

PRO TRVALE UDRŽITELNÝ ŽIVOT

4/2021



***Ze švestkových ekosadů
Biočaje od Fryzelkových
Z čeho vařily naše prababičky
Nejen žlutá pole***

● Ročník 25 ● červenec
– srpen
vychází elektronicky zdarma

Kvetoucí louka – osevní směs

FOTO – Martin Hutař

● **biopotraviny** ● **ekozemědělství** ● **biodiverzita** ●



Sýček loví na pastvinách drobné obratlovce a velké hmyz.

FOTO – Jiří Hornek

Obsah Bio 4/2021

ZPRAVODAJSTVÍ

Sýčků opět ubývá	2
Na obnovu Česka 180 mld.	2
Občanská blokáda... ..	2
Obnova krajiny v Českém ráji ..	2
Svět zarůstá křovinami	2

BIOPOTRAVINY

Hledá se Česká biopotravina roku 2021	3
Rozhovor s Fryzelkovými ..	4–5
Genová politika potravin v době pandemie	6

BIOSPOTŘEBITEL

Retro kuchyně našich babiček II s recepty	7–9
Připravte si fermentovaný čaj z bylin	10
Bartákův hrnec – foto	11

K EKOLOGII

Obavy ze změny klimatu	12
-----------------------------	----

EKOZEMĚDĚLSTVÍ

Nejen žlutá pole	13–14
Nové knihy	15
Festival sýrů v Mikulově	16

ZPRAVODAJ biodiverzity
a uchovatelů starých odrůd
č. 4/2021

Išiel Macek do Malacek... ..	1
Oves – odolná latnatá obilovina	2–5
Netoliko koňům dobrý jest obrok	6–8
Bujné koně, cesta za milou, krmění slepicím... ..	9
Přehled gengelských ovesných odrůd	10
Oves jako symbol mužské lásky	11
Léčebné užití ovsa	11
Ovesná inspirace z jihočeského Bioklubu	12
Pěstovaly se všechny druhy obilí	13–14
Pěstování a osivaření starých odrůd ovsa	14–15

Sýčků opět ubývá

Zatímco loni se ornitologové z České společnosti ornitologické (ČSO) a Ústavu biologie obratlovců AV ČR radovali z rekordního počtu 95 mláďat sýčků, letos je situace opačná. Ornitológové zatím zaznamenali jen 48 mláďat. Za významný propad může podle odborníků kolaps hrabošů, kterými sýčci mláďata přednostně krmí. Loni, při nadbytku hrabošů, mohli sýččí rodiče uživit i snůšku s rekordními sedmi mláďaty, sýččí pár průměrně vyvedl 5 mláďat. Letos, kdy hrabošů ubylo, spadl průměr vyvedených mláďat sýčků na dvě. Ornitológové očekávají, že populace sýčků významně oslabí, protože letos není dostatečná zásoba mladých jedinců, kteří by doplnili a podpořili stávající populaci. Sýček obecný patří v Česku mezi kriticky ohrožené druhy a s počtem asi sto párů je už nyní na pokraji vyhynutí.

Na obnovu Česka nepříjde 180 miliard automaticky

[Hnutí DUHA a Zelený kruh] – Díky schválenému Národnímu plánu obnovy získá Česko v odpovědi na covidovou krizi možnost financovat řadu užitečných projektů, které jsou zároveň příležitostí proměnit naši ekonomiku i krajinu udržitelnějším směrem. Zatímco premiér Andrej Babiš před volbami zdůrazňuje hlavně 180 miliard korun, které má ČR poslat Evropská unie, pro zásadní modernizaci a posun v oblastech, kde dlouhodobě zaostáváme, jako jsou úspory energie nebo zadržování vody v krajině, jsou stejně důležité reformy, kterými Evropská komise využití peněz podmínila. A zdaleka nejde jen o mnohokrát zmiňovaný neřešený střet zájmů.

(Plné znění této zprávy naleznete na adrese <http://ecn.cz/?x=2721470>)

Občanská blokáda zachránila
Ptačí potok

VIMPERK [Hnutí DUHA] – Přesně před 10 lety dne 15. července 2011 byla zahájena nenásilná občanská blokáda, při níž po několik následujících týdnů několik stovek dobrovolníků a ochránců přírody z celé republiky úspěšně zabránilo vykácení cenné lokality v okolí Ptačího potoka (někdy také nazývané Na Ztraceném)

v oblasti Modravských slatí národního parku Šumava. Dnes je místo blokády součástí jadrových přírodních zón ponechaných samovolnému vývoji. Oblast se stala významným místem, kde mj. žije a hnízdí kriticky ohrožený tetřev hlušec.

(Plné znění této zprávy naleznete na adrese <http://ecn.cz/?x=2719956>)

Komentář Hnutí DUHA k Národnímu
plánu obnovy

PRAHA [Hnutí DUHA] – Komentář Anny Kárníkové, ředitelky Hnutí DUHA, k dnes Evropskou komisí schválenému Národnímu plánu obnovy:

(Plné znění této zprávy naleznete na adrese <http://ecn.cz/?x=2721117>)

ČSOP se stala partnerem velkolepého
projektu na obnovu krajiny v Českém ráji

Mladá Boleslav [ČSOP Klenice] – ČSOP Klenice navázala spolupráci s rodinou Polívkových, která v Českém ráji plánuje na svých pozemcích sázet stromy, keře, aleje či budovat tůně a mokřady. Spolu s odborným garantem Radomírem Studeným se budeme snažit o co nejpřirozenější provedení.

(Plné znění této zprávy naleznete na adrese <http://ecn.cz/?x=2722633>)

Svět zarůstá křovinami, vědci si lámou
hlavu, co s tím

Nejen vzácné zbytky přírodních luk, stepí a světlych lesů v České republice, ale otevřená přírodní stanoviště po celém světě ohrožuje nové nebezpečí. Otevřené krajiny v různých částech světa nebezpečně zarůstají křovinami.

„Není to jen problém naší přírody, podobný negativní proces sledují vědci po celém světě. Od Afriky po Ameriku a Austrálii. Týká se přitom i oblastí, které nebyly člověkem výrazně ovlivněny a jejich zarůstání tedy není důsledkem útlumu ani intenzifikace hospodaření,“ upozorňuje Miloslav Jirků z Biologického centra Akademie věd České republiky.

Analýzy dlouhých časových řad satelitních snímků podle něj odhalily, že například ve východoafrických savanách a arktické tundře došlo od 80. let dvacátého století ke dvaceti až třicetiprocentnímu nárůstu pokryvnosti dřevin, zejména právě křovin (= sucho), nikoliv stromů.

(Plné znění této zprávy naleznete na adrese <http://ecn.cz/?x=2722311>)



„Táčky“ z ovsa na Valašsku jsou již málokde po sklizni k vidění. Více o nich a vše o ovsu se dozvíte ve Zpravodaji biodiverzity č. 4.

Startuje jubilejní dvacátý ročník soutěže Česká biopotravina roku 2021, kterou vyhlašuje PRO-BIO Svaz ekologických zemědělců. Soutěž je určena tuzemským výrobcům biopotravin. Odborná porota ocení produkty v pěti kategoriích a zvolí celkového vítěze, který získá prestižní titul Česká biopotravina roku 2021. Uzávěrka pro podání přihlášek je 13. srpna 2021.



Dvacetiletý milník v historii soutěže

Od roku 2002 byly oceněny desítky biopotravin. Klání o nejlepší biopotravinu roku přitom prošlo stejně velkým vývojem, jako samostatné ekologické zemědělství v Česku. „Od začátku soutěže se samozřejmě mnohé změnilo. Především došlo ke změně kategorií, které dnes plně korespondují s rozšířením sortimentu biopotravin nabízených na tuzemském trhu a stabilně se také zvyšuje množství přihlášených výrobků. Několikrát se také obměnila porota a její koncept fungování, kdy se snažíme, aby v ní byli jak zástupci médií a spotřebitelů, tak odborníci na biopotraviny jako takové. Už nyní víme, že přichystáme i velké novinky do nové dekády, tedy od 21. ročníku. Ty si ale necháme zatím pro sebe,“ okomentovala vývoj soutěže **Kateřina Urbánková**, manažerka organizátora soutěže – PRO-BIO Svazu ekologických zemědělců.

Porota vybere vítěze v pěti kategoriích

I v letošním roce bude odborná porota hodnotit bio výrobky v pěti kategoriích: **Biopotraviny živočišného původu, Biopotraviny rostlinného původu, Steaková biomasa, Biovýrobky pro gastronomii, Biovína a Pochutiny a ostatní potravinářské výrobky.**

V loňském roce přihlásili tuzemští producenti 150 biopotravin a biovin. Celkovým

vítězem se stalo sušené hovězí maso od firmy Mitrovský dvůr, a. s., které zároveň vyhrálo i ve své kategorii Biopotraviny živočišného původu. Dále uspěla například kolekce bylinných čajů (Kětomluva) nebo lahůdková chilli pasta.

V soutěži budou mít větší šanci na úspěch farmy se sociálním přesahem „V letošním ročníku soutěže připravujeme v rámci hodnocení několik novinek. Po diskuzích v rámci poroty bychom rádi nějakým způsobem ocenili i další pozitivní přínosy produkce biopotravin, jako je například šetrný přístup k vodě, zpracování přímo na statku nebo zaměstnávání hendikepovaných či jinak sociálně znevýhodněných skupin. Věříme, že tyto společenské přínosy si zaslouží podporu, a už nyní se těším na širokou škálu výrobků, se kterými se v soutěži budeme mít možnost setkat, ochutnat je a poznat jejich příběh,“ dodává Urbánková.

