 cibuľa
- 700 g kyslej kapusty
- 2 dl kyslej smotany
- 30 g hladkej múky
- mletá sladká paprika
- soľ

Nadrobno nakrájanú cibuľu speníme na polovičnej dávke tuku, pridáme mäso pokrúpané na kocky, opečieme ho po oboch stranách, posypeme paprikou, zamiešame, polejeme trochou vody a dusíme takmer domäkka. Na zvyšnom tuku dusíme kapustu, pridáme k mäsu, zahustíme múkou rozmiešanou v smotane, posolíme a dusíme domäkka. Podávame s pečivom alebo s varenými zemiakmi.



Jablková pena

- 1 kg jablk
- 2 bielky
- 120 g práškoveho cukru
- 4 slivky

Jablká olúpeme, zbavíme jadierok a pokrájame na kúsky. Podležeme ich niekoľkými lyžicami vody a dusíme pod pokrievkou domäkka. Ku koncu dusenia pokrievku zložíme, aby sa voda odparila. Mäkké jablká prelisujeme alebo rozmixujeme. Z bielkov ušľaháme sneh, po častiach pridávame cukor a ušľaháme dohusta. Potom po častiach zašľaháme do snehu jablkový pretlak. Pri podávaní ozdobíme polovicami sliviek alebo iným ovocím.



Recepty českej kuchyne



Pečená kačica s medom

- 1 kačica
- 4 jablká
- 4 lyžice medu
- 1 lyžička rasce
- soľ podľa chuti
- voda na podlievanie

Kačicu umyjeme, osušíme. V miske zmiešame nakrájané jablká s medom, dobre premiešame a vložíme do kačice. Kačicu na povrchu osolíme, posypeme rascou, vložíme do pekáča, podlejeme vodou, pod pokrievkou pečieme v dobre vyhriatej rúre domäkka a dochrumkava. Počas pečenia polievame vypečenou šťavou. Podávame s červenou kapustou a žemľovými knedličkami.



Bravčové kotletky na jablkovom mušte

- bravčové kotlety (po 200 g)
- 1 lyžica hladkej múky
- 1 lyžica olivového oleja
- 1 lyžička masla
- 2 jablká
- 250 ml jablkového muštu
- 1 hrst šalvie
- 100 ml smotany na šľahanie
- 1 lyžica hrubozrnnej horčice
- soľ
- farebné korenie

Kotlety osolíme, okoreníme a poprášime múkou. V panvici rozohrejeme olej aj maslo a kotlety z oboch strán opečieme. Plátky mäsa naukladáme do zapekacej misy. Jablká nakrájame na osminky a na miernom plameni opečieme dozlata, rozložíme medzi plátky masa. Do panvice prilejeme mušt, povaríme a prelejeme do zapekacej misky. Prikryjeme alobalom a dusíme v rúre pri 160 stupňoch asi hodinu. Mäso a jablká preložíme do servírovacej nádoby, do šťavy pridáme šalviu a necháme prudko odpariť asi polovicu. Vmiešame smotanu, horčicu a ešte 5 minút povaríme, podľa chuti dosolíme.



Cibuľová polievka s mäsovými knedličkami

- 900 g cibule
- 1 bobkový list
- cukor
- 1 liter bujónu
- 100 g tvrdého syra

Na knedličky

- 200 g mletého hovädzieho mäsa
- soľ
- mleté korenie
- 1 vajce
- 100 g hovädzích obličiek
- 50 g hovädzieho loja
- 1 cibuľa
- 50 g strúhanky
- worchesterská omáčka
- olej

Cibuľu očistíme a nakrájame na plátky a orestujeme s cukrom, až vznikne tmavá hmota. Pridáme bobkový list a zalejeme vývarom. Varíme, kým nedostane hnedú farbu. Prelejeme do misky, pridáme teplé knedličky posypeme nahrubo postrúhaným syrom a dáme zapiect.



Mäsové knedličky

Zmiešame všetky zomleté alebo rozmixované ingrediencie, vytvarujeme knedličky a vyprážame v horúcom oleji cca 6 – 8 minút.





NÁRODNÉ OSVETOVÉ CENTRUM, **Námestie SNP 12, Bratislava**

POSLANIE A CIELE

Národné osvetové centrum je národná kultúrna ustanovenie, vrcholná štátna inštitúcia v oblasti osvetovej a informačnej, vedecká a vzdelávacia inštitúcia v oblasti kultúry.

Národné osvetové centrum zabezpečuje, buduje, ochraňuje a pomáha duchovnému rozvoju občanov a živej neprofesionálnej kultúry, ktorá je súčasťou nehmotného kultúrneho dedičstva na Slovensku.

Okruh cieľov Národného osvetového centra vychádza z rozhodnutia Ministerstva kultúry SR o vydaní zriaďovacej listiny a z jej následných doplnení. Základnou úlohou Národného osvetového centra je podpora kultúrno-osvetovej činnosti a jej realizátorov na celom území Slovenskej republiky a rozvoj kultúry, kultúrneho vedomia a národného povedomia, posilňovanie významu ochrany nehmotného kultúrneho dedičstva a historických štruktúr konkrétneho prostredia.