Podpora ekologického zemědělství má význam pro zdraví i planetu

„Celá naše planeta prožila a stále prožívá nečekanou a nevídanou ‚virovou krizi‘. Neustále se objevuje spousta doporučení, jaká máme dodržovat hygienická opatření, které vitamíny jsou nejlepší na posílení imunity, že máme být častěji na čerstvém vzduchu, samozřejmě je třeba více pohybu a méně osobních kon-



taktů a masových setkání. To, co jíme, je pochopitelně neuvěřitelně důležité pro naše zdraví, imunitu, odolnost a dobrou životní kondici. Čím kvalitnější potraviny jsou na našem stole, tím větší máme šanci odolávat vnějším negativním vlivům na naše zdraví a tělo. Konzumací biopotravin pomáháme nejen sami sobě, ale i celé naší zemi, našemu blízkému i vzdálenému okolí. Náš život a naše životní prostředí závisí pouze na nás,“ říká předseda odborné poroty **PhDr. Pavel Maurer**.

Co přináší soutěžícím získání titulu Česká biopotravina roku?

Úspěch v soutěži přináší vítězům nejenom věhlas, ale i významnou zpětnou vazbu, mediální zájem a možnost prezentovat své produkty na nejrůznějších akcích v Česku.

„Myslím, že právě propagace v médiích a zajištění odbytu je právě to, co výrobce biopotravin na soutěži láká a je to důvod, proč své biovýrobky do soutěže přihlašují. Věřím, že se nám to daří a mám obrovskou radost, když mohu některé vítězné výrobky potkávat v obchodní síti, online marketech a podobně,“ uzavřela Urbánková.

Přihlášky je třeba doručit na adresu organizátora **do 13. srpna 2021**, v případě biovin už do 3. srpna. 2021. Soutěž pořádá PRO-BIO Svaz ekologických zemědělců **pod záštitou ministra zemědělství Miroslava Tomana a ústředního ředitele Státní zemědělské a potravinářské inspekce Martina Klanicy.**

Andrea Saláková

Partneři soutěže

BIOFACH (PROvelethy s.r.o.), KEZ, o.p.s.

Mediální partneři: Zboží&Prodej,

RetailNews, elektronický dvouměsíčník BIO

Další partneři: lovime.bio, Svaz obchodu a cestovního ruchu ČR, FÉR Potravina, Globus ČR, v.o.s.



Soutěž Česká biopotravina roku je kláním s dlouholetou tradicí. O prestižní titul se každoročně ucházejí desítky výrobků – potravin vyprodukovaných tuzemským ekologickým zemědělstvím. Účast v soutěži nabízí výrobcům biopotravin jedinečnou příležitost pro zviditelnění svých výrobků jak mezi obchodníky samotnými, tak pro zpopularizování mezi širokou veřejností. Soutěž je každoročně pořádána pod záštitou ministra zemědělství a ústředního ředitele Státní zemědělské a potravinářské inspekce. Soutěž se koná od roku 2002.

Více o soutěži na www.ceskabiopotravina.cz.

Rádi se pouštíme do nových věcí a nápadů,

říká Radek Fryzelka z Květomluvy

Pro svůj projekt čerpali inspiraci v Norsku. Doma ve Vlachovicích na Valašsku pak vybudovali, jak už z názvu vyplývá, rodinný podnik, který se zaměřuje na pěstování a sušení bylin. S kolekcí Bio bylinných čajů Květomluva zvítězili v roce 2020 v Soutěži Česká biopotravina v kategorii Biovýrobky pro gastronomii, pochutiny a ostatní potravinářské výrobky.



Fryzelkovi hospodaří v CHKO Bílé Karpaty. Jejich domov je obklopený bylinkami.

Představte nám, prosím, značku „Květomluva Zuzana a Radek Fryzelkovi“, co vás k pěstování bylin přivedlo?

Jsme manželé Fryzelkovi z Vlachovic na jihu Valašska. Věnujeme se pěstování bylin (částečně i jedlých květů, ovoce a zeleniny) a výrobě především originálních bio-bylinných výrobků z našich surovin. S pěstováním bylin jsme začali v roce 2015. V předchozím roce jsme opravili více než stoletou starou, roubenou sušírnu ovoce, kterou jsme rozebrali a přemístili na náš pozemek. V té době jsme celkem tři letní sezóny trávili v Norsku na zeleninové a bylinné farmě, která nám dala spoustu nápadů a rozhodli jsme se, že bychom se rádi věnovali něčemu podobnému, až se vrátíme domů. Vypracovali jsme projekt a pojmenovali se Sušárna sv. Františka a to po jménu naší zrekonstruované sušárny. Někdy čas jsme především sázeli, učili se a dělali to při naší hlavní práci. Od začátku roku 2019 jsme se již naší farmě a firmě začali věnovat naplno.

Vaše kolekce bylinných biočajů Květomluva uspěla v soutěži Česká biopotravina roku 2020 a odnesla si vítězství v kategorii Biovýrobky pro gastronomii, pochutiny a ostatní potravinářské výrobky. Kdy kolekce vznikla a co zahrnuje?

Biobylinné čaje Květomluva jsme vymýšleli během léta a podzimu 2019, přičemž na začátku zimy jsme je poprvé nabídli zákazníkům. Moc velkou radost nám udělaly velmi pěkné reakce zákazníků na ně. Jedná se celkem o devět variant čajů, které jsou tematicky vybrány tak, aby šlo

Naším krédem je: Naslouchání přírodě, poctivost a maximální kvalita, ruční výroba, tradice i nové nápady, odpovědnost vůči lidem i přírodě a radost v našich výrobcích. To je to, co je pro nás důležité a o co se v Květomluvě snažíme. Proto si vše pěstujeme ručně, nebo sbíráme v přírodě sami. Bylinky jsou nejen v certifikované biokvalitě, ale jsou především hlavně naše, z jihu Valašska z nejsevernější části CHKO Bílé Karpaty. I to je to, díky čemuž jsou naše výrobky výjimečné.

o čaje, z nichž si vyberete v období celého roku. Jsou z našich bylin, jen u některých jsme je doplnili kořením, které se zde pěstovat nedá.

Máte úžasné výrobky, které jsou nejen chuťově skvělé, ale navíc nádherně vypadají. Kdo se vám stará o design? Shodnete se vždy na tom, jak by měl obal výrobku vypadat?

V prvních letech jsem měl design výrobků na starosti já, následně jsem oslovil svého kamaráda a grafika Jiřího Marečka, kterému jsem od začátku důvěřoval, neboť měl podobný pohled na to, jak by to mělo vypadat. Je důležitou součástí Květomluvy.

Kromě bylinných čajů vyrábíte ale i poměrně netradiční produkty, jednou z vašich novinek jsou bylinné kávy...

Rádi se pouštíme do nových věcí a nápadů. Co je to bylinná káva? Jedná se o kombinaci velmi kvalitní biokávy (ta naše je z oblasti Hondurasu od malé farmářky Norma Iris Fiallos), našich bylinek a koření. Vybrané bylinky dodávají kávě originální chuť, jemnost a květinové nádechy, a to v pěti různých variantách. Ladili jsme je i s několika šéfkuchaři a degustátorem kávy Lukášem Kaňovským. Je to naše aktuální novinka. Protože nám ale postupně docházejí byliny, chceme je více zpropagovat až v letní sezoně, kdy je opět budeme mít.

Kdo vyvíjí recepturu jednotlivých produktů? Jak dlouho trvá, než výrobek „pustíte na trh“?

Receptury mám na starosti, já (Radek), ale vždy se je snažím konzultovat s ostatními, především s manželkou, zaměstnanci, nebo přímo s odborníky. Pokud se jednalo například o bylinné kávy, trval nám vývoj asi půl roku.

Na jak velké ploše hospodaříte a kolik bylin ročně zasijete, zasadíte a sklídíte?

Bylinami máme vysázenou plochu 1,1 ha. Každým rokem ji o něco zvětšujeme. Zhruba polovinu plochy zabírají trvalky. V tomto roce bychom moc rádi vysadili plochu až 2 ha. Je to pro nás velká výzva.

Je vidět, že výzvy máte opravdu rádi. Kolik produktů celkově vyrábíte a kolik z nich je v biokvalitě?

Vyrábíme čtyři základní řady výrobků. Většina bylinných čajů a káv je v biokvalitě, bylinné koupele a kúry nejsou, protože se v nich objevují bylinky, které sbíráme i volně v krajině a ne na našem certifikovaném pozemku. Zvláštní kategorií jsou bylinné elixýry a sirupy, které zatím v certifikované biokvalitě nejsou, ale chceme o ně zažádat. Podobně tomu bude i u ostatních výrobků. Celkem máme nějakých 40 různých výrobků z toho zatím polovina je v certifikované biokvalitě.



Kolekce bylinných biočajů Květomluva od Květomluva Zuzana a Radek Fryzelkovi, která zabodovala v soutěži Česká biopotravina roku 2020.



V roce 2014 Fryzelkovi opravili více než stoletou roubenou sušárnu ovoce, kterou rozebrali a přemístili na svůj pozemek.

Kde si lidé mohou vaše produkty aktuálně zakoupit?

Naše výrobky si můžete zakoupit přímo u nás ve Vlachovicích, zde uvidíte, kde a jakým způsobem bylinky pěstujeme a jak je dále zpracováváme. Nejčastěji ovšem prodáváme naše výrobky přes náš e-shop a v několika málo obchodech v ČR. Protože když nejvíce používáme naše vlastní byliny, je množství výrobků v limitovaném množství.

Rodina Fryzelkova

Zuzana Fryzelková (rozená Šmatlová) se narodila v Poteči v roce 1992. Vystudovala obor Ekologie a obor životního prostředí. Po škole tři sezony pracovala u farmářů v Norsku. V roce 2015 se začala věnovat bylinnému farmářství.

Radek Fryzelka se narodil v roce 1984, vystudoval na MZLU v Brně obor Design nábytku a interiérů, kterému se po čtyři roky věnoval. Následně spolu se Zuzkou strávili tři sezony pracovně v Norsku. V rodných Vlachovicích se stal jedním z místostarostů obce a přitom společně se svou manželkou Zuzkou pracoval na jejich rodinné bylinné farmě.

Součástí hodnocení soutěže Biopotravina roku je i příběh značky a marketingu. Jaké marketingové nástroje využíváte? Na co se v propagaci nejvíce zaměřujete?

Náš marketing není ideální a měli bychom se na něho více zaměřit, ale zbývá na něho málo času. Používáme zatím facebook a rozjíždíme Instagram. Zaměřujeme se na pravdivost informací a ukázání lidem, v čem jsme jedineční, a to je především kvalita a výjimečnost výrobků, ekologie a důležitá skutečnost, že použité byliny jsou přímo naše.

Z názvu vaší značky je patrné, že jste rodinná firma, kterou tvoří Zuzana a Radek. Máte ještě nějaké další zaměstnance nebo zvládáte všechno kolem vašeho podnikání takto ve dvou? Máte nějak rozdělené pracovní role?

Zvládnout to, co nyní děláme, ve dvou, je nemožné. Máme dva rodinné zaměst-

nance. Přes léto máme navíc i nutně brigádníky. Pěstování bylin a jejich sběr zabere spoustu času od konce března až do poloviny října. Přes zimu vyrábíme a předchystáváme na letní sezonu, kdy je málo času. Role rozdělené máme. Zuzka se věnuje více dětem, nutnému rodinnému zázemí, účetnickým věcem a zákazníkům a já tomu všemu ostatnímu :)

A jak se vám daří skloubit podnikání s rodinným životem? Mají vaše děti rády produkty vaší firmy? Vychováváte je k pokračování v rodinném podniku?

Je pro nás hodně důležité, aby rodina na úkor podnikání netrpěla. Občas tomu totiž tak i je, ale snažíme se pro to něco dělat a zlepšit to. Na druhou stranu nám i našim dětem Květomluva hodně dává a učí nás porozumět více přírodě a životu. Máme zatím dvě děti, dvouročního „ogaru“ Dominika a čtyřletou „cérečku“ Emilku. Ta už nyní rozpozná možná i více bylin, než kdejaký dospělý, ale to ukáže až čas, jak to s nimi bude dál.

Proč by podle vás lidé měli dávat přednost bioproduktům?

Měla by to být záruka, že daný produkt byl vypěstován tak, že je oproti běžné produkci zdravější a mnohem méně zatěžoval životní prostředí. Ale není bio jako bio. I zákazník by si měl hlídat skutečnost, jestli nakupuje biorajče z ČR, nebo ze Španělska.

Každou chvíli vymyslíte a pustíte do světa nějakou produktovou novinku nebo nový projekt. Co vás čeká v nejbližší době?

Naší největší novinkou je, že jsme na jaře dokončili novou, pěknou, pro-

fesionální provozovnu a sklad na byliny. Stavbu jsme započali na jaře 2020 a je na dosah našich bylinných polí. Stálo nás to hodně energie a samozřejmě financí, takže jsme se museli poměrně dost zadlužit, ale jinak to nešlo. Chystáme postupně do výroby spoustu novinek, certifikované tinktury, masti i krémy. Nové varianty čajů a bylinných káv. Hodně zajímavým projektem, který chystáme s odborníky, jsou bylinné potraviny pro lidi trpící autoimunitními nemocemi, tzv. AIP (Autoimunitní protokol). Jsou to lidé, kteří mají velmi omezené možnosti kvalitního stravování, a tak se pokoušíme vyvíjet výrobky, které by jim nabídku potravin nejen rozšířily, ale pokud možno i zdravotně pomohly.

Dotkla se vás pandemie koronaviru? Jak se s ní vyrovnáváte?

Samozřejmě že dotkla. Pokud se jednalo o období před Vánoci, tak to to nebylo tak špatné, ale nyní v období jara nám chybí naši stálí odběratelé z řad hotelů, restaurací a wellnessů. Nyní se snažíme více orientovat na jednotlivé zákazníky a vyvíjíme nové výrobky.

Proč by se ekologičtí zemědělci měli přihlásit do soutěže Česká biopotravina?

Doporučuji jim soutěž, protože jim může otevřít oči, jak je výrobek vnímán. Nám výsledek, samozřejmě udělal velkou radost.

Andrea Saláková
www.pro-bio.cz

Všechny čtenáře srdečně zveme na naše stránky www.kvetybyliny.cz, kde se mohou více dozvědět o tom, co děláme a kde najdou i náš e-shop. Obzvlášť všechny ovšem zveme do valašských Vlachovic, na bylinný kopec, kde pěstujeme velkou část našich bylin. Tam sídlíme a máme postavenou novou provozovnu. Můžete si u nás nakoupit a zároveň prohlédnout firmu.

Těšíme se na Vás!



Zuzana Fryzelková pobírá krajské ocenění Perla roku za biovýrobky.

Trendem posledních let je zdravé stravování. Stále větší počet lidí přemýšlí nad tím, co si koupí a následně sní, i když je cena vyšší. Jednoduchá rovnice, která se vlivem pandemie změnila.

Letáky se zbožím za zvýhodněnou cenu stále zaplavují naše schránky a jsou v mnoha domácnostech chtěným čtivem. Jaká je ale opravdová hodnota zboží?

Je jasné, že firmy si hrají s cenotvorbou dle aktuální situace. Vzpomeňme si na začátek pandemie, kdy hrozilo uzavření všech obchodů. Co to znamenalo? Absolutní vykoupení položek jako droždí, mouka, cukr, těstoviny, a to nemluvě o šílených frontách v supermarketech. Právě tento fakt zamíchal se vzrůstajícím trendem po kvalitním zboží.

Zprvu lidé vykoupili trvanlivé produkty z konvenčního zemědělství. Ale i produkty z ekologického zemědělství zaznamenaly nárůst. Tím, že se lidé „předzásobili“, tak se velký nárůst těchto produktů po pár měsících zbrzdil, přesto však měl mírně rostoucí tendenci.

Co se stalo? Lidé pochopili, že zdraví je spojené s kvalitním stravováním. Nevidaný nárůst odbytu zaznamenaly ekologic-

ké farmy napříč Českou republikou, stejně tak i jejich zpracovatelé i přes fakt, že suroviny z této produkce jsou dražší díky tomu, že jsou náročnější na lidskou práci, nedosahují takového objemu a nevyužívají podpůrné prostředky v ekologickém zemědělství zakázané. Jsou především šetrnější k životnímu prostředí, mají vyšší obsah kvalitních živin a nezpůsobují tzv. „negativní externalitu“, které jsou spojeny s konvenčním agropřemyslem a které musíme platit jiným způsobem při jejich nasázení.

Je jasné, že populace v současné době nemůže být živena pouze ekologickým zemědělstvím, takže konvenční je neodmyslitelnou součástí. Cenový rozdíl mezi konvenčním a ekologickým zemědělstvím se u některých základních komodit téměř vyrovnal. „Vliv pandemie jako takové většina ekofarek nezaznamenala negativně. Poptávka se naopak zvýšila. Nebylo ani nutné ve většině případů zvyšovat ceny

tuzemské produkce, v současné chvíli nás ale ceny z konvenčního zemědělství překvapují. Důležité je zmínit, že v ekologickém zemědělství není na prvním místě byznys, ale vyvážený chod jednotlivých farem,“ dodává pan **Otakar Jiránek**, majitel Country Life a člen ČTPEZ (Česká technologická platforma pro ekologické zemědělství).

V květnu poskočil cenový index FAO (Organizace pro výživu a zemědělství OSN) o 40 % a navíc potraviny obecně zdražovaly již dvanáctý měsíc v řadě. Díky velké poptávce, ztíženým dopravním možnostem je cena potravin znatelně vyšší. Produkty z ekologického zemědělství se díky tomu stávají dostupnější větší části populace. V České republice se od září ve vybraných školách stanou biopotraviny nedílnou součástí kuchyně. Biopotraviny z ekologického zemědělství jsou díky pandemii vnímány dostupnější a potřebnější než kdykoliv před tím.

Lucie Čeňková,
ČTPEZ

EKOSTOPA

Vhodným měřítkem dopadu spotřeby jednotlivců, domácností, podniků, ale i měst a celých států na životní prostředí je ekologická stopa.

Tento indikátor vyjadřuje plochu tzv. ekologicky produktivní země, kterou člověk (město, stát) potřebuje k zajištění všech zdrojů a k likvidaci odpadů. K výpočtu se používá statistika o spotřebě, která je převedena na množství biologicky produktivní země a vodních ploch nutných k vyprodukovaní daných zdrojů a k asimilaci odpadů, při používání daných technologií. Vzhledem k tomu, že lidé používají zdroje z celé planety a znečištění, které produkují, ovlivňuje velmi vzdálená místa, tvoří ekologická stopa součet všech ploch z různých částí Země.

Ekologická stopa tvoří stranu poptávky ekologického účetnictví. Stranu nabídky tvoří tzv. biokapacita – dostupné množství ekologicky produktivní země (orné půdy, lesů, vodních ploch a pastvin). Ekologická stopa i biokapacita je vyjádřena v globálních hektarech (gha). Každý globální hektar odpovídá jednomu hektaru biologicky produktivních ploch s „globálně průměrnou“ produktivitou.

Vhodným měřítkem dopadu spotřeby jednotlivců, domácností, podniků, ale i měst a celých států

na životní prostředí je ekologická stopa. Tento indikátor vyjadřuje plochu tzv. ekologicky produktivní země, kterou člověk (město, stát) potřebuje k zajištění všech zdrojů a k likvidaci odpadů.

K výpočtu se používá statistika o spotřebě, která je převedena na množství biologicky produktivní země a vodních ploch nutných k vyprodukovaní daných zdrojů a k asimilaci odpadů, při používání daných technologií. Vzhledem k tomu, že lidé používají zdroje z celé planety a znečištění, které produkují, ovlivňuje velmi vzdálená místa, tvoří ekologická stopa součet všech ploch z různých částí Země.