ŤAŽISKOVÉ ČINNOSTI:

- a) teoreticko-koncepčná
 - tvorba materiálov, resp. príprava podkladov k materiálom pre Ministerstvo kultúry SR, Ministerstvo školstva SR,



Ministerstvo vnútra SR, tretí sektor (zásady celoštátnych súťaží amatérskej umeleckej tvorby a záujmových aktivít, periodicita, garanti, presun kompetencií na VÚC, podpora práce s deťmi a mládežou);

- zastúpenie v komisiách, poradných a expertných skupinách;
- metodická činnosť a poradenstvo;

b) poradensko-vzdelávacia

- metodika a poradenstvo (pre subjekty v miestnej a regionálnej kultúre, posudzovanie projektov);
- rozvoj spolupráce so subjektmi z oblasti vzdelávania (tretí sektor, školstvo);
- podpora celoštátnych a vládnych kampaní, programov a aktivít nadrezortného charakteru;
- profilovanie vzdelávania a návrhy pre potreby Ministerstva kultúry SR;
- semináre, školenia a iné formy prezenčného štúdia;
- dištančná forma vzdelávania;
- poradenstvo a vzdelávanie o grantových schémach EÚ;
- realizácia akreditovaných foriem vzdelávania;
- realizácia neakreditovaných foriem vzdelávania;

c) informačno-dokumentačná

- zhromažďovanie, spracúvanie a archivácia obrazových a zvukových záznamov (podujatia Národného osvetového centra, oblasť tradičnej ľudovej kultúry, záujmovej umeleckej činnosti);
- koordinácia;



- d) výskumno-analytická
- reprezentatívne sociologické výskumy pre Ministerstvo kultúry SR;
 - spracovanie a hodnotenie údajov z kultúrno-osvetovej činnosti (Register kultúrnych aktivít);
 - projekty ekonomiky a sociológie kultúry;
 - zber a spracovanie štatistických údajov KULT;
- e) edičná a publikačná
- periodiká a časopisy, neperiodické publikácie (dva vlastné časopisy, publikácie pre potreby Národného osvetového centra, Ministerstva kultúry SR a organizácií v zriaďovateľskej pôsobnosti Ministerstva kultúry SR, špecializovaná publikačná činnosť, bulletin, pozvánky, tlačivá a iné);
- f) prezentačno-propagačná
- udržiavanie a rozvíjanie vzťahov s domácimi a zahraničnými partnermi (členstvo v medzinárodných organizáciách, spolupráca, dohody, výmena skúseností);
 - výstavy (realizácia a produkcia);
 - reprezentácia SR doma aj v zahraničí (medzinárodné súťaže, festivaly, veľtrhy, prezentačné podujatia);
 - propagácia (realizácia špecializovaných podujatí a činností, tlačové besedy, správy, články a ďalšie príspevky do médií, tlačové strediská, propagačné materiály, internetová schránka);
- g) súťaže, prehliadky, festivaly
- prezentácia a konfrontácia tvorivosti na postupových súťažiach a výstavách (amatérske divadlo, divadlo dospelých



hrajúcich pre deti, divadlo mladých, detská dramatická tvorivosť, umelecký prednes a divadlo poézie, amatérska fotografia, amatérsky film a video, výtvarná tvorba, folklór, nefolklórny tanec, zborový spev, dychová, komorná, symfonická a populárna hudba, literárne aktivity, putovné výstavy so sociálnou tematikou);

- udržanie a zlepšovanie umeleckých výsledkov jednotlivcov a kolektívov (školenia, tvorivé dielne, semináre, poradné zbory, metodika a vzdelávanie, spolupráca s občianskymi združeniami, so slovenským strediskom AITA/IATA a FIAP, s časopisom Čas videa a UNICA NEWS, účasť v odborných poradách).

HLAVNÉ SKUPINY UŽÍVATEĽOV VÝSTUPOV ORGANIZÁCIE

Produkty a činnosti Národného osvetového centra majú svojich užívateľov v celej šírke kultúrnych zariadení, v odbornej a laickej verejnosti, a to najmä:

- v štátnej správe – organizácie a inštitúcie rezortu kultúry, školstva, rezortu zahraničných vecí, knižnice, ďalšie organizácie štátnej správy;
- v samospráve – regionálne osvetové strediská, mestské a miestne kultúrne zariadenia, mestské knižnice, ZMOS;
- v treťom sektore a ostatných organizáciách – partneri v zahraničí, kultúrne inštitúcie, cestovné agentúry a kancelárie, organizácie cestovného ruchu, spolupracujúce organizácie zo SR, spolupracujúce organizácie zo zahraničia, médiá, informačné agentúry, záujmové a občianske združenia, nadácie;



- školská mládež v oblasti vlastivedy;
- vo verejnosti – pedagógovia a študenti, manažéri, vedúci kolektívov záujmovej umeleckej činnosti, profesionálni pracovníci miestnej kultúry v zariadeniach regionálnej kultúry (múzeá, galérie, hvezdárne, knižnice), ktorí sa venujú kultúrno-osvetovej činnosti, záujemcovia o rozvoj miestnej kultúry a záujmovej tvorivosti, realizátori výchovno-vzdelávacích programov a projektov, zahraniční účastníci festivalov a divadelných predstavení, zahraniční klienti cestovných kancelárií, pracovníci našich kultúrnych stredísk v zahraničí a predstavitelia organizácií Slovákov žijúcich v zahraničí.

Kontakt

Telefón: 02/ 5292 3736, 5296 4458

Fax: 02/ 5921 4218

E-mail: nocka@nocka.sk

Malá multikultúrna kuchárka

(obce Štrba a oblasti Vysokých Tatier)

Zostavila: PhDr. Jarmila Strelková, CSc.

Grafická úprava: Slavomír Zemko

Vydalo Národné osvetové centrum

Bratislava, 2008

© Národné osvetové centrum, 2008