V České republice se spotřeba potravin, ať už z domácích zdrojů či z dovozu, podílí na celé jedné čtvrtině ekologické stopy. Ta přitom podle posledních údajů z roku 2005 činila 5,3 gha na obyvatele. Tzv. **průměrný Čech tedy za rok projí 1,3 gha, což odpovídá ekologické stopě celkové spotřeby průměrného obyvatele Afriky** či států jako Vietnam či Uganda. Pro srovnání: státy s nejnižší celkovou ekologickou stopou na obyvatele – Afghánistán a Malawi celkově spotřebují pouze 0,5 gha.

RNDr. Viktor Třebický, Ph.D.,
TIMUR, o.s.

Výňatek z článku z Bio 7/2011

Více informací: www.ekostopa.cz; www.timur.cz; www.ekologickastopa.cz

TABULKA EKOSTOPY NĚKTERÝCH JÍDEL

Menu	Ingredience	Země původu	Vzdálenost (km)	Ekostopa (gha na 1000 g)
Polévka hovězí vývar	Hovězí maso	ČR, Opava	460	8,5
Menu 1	Steak, severoam. hovězí	USA, Texas	9 000	15,5
Menu 2	Brambory	ČR, Mělník	70	0,2
	Kuřecí prsa	Brazílie	9 500	3,6
	Žampiony	Polsko	520	0,4
	Kukuřice	Belgie	750	0,3
	Česnek	Čína	8 500	0,6
Menu 3	Těstoviny	Itálie, Barilla	1 030	1,2
	Tomaty	Itálie, Livorno	1 200	0,5
	Sýr parmezán	Casearia S.p.A. Itálie	1 013	8,3
	Olej	Massarosa Itálie	1 184	4,2
	Bazalka	Izrael	2700	0,5
Menu 4	Kuřecí stehýnka	ČR, Vodňany	200	1,6
	Anglická slanina	ČR, Litoměřice	30	5,1
	Zelenina			
	- okurka	Polsko	520	0,4
	Česnek	Čína	8 500	0,6
Menu 5	Pstruh lososový	Norsko	1 500	8,2
	Limetka	Mexiko	10 000	0,7
	Kopr	ČR, Mělník	70	0,2
Zákusek 1	Jahody	Holandsko	1 000	0,5
	Šlehačka	ČR, Praha	100	6,3
	Zmrzlina	ČR, Třebíč	250	5,0
Zákusek 2	Ananas	Kostarika	10 000	0,7
	Zmrzlina	ČR, Třebíč	250	5,0
	Máta	ČR, Litoměřice	30	0,2
Zákusek 3	Banán	Panama	9 500	0,6
	Zmrzlina	ČR, Třebíč	250	5,0
	Lesní ovoce	Srbsko	850	0,4
	Šlehačka	ČR, Praha	100	6,3

Zdravá a ekologicky i ekonomicky udržitelná RETRO KUCHYNĚ NAŠICH BABIČEK II

V Bio 2/21 jsme si vzpomínali na výborná a jednoduchá jídla našich babiček a prababiček – prostá jídla běžné české kuchyně 19. a poloviny 20. století. Věřím, že našich několik receptů z mé čtenáři a čtenářkami stále velmi oblíbené knížky **Retro KUCHAŘKA – aneb Babičky vařily zdravě a hospodárně** Vás příjemně naladilo, něco jste si uvařili a rodině chutnalo...

V dnešní covidové a trochu zmatené době, kdy mnohdy nevíme, co přijde za týden, natož za rok, jsme se trochu naučili více dbát o své zdraví, o rodinu, o blízké a přátele, a také o svoji duši – tedy o tu nehmotnou část naší existence. Věřím, že většina z nás se také alespoň občas začala více zamýšlet nad **UDRŽITELNOSTÍ života a naší drahé planety**.

Myslím, že je zde právě ta nevhodnější doba vážně zapracovat na vlastní (opakuji VLASTNÍ!) racionální spotřebě – potravin, energie, vody a... dalších s životem spojených komodit, nadměrných aktivit apod. Magazín Bio v tomto směru pracuje už po 25 let. Nyní, zdá se, se zvolna „probouzí“ i naši mnozí, dříve myšlenkou **UDRŽITELNOSTI NEOSLOVENÍ SPOLUOBČANÉ**. Jak se říká – „nouze (covidová krize) naučila (nejen) Dalibora housti“.

I když se epidemiologická situace v Čechách zdá být více méně zvládnána, nenechme se ukolébat a nepouštějme se znovu do některých těch rábdy „mo-

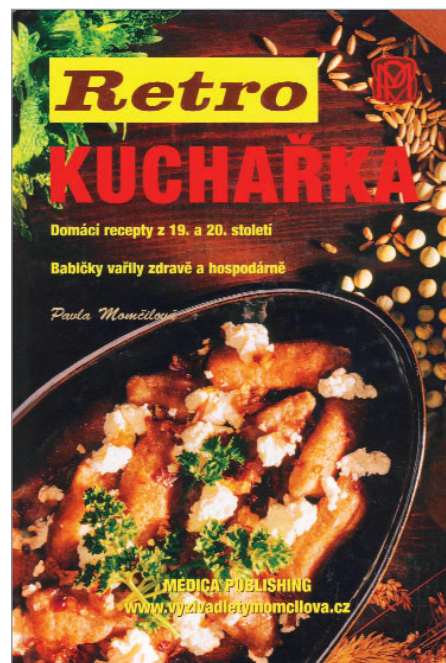
derních“, ale silně zavádějících výživových trendů, které nám radí mnohé bloggerky apod. Bez různých exotických potravin z dalek dovezených, dlouho skladovaných a průmyslově přepracovaných apod., můžeme žít mnohem zdravěji.

V domácích produktech je obsaženo vše, co pro zdravý život potřebujeme. V dnešní globalizované době jsou vlastně domácí potraviny to nejčistější a nejbezpečnější, co si můžeme do rodinné kuchyně přinést. Ať jsou to potraviny od českých sedláků, ekozemědělců nebo z vlastní zahrádky. V podstatě jen tak opravdu „víme, co jíme“, a když si pak uvaříme či upečeme podle generacemi prověřených receptů našich babiček, nebude to mít chybu.

Omezením spotřeby z dálky dovezených potravinářských produktů (uvědomme si, že je to většinou jen „těžká“ komerce!) podpoříme své zdraví a navíc budeme ekologičtější, ekonomičtější – a na neposledním místě podpoříme i snahu o zastavení devastace, například

Pavla Momčilová

Amazonie či jiných oblastí naší drahé planety, kde stále pokračuje vykořisťování přírody a člověka.



RECEPTY II

Podle receptů v Bio 2/21 jsme si uvařili polévky a jídla z brambor, hub a z mouky a obilí. Ve II. dílu si dáme pár babičkovských receptů na jídla z luštěnin a zeleniny, také si něco dobrého upečeme.

POLÉVKY

Zeleninové a luštěninové

Rybí polévka s hrachem

2 kapří hlavy a odřezky (nebo z jiných ryb), mlíčí a jikry, 100 g kořenové zeleniny (mrkev, petržel, celer), 4 kuličky pepře, 40 g másla nebo oleje, 40 g pšeničné mouky hladké, 1 stroužek česneku, 40 g suchého, tj. asi 100 g uvařeného hrachu, sůl, sekaná petrželová nať

Rybí hlavy a odřezky uvaříme spolu s kořenovou zeleninou a česnekem vcelku, osolíme a opepříme. Suchý hrach uvaříme zvlášť do měkka. V hrnci připravíme z tuku a mouky jíšku, přelijeme scezeným vývarem. Kořenovou zeleninu do polévky propasírujeme a vše povaříme 8 minut. Přidáme mlíčí, jikry a vařený hrach a chvíli provaříme. Můžeme přidat i uvařené rybí maso z hlav. Dochutíme jemně sekanou petrželkou.

Horácká bramboračka s jarními kopřivami

600 g brambor, 1,2 l vody, asi 150 g mladých kopřivových výhonků (sbíráme březen – duben), 1 malá cibule, 100 ml zakysané smetany, 1 žloutek, sůl

Vodu dáme vařit s jemně nakrájenou cibulí, přidáme oloupané a na malé kostičky nakrájené brambory a vše uvaříme do měkka. Pak přidáme sůl, jemně sekané mladé kopřivy (můžeme nahradit mladými špenátovými listy) a smetanu, ve které jsme rozmíchali žloutek. Krátce povaříme na velmi mírném ohni. Polévka je velmi výživově hodnotná, zvlášť v předjaří.

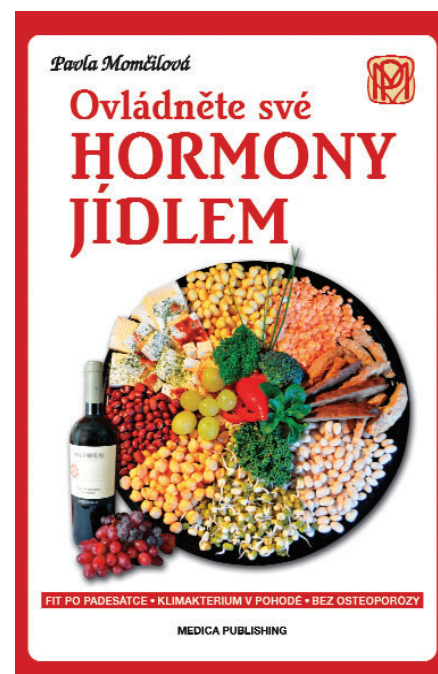
Moravská zelňačka

250 g kysaného bílého zelí, 200 ml zakysané smetany, 30 g pšeničné mouky hladké, kmín, popř. hrst sušených hub nebo domácí klobáska, 8 brambor na loupáčku, sůl, voda

Nakladatelství Medica Publishing

tel.: +420 602 271 393,
momcilova@volny.cz

www.medicapublishing.cz



Zelí, je-li hodně kyselé, krátce propláchneme vodou, dáme do hrnce, doplníme do 1,5 l vody, přidáme kmín, ev. sušené máčené houby a vše vaříme do měkka. Mouku rozkvedláme se zakysanou smetanou, přidáme do polévky a na mírném ohni krátce povaříme. Podle chuti můžeme přidat domácí klobásku na kolečka a prohřát. Dochutíme solí a podáváme s vařenými bramborami na loupáčku.

Hrachová polévka z kuchařky Anny Drůbkové

Recept z roku 1906

Neplný půllitr loupáního hrachu, půlka cibule, 50 g másla, 1 petržel, 1 menší celer, 3 lžíce hladké mouky, 1 stroužek česneku, majoránka, pepř, sůl, 4 krajíčky chleba

Hrách namočený přes noc uvaříme do měkka. Kořenovou zeleninu na kousky uvaříme také do měkka, vývar nevyléváme.

Z rozstrouhané cibule, másla a mouky připravíme světlou jíšku. Do jíšky propa-



Hrachová polévka Anny Drůbkové

sírujeme (nebo rozmixujeme) hrách a uvařenou kořenovou zeleninu.

Doplníme vývarem ze zeleniny a vodou do 1,5 l, promícháme a vaříme za častého míchání asi 45 minut.

Ochutíme kořením, prolisovaným česnekem, solí a necháme chvíli táhnout. Polévka je velmi výživná a s chlebem v zimních časech dobrá jako večeře.

HLAVNÍ JÍDLA luštěninová

Kočí svarba

– hrách a kroupy (šoulet)

250 g celého žlutého hrachu, 120 g velkých ječných krup, 1 velká cibule, 50 g sádla nebo oleje, sůl

Hrách namočíme alespoň na 12 hodin do studené vody. Pak jej propláchneme a uvaříme hodně do měkka. Kroupy propláchneme, namočíme na dvě hodiny do studené vody, osolíme a v téže vodě uvaříme do měkka. Na tuku osmažíme nakrájenou cibulku. Uvařené kroupy smícháme s vařeným hrachem, přidáme cibulku i s omastkem, promícháme a ne-

cháme chvíli zaležet. Podáváme s kysaným zelím, dušeným nebo syrovým, nebo se zeleninovým salátem.

Kočí tanec

– čočka a kroupy

250 g obyčejné hnědé čočky, 200 g ječných krup nebo pohanky, 1 cibule, 1 stroužek česneku, půl lžičky majoránky, 50 g sádla nebo oleje, sůl

Čočku a kroupy (nebo pohanku) namočíme (každé zvlášť) na 2 hodiny do studené vody, a pak uvaříme (každé zvlášť) do měkka. Obilí propláchneme studenou vodou a smícháme s okapanou čočkou. Na tuku osmažíme nakrájenou cibulku, přidáme prolisovaný česnek a majoránku a vše přidáme ke směsi čočky a obilí.

Dochutíme solí a podáváme se zeleninovým salátem.

Švec

– fazole a kroupy

300 g suchých bílých fazolí, 200 g krup, kousek anglické slaniny, sůl

Fazole namočíme na 12 hodin do studené vody. Vodu slijeme, nahradíme čistou a fazole uvaříme do měkka. Kroupy propláchneme ve studené vodě a máčíme 2 hodiny, pak uvaříme do měkka. Uvařené kroupy propláchneme vodou, smícháme s okapanými fazolemi a polijeme na kostičky nakrájenou a rozškvařenou slaninou.

Staročeský pálenec

– pučálka z hrachu

Staroslovanská pochoutka místo křupky apod.

400 g hrachu, 3 lžíce oleje nebo másla, sůl

Celý zralý hrách ve slupce dáme do studené vody 24 hodin bobtnat. Pak všechnu vodu slijeme a hrách naklíčíme.

Klíčení hrachu provádíme v keramické nebo plastové misce při pokojové teplotě takto:

Misku s nabobtnalým hrachem dáme do mikroténového sáčku na teplé místo v kuchyni. Alespoň jednou denně hrách dobře propláchneme vlažnou vodou, ocedíme a vrátíme do misky. Asi třetí den vyrazí malé klíčky. Tehdy je hrách vhodný pro přípravu pálenice.

Pražení pálenice: Naklíčený hrách necháme dobře okapat. Na velké pánvi rozpálíme tuk a hrách postupně pražíme do zlatova. Hotový lehce posolíme (nebo moderně zakápneme SHOYU). Je to pochoutka připomínající alaburky či pražené arašidy. Je bohatá na proteiny.



Kočí tanec

HLAVNÍ JÍDLA se zeleninou

Naše babičky, zejména na venkově, znaly jen obyčejnou domácí zeleninu. Bylo to hlavně zelí – čerstvé i kvašené, kořenová zelenina (mrkev, petržel, celer), kapusta, ev. i dýně nebo květák, řepa a tuřín, bylinky a natě.

Zelná placka s kroupami

1/2 kg kysaného zelí, 1/2 kg vařených krup, 100 g oleje nebo sádla, sůl

Kysané zelí dáme okapat a překrájíme na drobno. Kroupy pomeleme na masovém strojku. Obojí v míse smícháme, popř. dochutíme solí. Rozpálíme troubu, vložíme hlubší plech s omastkem. Když je omastek horký, vyjmeme plech z trouby a rozetřeme na něj připravenou hmotu. Pečeme v silnější troubě, až jsou okraje zlatavé, pak obrátíme, roztrháme na kusy a ještě dopečeme. Dostaneme výbornou křupavou placku v pěkně vypečených kouscích. Podáváme se zeleninovým salátem.



Nudle v zelí

1/2 velké hlávky čerstvého zelí, 1 velká cibule, 50 g sádla nebo oleje, 400 g širokých domácích nudlí, sůl

Očištěné zelí nakrájíme na proužky, košťál nastrouháme. Na omastku zpěníme nakrájenou cibuli, přidáme nakrájené zelí, podlijeme vodou a dusíme do měkka. Zatím si uvaříme nudle, koupené podle návodu na obalu. Když je zelí hotové, dochutíme jej solí, smícháme s uvařenými nudlemi a necháme chvíli zaležet.

Směs chutná také zapečená, zalitá v mléce rozšlehaným vejcem (Zelné flíčky).



Kapustový prejt

Jihočeské zelňáky

400 g pšeničné mouky hladké nebo celozrnné, 400 g kysaného zelí, 4 lžice oleje nebo sádla, 1 lžička kmínu

Zelí částečně zbavíme tekutiny, je-li příliš kyselé, trochu jej propláchneme. Vodu ze zelí nevyléváme, použijeme ji jindy na polévku nebo do omáčky. Pak zelí překrájíme na menší kousky. V míse smícháme takto připravené zelí s moukou a kmínem a uhněteme těsto. Těsto rozválíme na plát asi 1 cm silný, vykrajujeme větší kolečka nebo čtverce a pečeme v troubě na omastku do zlatova.

Staročeské fazole v zelí

300 g suchých bílých fazolí, 250 g kysaného zelí, kousek slaniny, 1 cibule, 30 g sádla nebo oleje, 2 stroužky česneku, 2 lžice pšeničné mouky hladké, 150 ml kysané smetany, sůl

Fazole přes noc namočíme, vodu slijeme, dáme novou, a pak uvaříme spolu s nakrájenou slaninou do měkka. Zároveň v jiném hrnci osmažíme na oleji nakrájenou cibuli, přidáme zelí a dusíme. Pak přidáme slaninu a uvařené fazole, prolisovaný česnek a smetanu, rozkvedlanou s moukou a krátce provaříme. Dáme chvíli zaležet a popř. dochutíme solí.

S chlebem nebo pečivem je to výborný zimní oběd.

Kapustový prejt

1 kapusta, 2 vejce, sůl, 40 g másla, zelená petrželka, 250 g mletého krůtího masa (nebo uvařená mletá čočka), 2 housky, 200 ml mléka, 30 g slaniny, petrželová nať, tuk na vymazání pekáčku

Očištěnou kapustu povaříme v osolené vodě, necháme okapat a umeleme ji na masovém strojku. Slaninu nakrájíme na kostičky a vyškváříme, housky namočíme v mléce. Žlutky utřeme se solí a máslem, přidáme umletou kapustu, mleté maso

nebo čočku, vymačkané housky, vyškvářenou slaninu, jemně sekanou petrželku a sníh z bílků.

Vše dobře promícháme, vložíme do vymazaného pekáčku a upečeme v dobře vyhřáté troubě do zlatova.

Dýně na smetaně

Staré slovensko-maďarské jídlo

1/2 kg očištěné a oloupané dýně, 1 velká cibule, 70 g másla nebo oleje, pepř, 50 g mouky hladké, 100 ml zakysané smetany, ocet, sůl, cukr, svazek kopru

Očištěnou dýni nakrájíme na kostky, dáme na talíř, zakapeme ředěným octem a necháme půl hodiny macerovat. Nakrájenou cibuli osmažíme na části omastku, přidáme lžičku cukru a okapanou macerovanou dýni, podlijeme trochu vodou a dusíme téměř do měkka. Ze zbylého omastku a mouky uděláme světlou jíšku a pokrm zahustíme. Nakonec přidáme rozkvedlanou smetanu, sekaný kopr a dochutíme solí, octem, cukrem. Necháme chvíli zaležet a podáváme s vařeným vejcem a knedlíkem nebo chlebem.

Květák zadělávaný

1 větší květák, 70 g másla, 50 g hladké mouky, strouhaný muškátový oříšek, sekaná petrželová nať, sůl

Očištěnému kvěťáku nakrojíme košťál do kříže, a pak jej uvaříme v osolené vodě, ne příliš do měkka. Na másle usmažíme s moukou světlou jíšku, zalijeme ji vývarem z kvěťáku, ochutíme muškátem a 8 minut povaříme. Nakonec vložíme do omáčky petrželku a na růžičky rozebraný květák a vše necháme chvíli zaležet.

Zadělávaný květák podáváme s rýží nebo s knedlíčky z housek nebo pohanky.

Tuřín pečený

1/2 kg tuřínu, 50 g sádla nebo oleje, sůl

Tuřín oloupeme a nakrájíme na plátky (kolečka) asi 1 cm silné. Na plechu v troubě rozpálíme omastek, na něj vložíme plátky tuřínu, osolíme a pečeme do růžova. Během pečení jednou obrátíme. Podáváme jako přílohu nebo jako zajímavý zimní předkrm.

TEXT a FOTO Pavla Momčilová

Připravit si vlastní **FERMENTOVANÝ ČAJ Z BYLIN**

Přírodní čaj z různých listů překvapí svou chutí. Dokáže zabavit děti o prázdninách. Dá se použít jako nevšední dárek. Udělejte si svůj osobní čaj.



Fermentovaný domácí čaj z maliníku.

Černý čaj vzniká fermentací listů čajovníku. Stejný proces se dá použít i na jiné listy dostupné za humny. Výsledek je překvapivě podobný. Osvědčenou surovinou jsou listy maliníku, černého rybízu nebo lesních jahod. Nebojte se vyzkoušet i byliny. Vyberte si rostliny, o nichž víte, že jsou jedlé – máta, meduňka, jitrocel...

Výroba čaje není složitá, zabere pár hodin, zato výsledek přinese velkou radost. „Stále hledám nějaké zábavné cesty, jak ukázat především dětem, vznik některých potravin,“ říká **Jana Vlková**, autorka kuchařek a propagátorka jedlých rostlin, a dodává: „Experimenty s jednoduchou fermentací a šálek společně připraveného čaje, se stanou něžnou vzpomínkou na společně strávené dny prázdnin.“

Ovládnutí fermentace, to je jedna z cest člověka (druhu *Homo sapiens*), kterou předběhl zbytek živočišné říše. Usnadnil si tak cestu k potravním zdrojům, protože je

učinil stravitelnější a trvanlivější. Už si to ani neuvědomujeme, ale jen naše snídáně, kterou startujeme do nového dne, se může sestávat ze samých fermentovaných potravin: káva, kakao nebo čaj, chléb, jogurt, sýr.

Domácí fermentace různých zelenin a ovoce je dnes velmi oblíbená činnost, již si obohacujeme náš jídelníček. Příprava takových laskomin však trvá delší dobu a vyžaduje i technologickou kázeň, protože na kvasinky mohou nasednout plísně a celé úsilí zhatit.

„Výroba čaje z listů, které si nasbíráme v přírodě, je rychlá a nevyžaduje žádné investice s výjimkou probarvené utěrky,“ vysvětluje podrobnosti Jana Vlková „Když se to napoprvé nepovede, je to vlastně dobře. Uvědomíme si, kolik vědění, zkušeností a úsilí za výrobou jídla stojí. Velkorysá příroda dává novou šanci všechno za tři dny zopakovat.“



Kytky k jídlu
www.kytkykjidlou.cz

Domácí čaj z listů maliníku

- * Tkaná bavlněná nebo lněná textilie o rozměrech cca 0,25 m², tedy přibližně 50 x 50 cm. (Textilie se zabarví tříslovinami, takže pak je z estetických důvodů problematicky použitelná).
- * Kousek nebarveného provázku z přírodního vlákna.
- * Menší igelitový sáček.
- * Nůžky, košík, zkrátka náčiní na sběr.

Sbírejte sytě zelené listy – ani příliš mladé, které nemají dostatek tříslovin, ani příliš staré, které začínají žloutnout. Nasbírané listy můžete mírně rozrušit – paličkou na maso, válečkem na těsto apod., ale není to nutné. Do velkého hrnce dejte trochu vody a nahoru přidejte volně prověšenou přírodní textilií (nejraději starou lněnou utěrku). Připravte listům mělké lůžko.

Vodu uveďte do varu, listy dejte na tkaninu a přikryjte pokličkou, aby se hezky zapářily. Trochu je promíchejte, aby všechny hezky rovnoměrně ztmavly.

Nechejte vychladnout tak, abyste s nimi mohli manipulovat. Rozložte je v rovnoměrné tenké vrstvě na textilií.

Zarolujte velmi pevně, svažte provázkem a dejte do mikrotenového sáčku. Nechejte dva dny fermentovat. Balíček rozbalte a listy usušte při pokojové teplotě v tenké vrstvě, občas obraťte, aby nezplesnivěly.

Pak už jen stačí nadrtit nebo nastříhat na menší kousky a můžete začít vařit čaj.

Pokud si chcete s takto získanou surovinou pohrát, můžete ji obohatit o další ingredience – sušené bezinkové plody, sušená jablka nakrájená na malé kousky, sušené květy měsíčku, růže, slézu mauraského nebo další.

TZ

Česká veřejnost považuje změnu klimatu za závažný problém a chce, aby ho Česká republika řešila. Tápe však, jakým způsobem

OBAVY ZE ZMĚNY KLIMATU

Historické záplavy v Německu, tornádo na jižní Moravě, další zasedání české uhlé komise, balíček klimatických politik Evropské komise nebo blížící se zveřejnění nové zprávy Mezivládního panelu pro klimatickou změnu OSN – právě v tomto období přináší výzkumný tým Katedry environmentálních studií Masarykovy univerzity a Green Dock nová data z podrobného reprezentativního výzkumu veřejného mínění, kterého se zúčastnilo 2 762 dotazovaných.

Mezioborový tým vědců a vědkyň dnes představil výsledky svého výzkumu, který zkoumal sociologické, psychologické a komunikační otázky ochrany klimatu. Zveřejněná studie veřejného mínění navazuje na předchozí šetření výzkumného týmu, nabízí novou typologii cílových skupin v ochraně klimatu a zkoumá způsoby, jak o ochraně klimatu komunikovat s veřejností.

Sociolog **Tomáš Chabada** z Masarykovy univerzity představuje výsledky výzkumu: „Pro většinu české veřejnosti už není sporu, zda je změna klimatu závažný problém. V současnosti 76 % veřejnosti ví, že změna klimatu probíhá a 71 % si uvědomuje, že její hlavní příčinou jsou lidské aktivity. Celých 28 % uvádí, že více než před dvěma lety podporuje ochranu klimatu. Jen 4 % se přiklání k názoru, že klimatická změna neexistuje, a pouze 2 % odmítají ochranu klimatu více než před dvěma lety.“

Navazuje na něj sociální psycholog **Ondřej Kácha** z Green Dock: „Stejně tak se většina obyvatel shoduje, že máme tento problém řešit – podle 68 % je důležité, aby Česká republika přijala opatření proti změně klimatu. Zvláštní pozornost si zasluhuje, že podle 66 % má Česko snižovat své emise skleníkových plynů bez ohledu na emise jiných zemí. Zároveň 70 % Čechů a Češek stojí o předvídavou, strategickou politiku a je přesvědčeno, že český stát má řešit problémy, které hrozí naší zemi kolem roku 2050.“

A které klimatické politiky podporuje česká veřejnost nejvíce? Více než 70 % veřejnosti souhlasí s tím, aby se ekonomicky podporovalo vytváření přírodních prvků zadržujících vodu v krajině, aby se v zemědělství používaly ekologické postupy, aby se za zateplování budovy a stavěly budovy nenáročné na energii, rozvíjely obnovitelné zdroje energie nebo zavedla výuka o změně klimatu a ochraně klimatu na všech základních a středních školách.

Sociální psycholog **Jan Krajhanzl** z Masarykovy univerzity, vedoucí výzkumného týmu to komentuje: „Mezi českou veřejností už je *passé* nejistota, zda ke změně klimatu dochází nebo ne. Avšak v celé řadě dalších otázek obyvatelé tápou. Například jen 7 % správně ví, že Česká republika produkuje více emisí skleníkových plynů na hlavu než Čína, Indie nebo Velká Británie. A jen 24 % správně odpovědělo,

že Česko patří mezi největší vývozců elektrické energie v Evropské unii. Nejistotu ilustruje také to, že celých 45 % si netroufá odpovědět, zda má či nemá Česko odstoupit od uhlí, či v jakém roce.“

A environmentalistka **Renata Svobodová** z Masarykovy univerzity pokračuje: „Češi a Češky také jen okrajově sledují diskusi o změně klimatu. Například výroky a aktivity české vlády v ochraně klimatu zaznamenalo pouze 19 % a uhlé komise 10 %. Působení světoznámé aktivistky Greta Thunberg pak zachytilo jen 46 % veřejnosti, bývalého prezidenta a vyhlášeného klimaskeptika Václava Klause 26 %. Mimochodem, toho oznámkovali oslovení ze všech osobností a organizací nejhůře – od 63 % veřejnosti dostal Václav Klaus za svá vyjádření v této oblasti čtyřku nebo pětku.“

A sociolog **Tomáš Chabada** z Masarykovy univerzity k tomu poznamenává: „Výsledky ukazují, že tu chybí známé, důvěryhodné a respektované osobnosti, které by s českými diváky, posluchači a čtenáři mluvili o ochraně klimatu způsobem, který jim je blízký. Více než 70 % veřejnosti by přitom chtělo, aby se do ochrany klimatu více zapojilo Ministerstvo životního prostředí, vláda, firmy, domácnosti a čeští vědci a vědkyně, podle více než 60 % také například česká média nebo politici a političky.“

Sociální psycholog **Ondřej Kácha** z Green Dock navazuje: „Česká veřejnost se přitom sama ostýchá mluvit o změně klimatu před druhými. Podle výsledků 61 % Čechů a Češek nikdy s druhými nekomunikovalo o podpoře ochrany klimatu. Jen 17 % dotázaných pak předpokládá, že bude toto téma více otevírat v budoucnu. To je menší ochota než například u podepisování klimatických petic. Nece-

lých 67 % Čechů a Češek petici zatím nikdy nepodepsalo, nicméně 34 % veřejnosti předpokládá, že budou časem klimatické petice podepisovat více.“

Sociální psycholog **Jan Krajhanzl** z Masarykovy univerzity doplňuje: „Těch zajímavých výsledků však náš výzkum přináší mnohem více. Například se znovu ukázalo, že příroda je pro Češky a Čechy důležitá a zajímavá je. Považují ji za vůbec nejatraktivnější mediální téma z třiceti nabízených, životní prostředí se pak umístilo třetí. Lidé také považují za mnohem důležitější svůj vztah k přírodě než to, zda jsou pravicoví či levicoví, liberálové nebo konzervativci: za ochránce přírody se považuje 71 % a za ekologa 48 % české veřejnosti.“ A uzavírá: „Zaujalo nás také poměrně kritické hodnocení současnosti i budoucnosti: více než 60 % veřejnosti očekává, že dnešní děti budou žít v horším světě, než je ten náš, a 54 % veřejnosti není spokojeno se životním způsobem, kterým žije většina společnosti.“

Kompletní výzkumná zpráva s podrobnými výsledky je ke stažení na stránkách Katedry environmentálních studií Masarykovy univerzity. Najdete zde například podrobný popis nové typologie cílových skupin české veřejnosti ve vztahu k ochraně klimatu a to, jak reagují na různé způsoby komunikace v této oblasti.

<https://humenv.fss.muni.cz/ceskeklima2021>



Pro šveskové ekosady a biopovidla BARTÁKŮV HRNEC A TITUL

O cenění pro nejlepší statek hospodařící v režimu ekologického zemědělství letos převzal David Ryšavý s rodinou – manželkou, dvěma dětmi, sestrou a rodiči. Rodinný podnik „Ekosady Komňa“ se zaměřuje na pěstování a zpracování švestek a dalšího ovoce. „Zlatáky“ z Bartákova hrnce, soška Nejlepší ekofarma a diplomy byly za účasti široké veřejnosti předány dne 12. června při akci „Den otevřených sadů“. Ocenění „Nejlepší ekofarma roku“ udělil PRO-BIO Svaz ekologických zemědělců a Nadační fond Richarda Bartáka předal rodině Davida Ryšavého putovní Bartákův hrnec – nejstarší ocenění pro ekologické zemědělce.



David Ryšavý seznámil přítomné s historií svého ekopodnikání přímo v sadech.



Zájem veřejnosti o odborné otázky ekosadaření byl velký. Dostavili se také ekozemědělci ocenění v minulých ročnících. Někteří z nich také prodávali svoji produkci na malém biojarmarku.



Ing. Milan Knížek, předseda SR NF Bartákův hrnec přespává čerstvě ražené dvacetikoruny hospodáři do ošatky.



Ekosady v rozsahu 19 ha jsou vybaveny hmyzími hotely, sedátky pro dravce a kamennými kupami pro hmyz, hady a ještěrky. Ti všichni likvidují škůdce. Ve vysoké trávě se schovávají zajíci.



Bioprodukty z ekosadů v Komni jsou opravdu vynikající svou kvalitou a před rokem dostala biošvestková povidla ocenění i v soutěži Česká biopotravina roku.



Slavnostního předání ocenění se zúčastnila poslankyně Alena Gajdůšková (zcela vpravo) a hejtmán Zlínského kraje Radim Holíš (na foto není), předseda Svazu se soškou Zdeněk Perlinger, manažerka Svazu Kateřina Urbánková a mnoho dalších hostů.

NEJEN ŽLUTÁ POLE

Ekologické zemědělství (EZ) mohou v krajině prozradit menší výměry pozemků, vyšší zastoupení krajinných prvků, diverzita a různorodost pěstovaných plodin. Zásadním rozdílem mezi Ekologickým zemědělstvím (EZ) a Konvenčním zemědělstvím (KZ) je především různorodost pěstovaných plodin. EZ zde má skutečné výhody, jelikož má výrazný podíl plodin zlepšujících půdu (víceleté pícniny a luskoviny).

Pícniny zabírají kolem 40 procent orné půdy, zastoupeny jsou především víceleté pícniny (jetele, jetelotravy, vojtěška) využívané ke krmení, zelenému hnojení anebo odplevelování orné půdy. Nezbytnou součástí jsou luskoviny, jejichž předností je výživný a zúrodňující dopad na půdu. V KZ tvoří pícniny jen pětinu orné půdy, dominují naopak pícniny jednoleté, především kukuřice na siláž. Celkově je výměra pícnin v EZ více než dvojnásobná oproti KZ a zastoupení víceletých pícnin je v EZ téměř 5krát vyšší. Struktura plodin také odráží povinnost pro EZ zajistit si vlastní biokrmivo pro hospodářská zvířata, kterých je v EZ režimu chována již podstatná část (v EZ je chováno více než 50 % krav určených na maso, 41 % ovcí, 32 % koz a 26 % koní).

Z obilnin se v EZ nejvíce pěstuje pšenice a oves. Skladba pěstovaných druhů je však mnohem pestřejší a zahrnuje minoritní druhy jako špaldu, pšenici tvrdou, jednozrnku či dvouzrnku, pohanku aj. Vzhledem k úzké specializaci KZ, kdy pšenice a ječmen zabírají přes 85 % celkové plochy obilnin, se v podstatě minoritními plodinami stalo dnes žito, tritikale i oves.

Naopak v EZ najdeme jen minimálně řepku. Olejny zabírají jen necelá 3 % orné půdy, a kromě řepky se pěstuje zejména slunečnice a hořčice. V KZ tvoří olejny pětinu orné půdy a jde především o pěstování řepky.

Biodiverzita a ekologické zemědělství v praxi

Přestože je v ČR relativně málo ekologických podniků, které hospodaří převážně na orné půdě, jsou ostrůvky, kde každý upozoruje změnu v krajině a v barvách polí. Z celkového počtu 4 665 registrovaných ekologických hospodářství ke konci roku 2020, jich necelých 15 % (660) hospodaří převážně na orné půdě (orná půda tvoří více než polovinu jejich celkové

výměry). Nejvíce těchto farem najdeme na Vysočině a v Jihomoravském kraji. Příkladem je ekologický statek společnosti PRO.BIO, s.r.o., obhospodařující 366 hektarů orné půdy v krásné kopcovité krajině na okraji Ždánického lesa v obci Velké Hostěrádky. Jejich ekohospodáře jsme vyzpovídali:

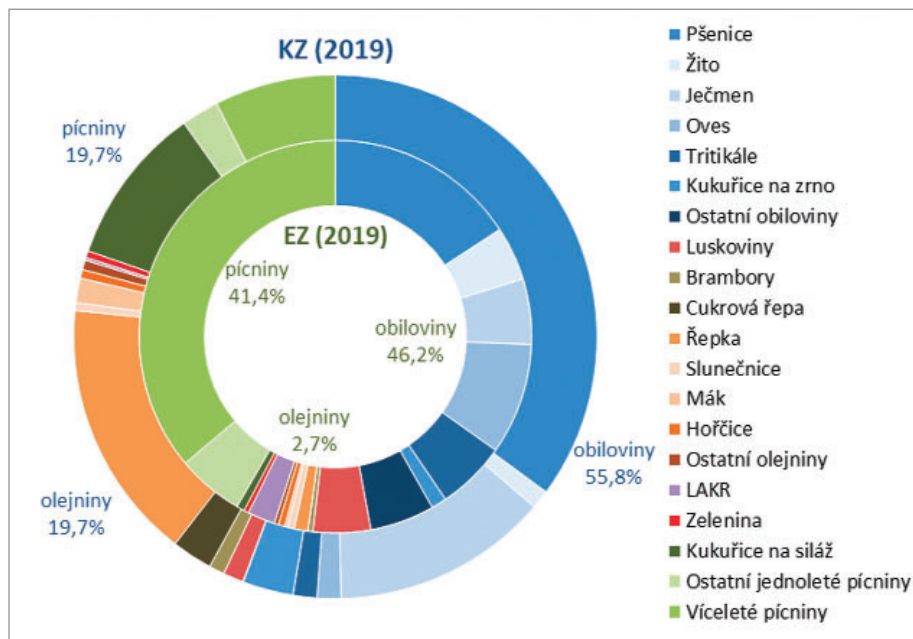
„Jednou z mnoha zásad certifikovaného ekologického hospodaření je diverzita – různorodost. Nejen biodiverzita organismů v rozličných ekosystémech, které se vzájemně doplňují, podporují, čímž přispívají ke stabilitě. Zásadní je také diverzita pěstovaných plodin na farmě související s diverzifikací podniku. V praxi to znamená, že pokud pěstují více druhů tržních plodin, chovám zvířata apod., tak to přispívá k ekonomické stabilitě podniku, nebo chcete-li, k jeho udržitelnosti. Vyplyvá z toho, že pojmy ekonomické a ekologické jsou hodně příbuzné,“ říká Martin Hutař,



Směska

FOTO – ČTPEZ

Graf - Struktura pěstovaných plodin na orné půdě v EZ a KZ (2019)



spolumajitel společnosti PRO.BIO a farmy ve Velkých Hostěrádkách.

„V osevním sledu máme zařazené plodiny v širokém sortimentu. Jsou zastoupeny ty, které jsou zlepšující (výživa, zdraví rostlin, podpora opylovačů). Mezi ně patří vojtěška, inkarnát, různé druhy jetelů apod. Potom jsou to různé obiloviny a zrniny pěstované na osiva, potraviny, krmiva. Na některých polích se pěstují různé druhově bohaté směsky za účelem produkce krmení nebo jako meziplodiny,“ dodává pan Martin Hutař.

V České republice se významně mění struktura pěstovaných plodin. Osevní plocha orné půdy v roce 2020 činila 2 462 tis. hektarů a zemědělské plodiny tak rostly zhruba na třetině území Česka. Největší propad zaznamenaly brambory, jejichž pěstební plocha poklesla na méně než pětinu (ze 130 tis. ha v roce 1980 na současných 24 tis. ha). Razantně klesla z 33 na 11 tis. ha plocha zeleniny. Na



Osev jetelem nachovým (inkarnát) v Hostěrádkách.

téměř polovinu klesly plochy luskovin na zrno (ze 70 na 37 tis. ha) a píce (z 1 020 na 515 tis. ha), u nichž se navíc převrátil poměr ve prospěch jednoletých oproti víceletým s dominancí kukuřice na siláž. Naopak skokanem se stala řepka, která byla v Českých zemích zpočátku spíše raritou, avšak od roku 1980 vzrostla její plocha téměř šestinásobně (z 64 na 368 tis. ha v roce 2020). Dnes řepka společně s pšenicí a ječmenem tvoří hlavní tři plodiny pěstované v ČR – dohromady pokrývají až 60 % orné půdy. A pokud přidáme ještě plochy kukuřice na siláž, máme pokryto téměř 75 % zemědělské půdy v ČR.

„Plochy řepky svítící žlutě na našich polích nenajdete. Vítězem mezi barvami u nás je jetel nachový (inkarnát), kvetoucí červeně od druhé poloviny května do začátku června. Opylovači mají radost především z bílých až narůžovělých kvítků pohanky seté, kterou sejeme samostatně nebo ve směsi mezplodin. Je to polodivoká rostlina, která může mít až dva tisíce kvítků na jedné rostlině, které postupně nakvétají po mnoho týdnů. Pestrobarevná podívaná se na našich polích odehrává až do začátku zimy díky pěstování směsí ke zlepšení půdní struktury, zelenému hnojení, zastínění půdy a snížení eroze. Tyto obsahují často deset a více druhů rostlin, např. pohanka, čirok, lnička, sléz, lupina, peluška, hrách, vikev, hořčice, ředkev olejná, bér, svazanka, žito, oves, různé druhy ječelovin ap. A proč takový sortiment? Každá rostlina umí něco jiného, respektive reaguje různorodě na momentální podmínky, takže je předpoklad, že něco určitě vyjde, a proto je pro půdu a život v ní a vlastně i nad ní prospěšná.

Ani obilniny nemají stejnou barvu nebo strukturu. Pěstujeme mimo známé pšenice také starou odrůdu pšenice špaldy RUBIOTA, která se s dozráváním zbarví do červena. Když to podtrhne ještě západ slunce, je to nádherný pohled. Zkoušeli jsme pěstovat také pšenici jednozrnku odrůdu RUMONA. Je to genetický předek současné pšenice, který se přestal pěstovat pro malý výnos. Vynahrazuje to ale svoji oříškovou chutí a lepšími nutričními vlastnostmi. Na pole s touto plodinou je nádherný pohled z výšky, stébla se i při slabším větru nádherně „vlní“ (viz. foto). Z málo častých obilovin pěstujeme čirok

Ruzrok, jehož černé laty až dva metry vysoké dozrávají v pozdním létě,“ dodává na závěr Martin Hutař.

EZ je tedy volbou, jak vrátit do České republiky barevná pole, a hlavně zdravou přírodu pro všechny.

Lucie Čeňková, ČTPEZ

FOTO – Martin Matěj a Martin Hutař



Sklizeň pšenice jednozrnky.

FOTO – Martin Hutař

vat pro malý výnos. Vynahrazuje to ale svoji oříškovou chutí a lepšími nutričními vlastnostmi. Na pole s touto plodinou je nádherný pohled z výšky, stébla se i při slabším větru nádherně „vlní“ (viz. foto). Z málo častých obilovin pěstujeme čirok



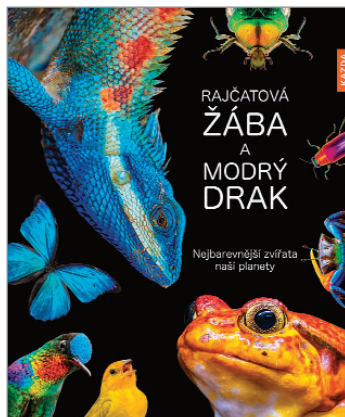


DIVOČINA V ZAHRADE

Pro každého, kdo má zahradu a není mu lhostejná naše planeta, je zásadním čtením kniha **Divočina v zahradě**. Profesor biologie **Dave Goulson** v ní zaneprázdně vysvětluje, jak jsou naše životy a osud celého lidstva neoddělitelně propojené se životy škvorů, včel, zlatooček a pestřenek, nedoceňovaných hrdinů přírodního světa. Kniha je oslavou života drobných tvorů, kteří žijí v našich zahradách. Nahlédněte spolu s autorem do kompostu, vrtejte se v hlíně a nořte se do zahradního jezírka. Kniha **Divočina v zahradě** je skvělým průvodcem ekologickým zahradničením.

PROČ JSOU VLASTNĚ ŽIVOČICHOVÉ BAREVNÍ?

Odpověď na tuto otázku a 250 nejbarevnějších zvířat naší planety najdete v knize **Rajčatová žába a modrý drak**. Malá, velká, známá i vzácná zvířata se v této podmanivé obrázkové publikaci setkávají neotřaditelným způsobem: spojila se podle barvy peří, srsti, kůže nebo šupin.



Mnoho živočichů doslova hraje všemi barvami, a někteří dokonce svítí ve tmě. Působivé fotografie zvířat jsou doprovázeny krátkými profily zvířat a zajímavostmi.

Využijte možnost objednat dětem tuto pestrébarevnou velkoformátovou knihu s 20% slevou v nakladatelství Kazda.

Výsevní dny podle Marie Thunové^(R) 2021

Objednávejte prostřednictvím objednávkového formuláře webu pro-bio.cz, kde je nabídka dalších zajímavých titulů – <https://pro-bio.cz/publikace/>

Množstevní slevy

1–4 ks 68,-
5–9 ks 66,-
10–29 ks 64,-
30–99 ks 60,-
od 100 ks 58,-

Můžete také objednat zde:
andrea.vizinova@pro-bio.cz



BIOINSTITUT OLOMOUC

Ochrana révy vinné v ekologickém vinohradnictví

Biobrambory. Jak ekologicky vypěstovat kvalitní brambory
Faremní zpracování mléka v EZ
Porážka a zpracování masa v EZ
Pěstování léčivých a kořeninových rostlin v EZ
E-mail: [info\(et\)bioinstitut.cz](mailto:info(et)bioinstitut.cz)

Měsíčník BIO je mediálním partnerem pro:

PRO-BIO, Svaz ekologických zemědělců, z. s.

Nemocniční 53
787 01 Šumperk
tel.: 583 216 609
pro-bio@pro-bio.cz
www.pro-bio.cz



Objednejte v redakci



Bio – archiv čísel v pdf dle ročníků 2004–2020 na DVD, nebo zašleme pdf na e-mail
Cena 250 Kč

Petr Dostál a kol.:
PĚSTUJEME VLASTNÍ SEMÍNKA

Uchování bohatství a rozmanitosti uživatelských rostlin, ekologické pěstování. Brožovaná, stran 132, barevné snímky.
Cena 145 Kč



UPCYKLACE – Nový život starých věcí, autorský tým

Nápady pro začátečníky i pokročilé, jak upcyklovat. Více než 100 kreativních tipů a návodů na upcyclaci starého šatstva a jiného vysloužilého textilu pro začátečníky i pokročilé. Pokud se vyřazené svršky nevyhodí, ale promění v originální a užitečné věci, které mohou dál sloužit, nemusí tak vznikat tuny dalšího oblečení. Sníží se tím negativní dopady na přírodu. Kniha vyšla v Nakladatelství KAZDA



PROBIO,
obch. spol.,
s.r.o.

Lipová 40
Staré Město pod Sněžníkem
583 301 951, f: 583 301 960
www.probio.cz

EKOTREND SLOVAKIA

Zvaz ekologického poľnohospodárstva
Michala Hlaváčka 21,
054 01 Levoča
SLOVENSKÁ REPUBLIKA
++421 905 580 141, 534 511 862
www.ecotrend.sk



PŘEDPLATNÉ 2021 za 200 Kč

pro ZPRAVODAJ biodiverzity a uchování starých odrůd v pdf (4. ročník) a Bio (25. ročník) k tomu zdarma

Zaplatit můžete na účet: 2319256023 / 0800 (fakturu vystavíme na požádání)
Podpoříte tak vycházení ZPRAVODAJE i záslužnou činnost k uchování odrůd.

Starší čísla Bio i se Zpravodajem zájemcům zašleme (vhpress1@seznam.cz) – způsob zaslání a platba dohodou. Noví zájemci o předplatné kontaktujte redakci Bio.

REDAKCE BIO

PhDr. Miroslava Vohralíková,
šéfredaktorka a vydavatelka
Jungmannova 1403
500 02 Hradec Králové 2
IČ 63235099, neplátce DPH
tel.: 608 476 828,
vhpress1@seznam.cz
bio.noviny@tiscali.cz

Toto dvojčíslo vyšlo elektronicky
7. srpna 2021, ročník 25, č. 4
ISSN 2533-6673

Tištěné BIO vycházelo 1997–2016
Od r. 2017 vychází elektronicky
jako dvouměsíčník. Podporujeme
Zpravodaj biodiverzity a uchování
starých odrůd.

Rozšiřováno prostřednictvím předplatného, zasíláno elektronicky.

Redakční rada

Ing. Jiří Urban, Ing. Petr Dostál,
Pavla Momčilová

Jazyková úprava: redakce

Sazba a DTP
vh press Hradec Králové

Neoznačené snímky jsou majetkem redakce.

INZERCE

Inzerát řádkový soukromý (180 úhozů) za 100 Kč, firemní 300 Kč. Plošná firemní inzertce od 20 Kč za cm², podle rozsahu a počtu opakování.

www.bio-mesicnik.cz



FESTIVAL BIO VÍN A SÝRŮ

25. ZÁŘÍ 2021 / NÁMĚSTÍ
MIKULOV
10:00—17:00 HODIN

PŘIJMĚTE POZVÁNÍ NA FESTIVAL TUZEMSKÝCH BIO VÍN
SPOJENÝ S OCHUTNÁVKOU A PRODEJEM VYNIKAJÍCÍCH
BIO SÝRŮ A DALŠÍCH VÝROBKŮ V BIOKVALITĚ Z EKOFAREM
NAPŘÍČ CELOU ČR.

POŘADATEL:

S FINANČNÍ PODPOROU:

VE SPOLUPRÁCI S:

