

Pohádky k nakousnutí

Milé děti,

vydejte se s námi na výpravu do světa pohádek ze čtyř ročních období, ve kterých se dozvíte plno zajímavostí o tom, co míváte během roku na talíři. Objevte výborné recepty, které si můžete sami doma připravit a pochutnat si na nich, a vyřešte zábavné úkoly, které vás zanesou zpět do právě přečtené pohádky.

Přejeme vám hodně zážitků s vaší dobrou knížkou.

Vaše autorky: Katka, Barča, Bára, Julča, a Verča

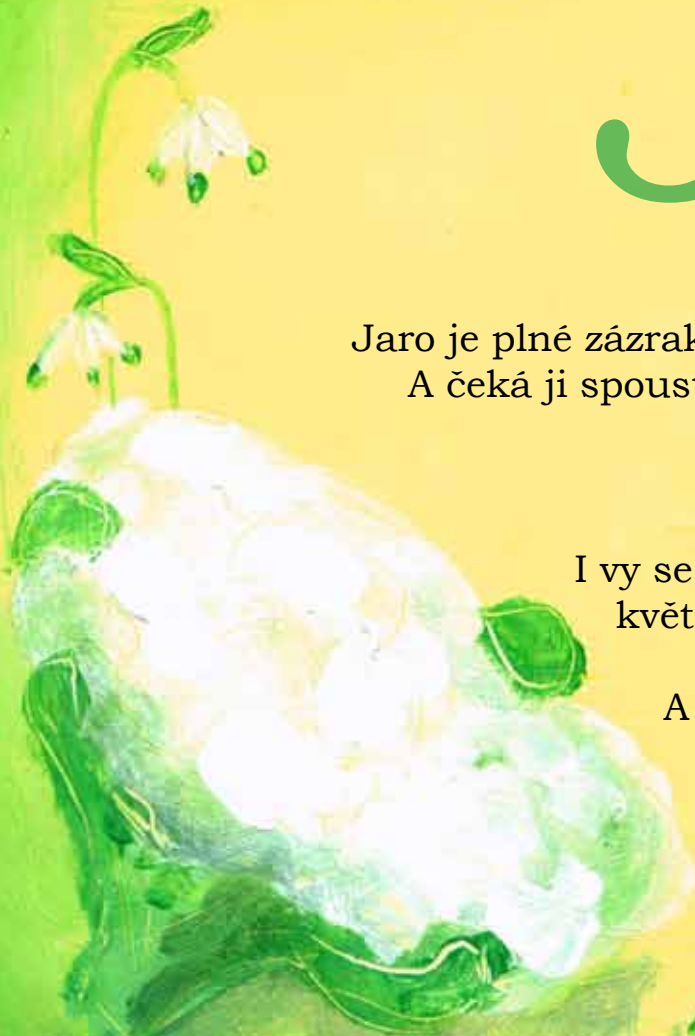


Jaro

Jaro je plné zázraků přírody, která se po dlouhé zimě probouzí.
A čeká ji spousta změn. Zelenají se louky, nedočkavě raší
a pukají pupeny stromů,
zvířátka vyvádějí mláďata.

I vy se můžete na jaře radovat s každou
květinou a s každým živým tvorem.

A co třeba stát se výzkumníky
a objevovat všechny ty
zázraky, které se
v přírodě dějí?



Pohádka jarní: Král Kulička

Za devatero vodami a devatero horami se v jednom pohádkovém kraji rozkládalo malé království. Vládl v něm dobrý král. Jen jednu slabost, milé děti, ten král měl. Byl velmi mlsný, a proto moc rád a často jedl. Až se z něj stal král Kulička, jak mu jeho poddaní v žertu přezdívali. Každé ráno, když král vyhlédl ze svého balkonu, snil o tom, že na stromech budou růst pečené koláče a jitrničky a kolem nich poteče čokoládový potok. Ale nikdy se mu to nesplnilo, přestože to byl král a žil v pohádce, ve kterých se jak známo dějí všeliká kouzla.

Krále kromě jídla lákaly cizokrajné země. Ač sám nikdy nebyl dál než na hranicích svého skromného království, rád vítal posly z cizích zemí. Jeho hrad se pak plnil nejroztodivnějšími předměty – vedle obřích ryb zlověstně spočívaly jedovaté šípy jakéhosi pralesního kmene, podivné sošky či strašidelné masky. Prapodivné to byly věci z dálek předalekých...

Jednou na jaře se král rozhodl, že by si chtěl trochu zpestřit jídelníček – jeho mlsný jazýček se zase hlásil o slovo. „Po té dlouhé zimě jsem nějak zhubl, jídla bylo málo,“ říkal si král. „Aby se tak ze mě stal nějaký hubeňour!“

I přikázal svým poddaným, aby mu nanosili vše dobré, co mají k jídlu. Sešly se hospodyňky z celého okolí a přinesly králi to nejlepší z toho, co právě rostlo na jejich zahrádkách. Ředkvičky, pažitku, květák a tu a tam i hlávkou salátu či špenátu. Všechno čerstvé a pečlivě natrhané pro pana krále.

„Všechny nosíte to samé,“ rozhněval se král. „Kdo to má pořád jíst!“ dodal nazlobeně. „Copak jsem housenka nebo zajíc? Dal bych si něco úplně jiného! Aspoň jablka nebo broskve. A nejlépe nějaký dobrý koláč z nich upečený. Nebo rajská jablíčka, když už nic jiného!“ hartusil.



„Ale pane králi,“ lomily rukama hospodyňky, „to přece ví každé malé dítě, že v naší zemi na jaře broskve ani jablka nerostou. Dokonce ani rajská jablíčka. Musíte si počkat – za několik měsíců jich bude spousta.“

Král byl ale paličatý a ten jeho věčně mlsný jazyk ještě více: „Já bych si dal něco jiného teď! Když nemáte, tak nemáte. Jděte mi z očí i s těmi svými květáky a to listí dejte králíkům!“ Hospodyňky smutně odešly a říkaly si, co že se tomu jejich králi Kuličkovi zase stalo.

Mlsný král poslal své vyslance do cizích zemí, aby rozhlásili, že on – veliký král – dostal chuť na něco dobrého. A že se štědře odmění tomu, kdo pochutiny přinese. Ó, to bude dobrot, zasnul se, až se mu zdálo, že na nebi místo slunce svítí veliký talíř plný cizokrajných lahůdek.

Vyslanci odjeli a král čekal a čekal. Jeden týden, nic. Začalo mu kručet v břiše. Druhý týden, stále nic – to už měl hlad jako vlk. Byl čím dál více hladový, a to se ví, že i rozmrzelý. Když tu – světe, div se – dorazil první posel! Ten posel byl z daleké země, kterou prý obklopovalo moře. A přivezl na podnose roztodivné mořské živočichy. Z podnosu vystrkovala ta podivná stvoření chapadla a oči, král by přísahal, že jeden z těch tvorů na něj zamrkal. Zdálo se mu to tuze divné a raději přenechal podnos kuchaři. Tomu z toho šla hlava kolem. S ničím podobným se ještě nesetkal a nevěděl, jaké jídlo z těch zvláštních zvířat připravit. Zkusil to tedy s omáčkou a knedlíkem, jak byl zvyklý, ale králi se příliš nezavděčil. „Klepetá s knedlíkem, kdo to kdy viděl,“ stěžoval si král. A kuchař si v duchu říkal, že to nikdy nikdo neviděl, neboť klepetá se v jejich zemi zkrátka nejí, a kuchaři tak s jejich přípravou nemají zkušenosti.

„Nevadí,“ pomyslel si král, „jistě mě čeká něco lepšího.“ Druhý posel z daleké země přišel po třech dnech. Král ochutnal různé neznámé druhy zeleniny a sýrů a byl spokojený.

Ale zjistil, že se jedná o nesmírně drahé potraviny z velké dálky a že by musel kvůli nim vyplatit obchodníkům všecičko královské zlato. „To víte, pane králi, cesta byla daleká! O dobroty jsme museli cestou pečovat, koně táhnoucí povozy řádně nakrmit, aby včas urazili tak dalekou cestu. Ale je to prvotřídní dovozové zboží z ciziny, a to je přece vždycky lepší a dražší,“ přemlouval ho posel. „Že jste to vy, dám vám slevu: k osmi karavanám s jídlem přivedu devátou zdarma.“ „No,“ mudroval král, „vždyť sýry od našeho mlékaře jsou také moc dobré. A prodat všechno královské zlato?“ I nechal posla odejít pryč.

Poslední posel dorazil až po týdnu. Umíte si představit, jak už byl král řádně vyhládlý! Třetí posel byl černý jako uhel a přijel na slonovi. Děti jaktěživ tak tmavého člověka neviděly a běhaly za ním, aby si mohly sáhnout, zda není natřený sazemi. A slon, ten teprve vzbudil v království řádný poprask! Posel a slon panu králi přivezli ovoce, které žádný živáček z království ještě neviděl. Ale už jen jména toho ovoce zněla tak krásně, že se rozplývala na jazyku: mango, ananas, banán. Oč to znělo lépe než třeba salát, špenát nebo rebarbora. Pan král se moc těšil na ovoce těch zvučných jmen. Ale ouha – po dlouhé cestě tropickými krajinami bylo všechno ovoce rozmačkané a některé i shnilé. Mlsný jazýček pana krále si tak zase nepřišel na své a nakonec všechno to cizokrajné ovoce snědl slon, kterému to, že bylo shnilé, očividně nevadilo.

Tu si pomyslel král, že se bude muset poradit se svými rádci. Jinak dočista vyhladoví! I svolal všechny rádce a povídá: „Jak víte, dostal jsem chuť na něco dobrého k jídlu. A ač se ke mně dostaly různé pochutiny, nic z toho mi neudělalo radost. Jídlo od prvního posla mi nechutnalo a kuchař ho neuměl připravit, druhé bylo příliš drahé a chutí se nelišilo od domácích potravin. A třetí, to třetí bylo celé zkažené. Rádcové moji, poraďte, co s tím! Musím se dobře a zdravě najíst, copak takhle může vypadat král? Jsem hubený jak vyžle!“

Rádcové pokyvovali hlavami a říkali si: „Opravdu, pan král je nějak pohublý, aby nám



tak onemocněl, pro pána krále, co bychom dělali...“ A dali hlavy dohromady.

Po chvíli přišli za králem a první z nich povídá: „Pane králi, důležité je jíst chutné jídlo, to má člověk hned lepší náladu a je milý na své okolí.“ „No, to je mi novina, to vím i já, že ano, a to nejsem rádce,“ naříkal král.

Druhý rádce pokračuje: „...a zároveň zdravého, potřebujete vitamíny. K tomu je nejlepší čerstvá zelenina, právě sklizená ze záhonu.“ „Dobrá, dobrá,“ mumlal král, „ale tu už jsem jedl a pořád to stejné dokola mi nechutná!“

Pak do toho vstoupil třetí – nejstarší z rádců a povídá: „Nejlepší bude, když si potraviny a zeleninu koupíte od rolníků z vašeho království. Zelenina bude čerstvá a rolníci za utržený peníz koupí šaty nebo boty pro svoje děti. Pak v našem království bude spokojený král i všichni poddaní.“ Král stál na svém a vztekle opakoval, že jíst pořád dokola to samé mu nechutná. Ale rádcové měli připravené řešení: „Vyhledali jsme, pane králi, nového kuchaře. Dovolili jsme si pověřit ho přípravou nového, zdravého a jistě i chutného jídla.“

V tu chvíli již vcházel do dveří kuchař s talířem lákavě vonícího pokrmu. Král se na něj vrhnul a než byste řekli švec, spořádal ho a blaženě se usmíval. „To jsem si ale pochutnal, rádcové moji, tohle jídlo muselo být zdaleka, že bylo tak dobré.“ Kuchař i rádcí se usmívali, až nejstarší z nich promluvil: „Ale nikoliv. Žádné daleké kraje za tím nehledejte.“

Král nakonec zjistil, že se kuchař naučil nový recept a zpracoval čerstvé místní suroviny do lahodného a zdravého pokrmu. A protože to byl mlsný, ale moudrý a spravedlivý král, uvědomil si, že má dobré rádce. Moudrý král a dobrý hospodář přece připravuje jídlo z toho, co v jeho království právě roste. Pak se jemu i jeho lidu dobře daří. A v létě – zasníl se král – v létě si dám i ty vytoužené broskve! A nakonec ke štěstí nepotřeboval ani tu čokoládovou řeku, ani jídlo z dalekých krajů. Našel ho ve svém království.

Jarní recepty

A cože to kuchař panu králi uvařil? Díky svojí babičce a vlastní kuchařské vynalézavosti připravoval jídlo podle rozmanitých receptů. Můžete je také vyzkoušet – maminka s tatínkem vám jistě rádi pomohou.



Jarní knedlíčky pro krále Kuličku

Co budeme ke kuchtění potřebovat?

Brambory, mouku, krupici, čerstvý špenát nebo čerstvé zelené byliny (kopřiva, bršlice, česneková nať...), sůl, muškátový oříšek, máslo, strouhaný sýr.

A jak na to?

Zelené byliny nebo lístky špenátu spaříme horkou vodou, necháme okapat a nakrájíme na kousky. Poté je smícháme s nahrubo nastrouhanými vařenými brambory. Zvážíme je a přidáme směs hrubé mouky a krupice o polovině hmotnosti brambor. Podle chuti osolíme a ochutíme strouhaným muškátovým oříškem. Z těsta tvoříme kulaté knedlíčky, které vaříme zhruba sedm minut. Hotové knedlíčky přelijeme máslem a posypeme strouhaným sýrem.

A co k tomu? Přece salát princezny pampelišky!

Víte, že pampeliška je nejen krásná kytička, ale že se dá i jíst? Stačí pampeliškové listy nakrájet na proužky. Poté je přelijeme kefirem, do kterého jsme rozmíchali nadrobno nakrájenou pažitku a špetku soli.

Království za... koláč z rebarbory

Co budeme ke kuchtění potřebovat?

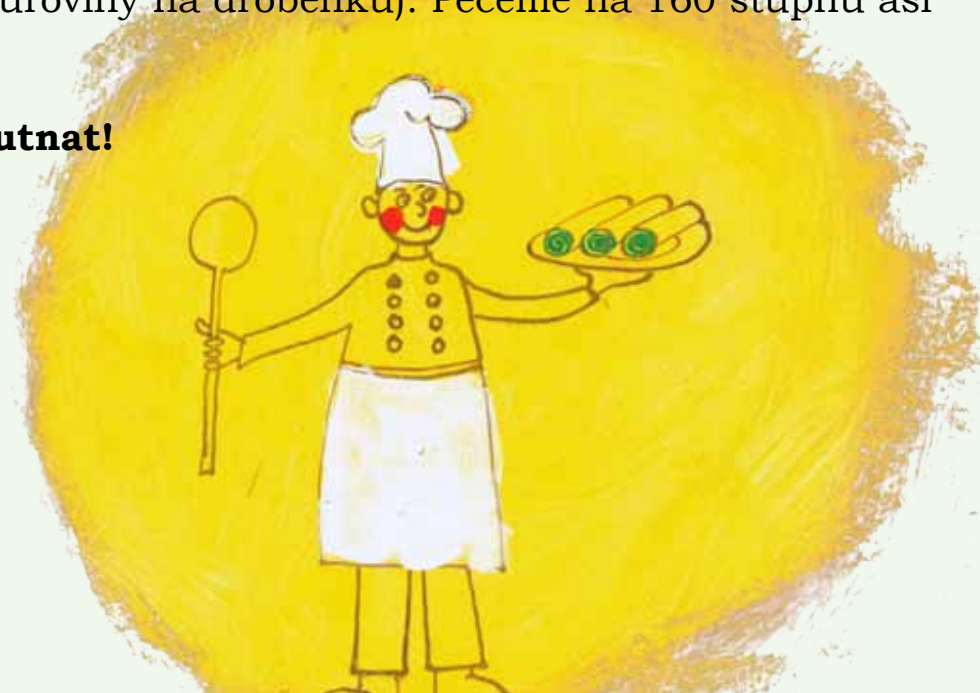
Na koláč: *dva hrnky polohrubé mouky, 1 hrnek cukru krupice, 2 vejce, 1/2 hrnku oleje, 1 prášek do pečiva, 1 bílý jogurt (150 ml), mléka tolik, aby těsto šlo dobře vylít na plech, očištěnou a na drobné kousky nakrájenou rebarboru.*

Na drobenku: *5 lžic hrubé mouky, 4 lžice cukru, 2 lžice másla.*

A jak na to?

Utřeme celá vejce s cukrem, postupně přidáme ostatní suroviny. Směs vylijeme na vymazaný nebo pečicím papírem vyložený plech, poklademe rebarborou a posypeme drobenkou (drobenku uděláme tak, že smícháme suroviny na drobenku). Pečeme na 160 stupňů asi 30 min.

A pak už si jen nechte pohádkově chutnat!



Hádanka pro chytré hlavičky

Popletená jarní zahrádka v Čechách

Vypadá to, že se nám jedna zahrádka (možná právě podobná jako ta královská) celá popletla! Některé rostliny v českých a moravských zahrádkách přece nerostou. Najdete všech pět, které se na zahrádku omylem připletly?



Jarní koš

Podívejte se na košík, co na jaře můžeme v Česku pěstovat nebo skladovat. Zkuste spojit názvy zeleniny a ovoce se správným obrázkem v košíku a obrázek domalovat.



Léto

Milé děti, také se vám zdá, že léto je ze všech ročních období nejdobrodružnější?

Že o prázdninách zažíváte věci,
o kterých si pak ještě
dlouho povídáte
s kamarády?



Pohádka letní: Floriánovo dobrodružství

V malém městečku s kulatým náměstím bydlel Florián, kluk s vlasy jako sláma. Každé ráno ho babička vypravila do školy, připravila mu svačinu a řekla: „Neutíkej, ať nezakopneš, a pěkně se ve škole uč.“ Florián jenom kývl – a už běžel ulicemi hlava nehlava, skákal po jedné noze přes dlaždice a obíhal sloupy. Byl to tak trochu rošťák, ale nikomu by nic zlého neudělal a babičku měl moc rád.

Na konci měsíce června nastal poslední den školy. Všechny děti dostaly vysvědčení a paní učitelka jim donesla koš jahod. Pak si povídali o tom, kam pojedete kdo na prázdniny. Někteří s rodiči k moři, další zase do hor, koupat se k přehradě, na chatu do lesa anebo na tábor. Floriánův kamarád Saša vykřikl, že on pojedete do daleké země jménem Čína. Prý tam mají lidé šikmé oči, jedí jenom rýži a mluví tak zvláštní řečí, že jí nikdo na světě nerozumí. Někteří se tomu divili a jiní mu zase nevěřili, protože Saša se rád vychloubal. Jenom Florián se zasnul, jaké by to bylo, jet do takové zvláštní země na konci světa.

Když se všichni rozloučili a vydali se domů, Florián běžel na kopec nad městečkem, odhodil tašku a válel sudy ze svahu. Ze samé únavy pak zůstal ležet ve vysoké trávě a díval se na letní modré nebe bez mráčku. Tu se mu zdálo, že z oblohy k němu letí pestrobarevný motýl. A jak byl blíž a blíž, Florián poznal, že to není motýl, ale malé letadélko. Když bylo nad ním, seskočil z něho legrační mužiček v pruhovaném saku a s červeným kulichem na hlavě. Florián vykulil oči, ale dřív, než stačil něco říct, mužiček spustil: „Kulihrach je mé jméno, k vašim službám připraveno. Létám si v oblacích, přistávám na mracích. Doprovím vás rád, kam jen si budete přát!“ To bylo něco pro neposedného Floriána. „A byl jste někdy v Číně?“ vykřikl. „Jistě, zrovna předevcírem jsem se tam zastavil na slovíčko s čínským drakem.“ Florián zalapal po dechu a už prosil: „Mohl bych se tam s vámi podívat?“ Kulihrach



se jenom usmál, naskočil na letadélko, vytáhl Floriána za sebe a už letěli vzhůru.

V mžiku nechali za sebou městečko a míjeli vysoké hory, zelená pole a modré čáry řek. Slunce jim pražilo do zad a vítr hvízdal kolem uší. Pod nimi jako malé tečky projížděly lodě na moři, viděli pasoucí se stáda koní na pláních a žlutý písek pouště. Až dorazili nad krajinu, která nebyla o moc jiná než Floriánovo městečko, jenom tu bylo trochu větší teplo. Na polích a plantážích pracovala spousta lidí. Někteří otrhávali z maličkých keříčků rybíz, jiní sklízeli česnek a další vytahovali ze země ředkvičky. O kus dál Florián také viděl, že se lidé brodí ve vodě a sekají zelené stonky. „To je rýže,“ vysvětlil mu Kulihrach. „Ta u nás neroste. Táhle jsou zase mandarinky. Spousta ovoce a zeleniny potřebuje velké teplo a hodně vody, aby rostla. Třeba právě okurky a rajčata.“ Ukázal dolů, kde zemi pokrývaly dlouhatánské skleníky a kropící hadice se v nich točila kolem dokola.

Florián byl překvapený. Nenapadlo ho, že v Číně také roste zelenina, kterou má babička na zahrádce. Myslel si, že v Číně lidé loví v horách tygry a pak chodí oblečení v jejich kůži. Překvapením však ještě zdaleka nebyl konec. Kulihrach mu z výšky ukázal šedé plochy továren, ze kterých se kouřilo a vyjížděly z nich velká nákladní auta. Lidé do nich nakládali školní brašny. „To je přece moje taška!“ vykřikl Florián a ukazoval na svoji aktovku. „Ano, ta je taky odsud,“ řekl Kulihrach a zatáhl za štítek Vyrobeno v Číně, který byl na Floriánově tašce přišitý. No tohle!

Potom zabočili k zasněžené hoře, nad kterou se blýskalo. „Tam bydlí čínský drak,“ vysvětlil Kulihrach. „Dávejte pozor, může se snadno rozzlobit a zapálit svým dechem letadlo. Ale když budete opatrný, můžete se ho zeptat na jednu otázku.“

Když se přiblížili k vrcholu hory, Florián leknutím málem spadl z letadélka. Na skále



se vyhříval obrovský červený drak, pokrytý oslnivě lesklými šupinami. Kulihrach na něj zamával a snesl se až k jeho hlavě. „Privážím vám hosta z dalekého Česka,“ zavolal. „Čččssska,“ zasyčel drak, až se mu od tlamy zakouřilo. „Co to je za zzzemi? Nikdy jsem o ní nessslyšel!“ Florián se nezmohl na odpověď, proto Kulihrach rychle řekl: „Je to jen malá země na dalekém Západě.“ Nenápadně strčil do Floriána a pošeptal: „Teď je čas na vaši otázku, jinak budeme muset zase letět. Tak si pospěšte!“ Florián sebral odvahu a tenkým hlasem začal: „Já... bych se vás rád zeptal. Ka-kam jedou všechna ta auta a lodě?“ Ukázal dolů, kde nákladáky jako černé tečky proudily do přístavů na březích řek. „Chchchacha,“ zaburácel drak. „No přece do celého ssssvěta. Všechno, na co si vzpomeneš, tady vyrobíme a rozzzvezeme do všech zemí. Brambory i maliny, televize, trička a míče, hračky a nábytek. Všššsšsš, rozumíššš?! I ve tvém Čsssksku jistě máte spoustu našich věcí. Naši lidé pracují na polích a v továrnách ve dne v nocccci!“

Drak se tak rozohnil, že Kulihrach raději stočil letadélko dolů a letěl zpátky do údolí. Florián pozoroval drobné lidi, jak tahají roztodivné krabice všech možných výrobků, a lodě, které vyjížděly z přístavů. Náhle mu bylo smutno po kulatém náměstí a po babičce. „Poletíme už domů?“ zeptal se Kulihracha. „Jistě, jak si přejete!“ A vydali se do oblak, kde Florián na letadélku únavou usnul.

Když se probudil, ležel na louce nad městečkem a slunce zapadalo. Rozhlížel se po Kulihrachovi, ale nikde nikdo. Že by se mu to jen zdálo? Ale ne, určitě si pamatuje na čínského draka. Florián běžel domů a sotva vpadl do dveří, volal: „Babičko, babičko, já jsem byl v Číně! Lidé tam hrozně moc pracovali a všechno, co vyrobili, posílali do světa. To mi řekl čínský drak!“ Babička se usmála, protože věděla, že Florián má velkou fantazii. Namazala mu chleba se sýrem a řekla: „Máš pravdu, Floriáne. V obchodech tady vměstečku máme spoustu věcí z Číny. Ale já nevím, proč bychom si je měli kupovat, když jsou z takové

dálky. Vždyť obdobné věci přece umíme vyrobit a rostliny vypěstovat i u nás v Česku, a dokonce i lépe.“ Babička se zamyslela a pokračovala: „Já už jsem stará a nerozumím tomu, ale vím, že česnek, co pěstujeme tady v městečku, mi chutná líp než ten z Číny. Proto kupuju česnek na trhu anebo od sousedů.“ Florián koukal celý udivený a chtěl se vyptávat, ale babička ho poslala na kutě.

Další den, sotva se probudil, běžel do velkého obchodu na kulatém náměstí a přečetl si cedulky, které byly napsané u bedniček se zeleninou a ovocem. Španělsko. Francie. Belgie. Argentina. Ani ty země neznal. Vzpomněl si, že si ve škole něco o dalekých zemích říkali. U některých bedniček bylo napsáno Česko a mezi nimi byly také jahody. Takové jahody jim přinesla včera paní učitelka! „Ty jsou tady z městečka,“ řekla paní prodavačka, když viděla, jak na jahody zírá. „Máme je vždycky jenom na konci června, když rostou.“

Florián si koupil hrst jahod, vyběhl z obchodu a utíkal na kopec. Tu se mu zdálo, že vidí na obloze pestré letadélko a na něm Kulihraha. Dočista slyšel, jak říká: „Dopravím vás rád, kam jen si budete přát! Francie či Španělsko je libo?“ Florián zamával k obloze a volal: „Dneska už s tebou nepoletím! Pozdravuj čínského draka a řekni mu, ať už lidé tolik nepracují, ať si taky někdy odpočinou. My máme u nás zeleniny a ovoce dost a nemusíme je vozit z druhého konce světa!“ A pak se s chutí zakousl do jahod a byl moc šťastný, protože začaly prázdniny.



Letní recept

V létě je potřeba využít toho, že můžeme nakoupit nebo vypěstovat na zahradě čerstvá rajčata, papriky a další zeleninu, která se k nám v zimě z daleka dováží. V době, kdy roste u nás, ovšem chutná lépe – třeba zapečená společně s bramborami.

Kulihrachův letní pekáč

Co budeme potřebovat: *450 g brambor, 600 g rajčat, 2 lilky, 1 menší cuketu, 1 cibuli, 2 papriky, 3 stroužky česneku, čerstvou petrželku, čerstvou bazalku, rozmarýn, sůl, olivový olej, strouhaný sýr. Leccos můžeme nakoupit i v kvalitě bio.*

Jak na to: Cibuli zpěníme na olivovém oleji a přidáme na kostky nakrájené papriky, cuketu, rajčata a česnek. Okořeníme, osolíme a dusíme do měkka. Oloupané brambory nakrájené na kostky krátce povaříme v osolené vodě do poloměkka. Lilky očistíme a nakrájíme na kostky, nasolíme a necháme odležet 30 minut, poté osušíme a zprudka smažíme na olivovém oleji. Na vymaštěný plech dáme brambory s lilky a zalijeme ochucenou zeleninovou směsí. Pečeme 25 minut v troubě vyhřáté na 180°C. Na závěr posypeme strouhaným sýrem.

Dobrou chuť!

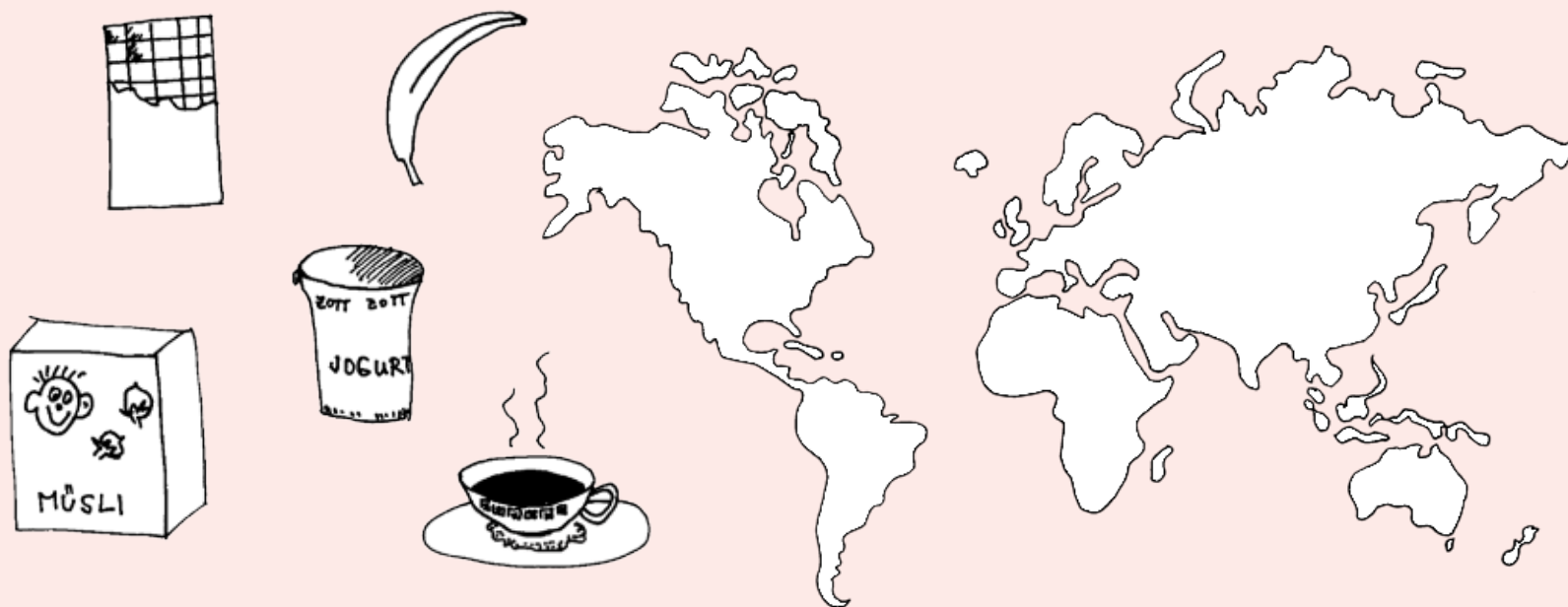


Hádanka pro chytré hlavičky

Sašova snídaně

Odkud přijela Sašova snídaně?

Najdi v mapě zemi, ze které každá potravina pochází, a spoj zemi s potravinou. Podívej se s rodiči do mapy a napiš název každé země.



Sašova snídaně cestovala z celého světa, přepravovalo ji mnoho lodí a aut.

Floriánova snídaně

Odkud přijela Floriánova snídaně?

Spoj čarou potravinu s místem v okolí městečka, odkud pochází. Na volné místo dokresli, co jsi měl k snídani TY. Víš, z jakého místa v krajině pochází tvoje snídaně?



Floriánova snídaně vznikla jen kousek od jeho městečka.

Letní koš

Podívejte se na košík, co v létě můžeme v Česku pěstovat nebo skladovat. Zkuste spojit názvy zeleniny a ovoce se správným obrázkem v košíku a obrázek domalovat.

jahody

fazolky

cuketa

meruňky

třešně

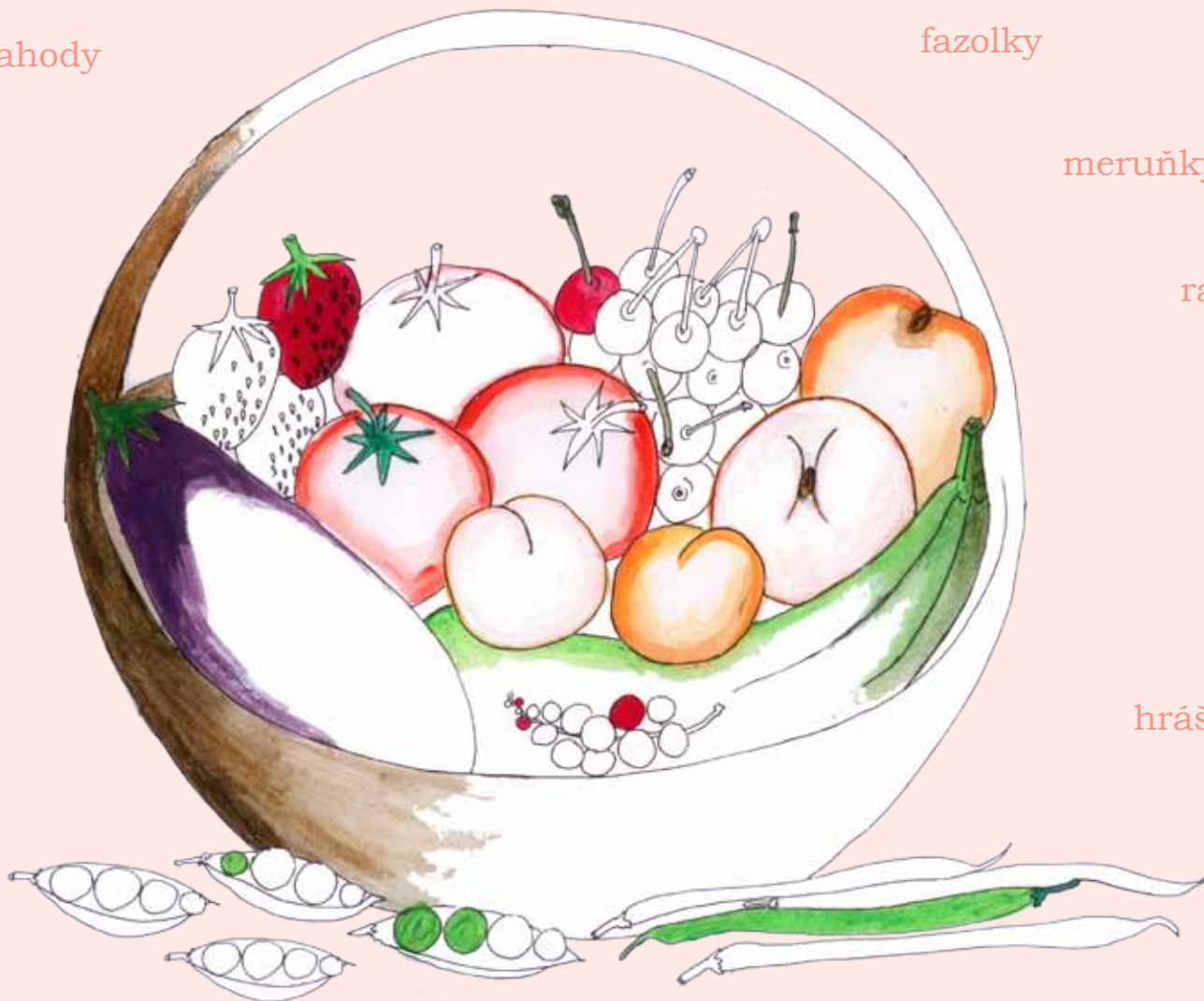
rajčata

broskve

rybíz

lilek

hrášek

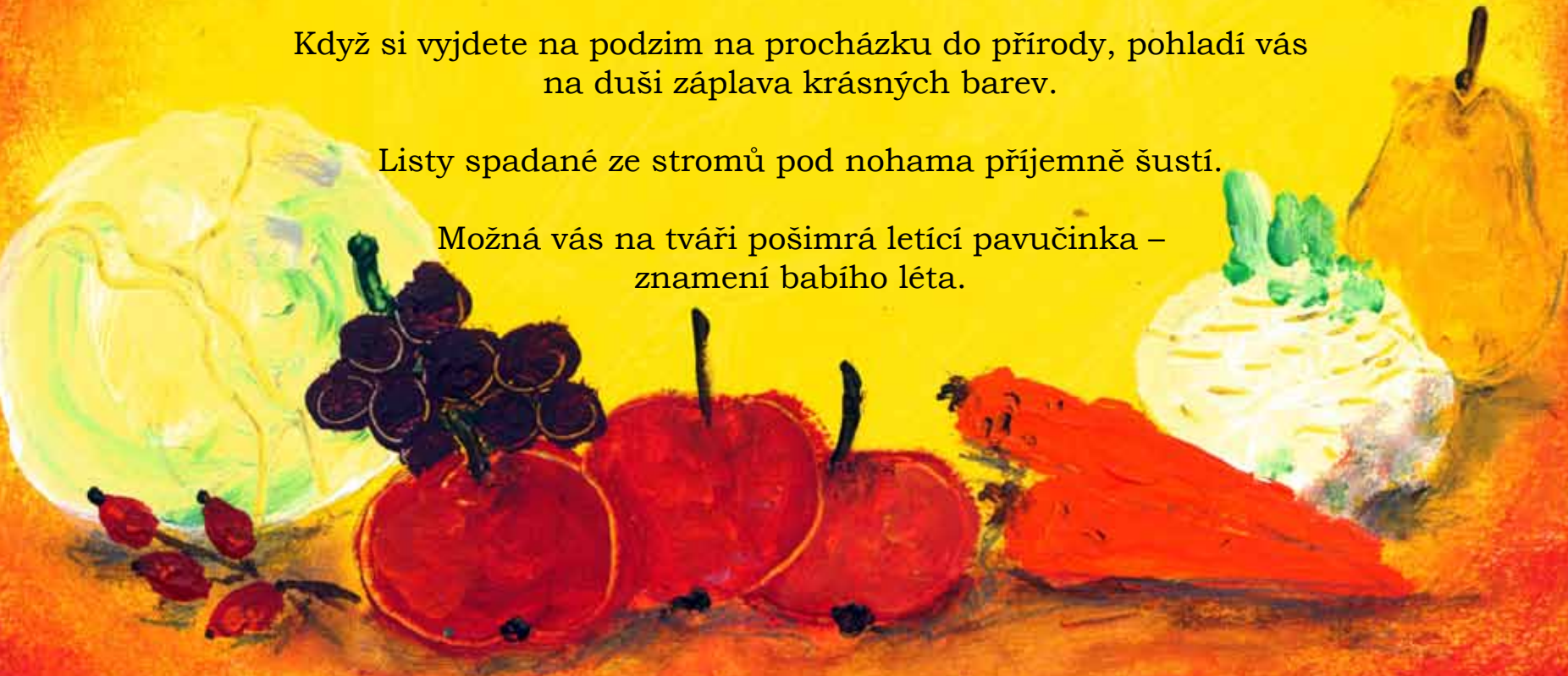


Podzim

Když si vyjdete na podzim na procházku do přírody, pohladí vás na duši záplava krásných barev.

Listy spadané ze stromů pod nohama příjemně šustí.

Možná vás na tváři pošimrá letící pavučinka – znamení babího léta.



Pohádka podzimní: Jak čarodějka Amálka našla ztracené kouzlo

Když bylo čarodějce Amálce 113 let a dostala výuční list ze školy v oboru kouzel a léčitelství, usadila se se svým kamarádem vlčkem v malé lesní chaloupce pod staletým dubem v údolí, nedaleko jedné vesničky. V koruně dubu žila také stará moudrá sova, která se nejprve trochu zlobila, že ji v jejím klidu ruší někdo cizí. Později ale sova poznala, že Amálka je hodná čarodějka a snaží se ze všech sil pomáhat ostatním obyvatelům lesa, skřítkům a vílám, a někdy i lidem – to když už si sami nevěděli rady a cestičkou kolem potoka přišli k dubové chaloupce prosit Amálku o léčivé kouzlo. A to se sově na Amálce zalíbilo! Tak se postupem času stala Amálčinou přítelkyní a rádkyní, protože soví oči jsou uvyklé vidět i věci, které jiní nevidí.

Po dlouhém teplém létu přišlo září a s ním začal na dveře klepat podzim. Noci byly chladné, ale dny přesto ještě nádherné, zlatavé. Okolí dubové chaloupky zazářilo podzimními barvami do vesela – listy samotného dubu zežloutly a mezi nimi začaly pomalounku vykukovat ze svých kloboučků zelené žaludy.

A když pak dozrály, zhnědly a spadly na zem, to se potom hned ukázala veverčí rodinka, aby si je jako poklady odnesla do své spíže. U potůčku se začínaly smát červené jeřabiny, ze kterých Amálka uměla připravit kouzlo ochrany a občas také lahvičku sladoučkého sirupu jen tak pro chuť nebo do čaje. A v mechu mezi barevným listím vyčuhovaly hlavičky posledních letošních hříbků.

Všichni obyvatelé lesa se radovali z krásného podzimního času a pomalounku se



připravovali na zimu – na čas odpočinku a sbírání síly na další jaro. Amálce jako jediné něco bránilo radovat se z tohoto krásného měsíce, přestože sama měla září pro všechny jeho čarovně pastelové barvy z celého roku nejraději.

Radost jí kazila nemilá skutečnost. Každý den k Amálce přicházelo víc a víc lidí z nedaleké vesnice pro radu. Že prý stůňou, kašlou, kýchají... a ne a ne se těch neduhů zbavit. Nejprve to vypadalo jednoduše – Amálka otevřela svou starou kouzelnickou knihu a našla v obsahu: rýma, kašel, nastuzení. Rychle vyhledala potřebnou stránku, kde stálo, že nejlépe se s rýmou, kašlem a nastuzením vypořádají vitamíny. A vitamíny že se najdou nejvíce v čerstvém ovoci a také třeba v šípčích. Poradila tedy všem, aby si natrhali cestou domů košík voňavých jablíček a doma k nim udělali šípkový čaj.

Jak byla Amálka překvapená, když za týden přišli ti samí lidé zpátky k její chaloupce, aby jí řekli, že rada nezabrala a jsou pořád stonaví. A to přesto, že jedli každý den jablíčko a pili šípkový čaj. Fronta nemocných před Amálčinou chaloupkou byla delší a delší. Amálka přečetla kouzelnickou knihu od začátku až na konec a zase zpátky, ale jinou radu tam najít nedokázala. Nakonec usoudila, že kouzlo v knize není asi úplné a že má nějaké pokračování, které někdo z knížky vymazal či vytrhl, nebo snad i ztratil. Tak hledala po celé chaloupce, kolem dubu i po celém údolíčku, a pořád nic. A tak se stalo, že Amálka už neměla žádnou radost z barevného září a jen se smutně dívala na všechny lidi z vesnice. Bylo jí moc líto, že jim nedokáže pomoci.

Nahoře v koruně dubu si několik dnů celý ten zmatek prohlížela moudrá sova. Jak lidí přibývalo, dělali pořád větší neklid, bylo slyšet kašláni a posmrkávání, a tak sova nemohla přes den spát a v noci se pořádně nedokázala soustředit na lov myšek. Jednu noc, když nedokázala chytit jedinou myšku a měla jít spát úplně hladová, jí došla trpělivost. Celá se načepýřila a sletěla dolů do chaloučky, kde uviděla utrápenou Amálku, jak znovu



prohledává všechna šuplátka, jestli přece jen nenajde ztracené kouzlo.

„Amálko, snad jsi neztratila kouzelnou knihu? Že ty bez ní nevíš, jak všem těm lidem pomoci?“ zeptala se znepokojeně sova. „Ale ne, sovičko, knížku mám támhle na stole, ale kouzlo, co v ní stojí, lidem nepomáhá. Asi ho kousek chybí. A právě ten kousek nemůžu najít. Už jsem prohledala všechno,“ řekla Amálka. Sova se zarazila a zeptala se: „A co kniha říká o nastuzení?“ „Kniha radí vitamíny, a ty že se najdou v jablíčkách a šípcích. Jenže všichni lidé si vzali jablíčka i šípkový čaj – a nic to nepomohlo,“ smutně odvětila Amálka a pokrčila rameny. Sova se jen zamračila, odlétla nahoru do dubu, až na jeho samý vršek, tam seděla celý den a přemýšlela.

Večer se do chaloupky za Amálkou vrátila a povídá jí: „To je divné, Amálko. Lidé říkají, že jedí jablíčka i pijí šípkový čaj. Ale já z vršku dubu viděla všechny šípkové keře v hájku neotrhané, jediný šípek nechybí! A sadař Toník má jablíčka z mladých jabloní spadaná na zem, všechna tam leží a nikdo je nesbírá.“ Amálka se na sovu podívala, nic neřekla, jen si uvázala šálu a běžela cestičkou kolem potoka k vesnici. Cestou se zastavila v hájku a viděla, že na keřích opravdu jsou všechny šípky; nikdo si je nenatrhal, aby je dal usušit a mohl si z nich připravit čaj.

Na kraji vesnice byl jabloňový sad sadaře Toníka. Ale letos tam nebyli žádní lidé s košíky, aby si nakoupili jablíčka na kompoty a do štrúdlů. V sadu nebyl vůbec nikdo, jen jabloně tam tiše stály a nešťastně skláněly větve ke svým opadaným a nesesbíraným plodům. V Amálce se na chvíli až smutkem zastavilo srdíčko! Rychle zaklepala na dveře Toníkovy chaloupky a hned, jak otevřel, spustila: „Toníku, proč neprodáváš jablíčka lidem, když je tolik potřebují? Vždyť mi všichni stůňou! To jsi chytil někde lakomost?“ Toník chvíli nechápavě koukal, potom sklonil hlavu a řekl: „Amálko, ty nic nevíš, když jsi daleko v dubové chaloupce. Já bych prodával, a jak rád. Vždyť jinak mi jablíčka shnijí.



Jenže lidé si nic kupovat nechtějí. Zeptej se zelináře Prokůpka. Na jaře si od něj nekoupil nikdo jedinou mrkev ani ředkvičku.“ Amálka vykulila nechápavě oči: „Ale všichni říkají, že jablíčka jedí. A šípkový čaj že pijí. Přitom v hájku letos nikdo šípky neotrhal. Kde to tedy berou?“ Toník si povzdechl a povídá: „Minulou zimu přece postavili ten veliký obchod ve městě. Tam teď všichni nakupují. Mají tam úplně všechno: třešně v zimě, šípek v létě, jablíčka na jaře, jarní cibulku na podzim.

Amálce se konečně rozbřesklo v hlavě, od Toníka nakoupila dva velké koše čerstvých jablek, v hájku rychle natrhala do pytlíčku letošní šípky a už pospíchala domů pod svůj stoletý dub. Tam už sova bezradně rozháněla hloučky kašlajících lidí a celá nešťastná volala na Amálku, ať ji od nich vysvobodí. Sovu překvapilo, že s Amálkou jde Toník a vleče dva obrovské koše jablek. Protože to ale byla moudrá sova, tak jí to hned došlo a přinesla z chaloupky ubrousky a sáčky. Každému potom dali po jednom jablíčku a hrst šípků, aby si doma udělali čaj.

Za nějaký čas se lidem udělalo zase dobře. Jablíčka od Toníka výborně účinkovala, protože byla čerstvá, plná vitamínů, pěstovaná s láskou. I šípky z hájku byly plné vitamínů, to jak rostly na čerstvém voňavém lesním vzduchu a měly v sobě spoustu slunečního světla. K Amálce zavítal tak nanejvýš jeden churavec za měsíc. Z něho se pak sova potajmu radovala, že se od něj alespoň dozví, co je ve vesničce nového, protože sova nebyla jen velmi moudrá, ale také malinko, ale opravdu jenom malinko, zvědavá. A od té doby se začalo do města chodit jen pro věci, které by místní ve vesnici nesehnali. Lidé si také začali víc všimat svých zahrádek a pěstovali na nich, co se dalo. Na jednom záhonku rostla mrkev, jinde zas ředkvičky, hrášek anebo třeba salát. Ale i sladké maliny, jahody, ostružiny a mnoho dalších dobrot! Vše bylo plné vitamínů, takže málokdo byl nemocný, a když přece, tak měli do

zásoby nasušené šípky z hájku a uvařili si léčivý čaj. Od všeho, co na zahrádkách a sadech vypěstovali, nosili lidé Amálce z vděčnosti ochutnat. To jako poděkování za to, že pro ně malá čarodějka Amálka našla ztracené kouzlo.



Podzimní recept

Šípkový čaj

Nasbírejte zralé červené šípky a usušte je. Nejlépe se suší na síťce nebo sítku. Vyberte dobře větrané místo, ne na přímém sluníčku. Suché šípky jsou tvrdé a trochu scvrklé. Můžete si jich udělat zásobu do plátěného sáčku – když si ho zavěsíte doma na stěnu, provoní vám šípky celý byt a budete si moci dělat léčivý čaj po celý rok.

Na jeden hrnek čaje vezměte menší hrst sušených šípků a v dlani je částečně rozdrťte. Potom položte na šálek čajové sítko a nasypťte šípky do něj. Přes šípky v sítku nalijte do hrnečku vroucí vodu, až bude skoro plný a šípky budou ve vodě potopené. Nechte je louhovat 10–15 minut, pak sítko z hrnečku sundejte.

Hotový čaj chutná ještě lépe oslazený medem nebo ovocnou domácí šťávou. Šípky obsahují vitamin C a pomohou vám zahnat nachlazení, rýmu, kašel a další nemoci. Jejich milá vůně vám zlepší náladu.



Hádanka pro chytré hlavičky

Jaké další ovoce by mohl sadař Toník pěstovat v české vesnici?

Zkuste vybrat správné ovoce a nakreslit ho do korun stromů.





Podzimní koš

Podívejte se na košík, co na podzim můžeme v Česku pěstovat nebo skladovat. Zkuste spojit názvy zeleniny a ovoce se správným obrázkem v košíku a obrázek domalovat.

lískové ořechy

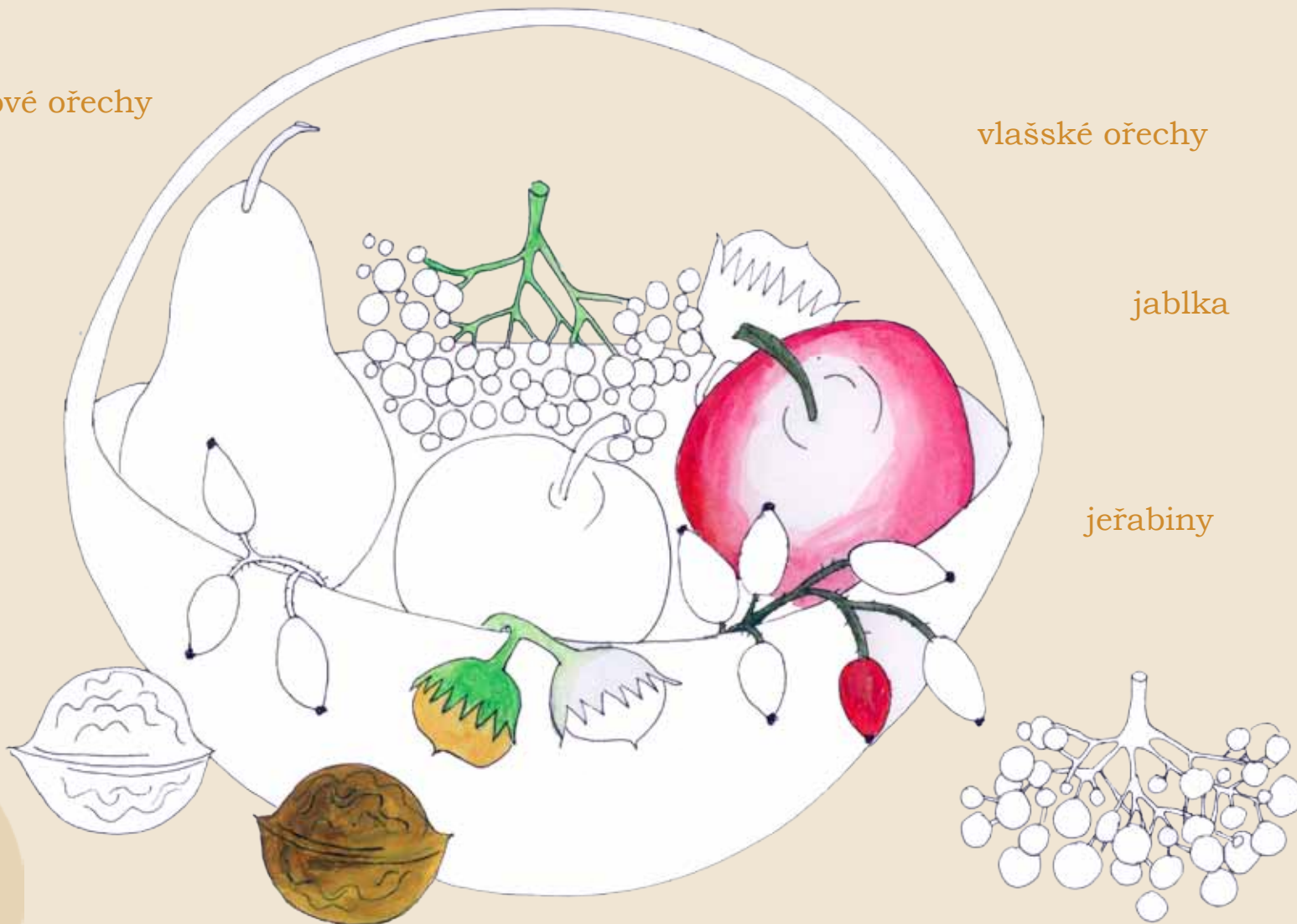
vlašské ořechy

hruška

jablka

šípky

jeřabiny



Zima

Zima je, děti, velmi hravé období. Všude jsou hromady sněhu a vy v nich můžete dovádět. Jak ale jistě víte, pod sněhem nic neroste.

Proto je chytré si již v létě na zimu předpřipravit nějaké dobroty z čerstvého ovoce nebo zeleniny, které během roku můžete najít v lesích či na loukách, vypěstovat na zahrádce nebo třeba v truhlíku na balkoně.



Pohádka zimní: Madlenka a lesní tajemství

Milé děti, pohodlně se usadte a poslechněte si příběh o šikovné Madlence, holčičce hodné a pracovité, stejně jako vy.

Madlenka bydlela ve velkém městě. Měla milou maminku, hodného tatínka a trošku starší sestřičku Zuzanku, která ji sice občas zlobila, ale přesto ji Madla měla moc ráda. Byla to přece její sestřička. A nesmíme zapomenout na nejmilejšího kamaráda, zlatého kokršpaněla Toma.

Všichni spolu spokojeně žili ve třípokojovém bytě ve vysokém panelovém domě. Přesto, a možná právě proto, měli moc rádi výlety do přírody – hlavně za Madlenčinou babičkou, která bydlela v horské chaloupce uprostřed lesa. Vždy, když tam s rodinou přijeli, byla Madla nadšená. Milovala šumění lesa a jeho vůni, posedávání na polštářích mechu, běhání po loukách spolu s Tomem a napínavé pozorování lesních zvířátek. Často chodívala na dlouhé procházky. Nejprve s maminkou, tatínkem a Zuzankou, to když byla ještě malá. Později, když už byla větší a znala všechny cestičky v lese nazpaměť, mohla po dovolení do lesa sama. Psa Tomíka brala vždy s sebou. Když pak přišel čas vrátit se domů, babička u chaty zazvonila na zahradní zvoneček. Jakmile Madlenka uslyšela cinkání, hned věděla, že musí co nejrychleji pelášit domů. Tak si užívala pokaždé, když babičku navštívila.

Jednou, když se znovu vydala na jednu ze svých průzkumných cest po lese, zahlédla zajíčka se srnkou, jak společně spokojeně oždíbují jakýsi lesní keříček. Všechna zvířátka v lese už Madlenku s Tomem dávno znala, takže se jich ani nebála, když se k nim zvědavě přiblížili.

„Co to tam asi okusují?“ řekla si Madlenka jen tak pro sebe. Najednou – a věřte, děti, že to Madlu pěkně vyděsilo – se zajíček otočil, otevřel svou malou tlamičku a povídá: „My



přece jíme výborné lesní borůvky, copak je neznáš?“ Jak se Madla lekla, posadila se přímo na keřík obsypaný modrými bobulkami. Zvířátka přece nemluví!

„Neboj se nás, Madlenko,“ uklidňovala ji srnečka, „protože ses odmalička chovala k lesu hezky a vždy jsi tu byla hodná, odměnil tě schopností rozumět lesním zvířátkům!“



Madlenka se trochu vzpamatovala a vstala. Zjistila, že se jí borůvky rozplácly na kalhotách. Trošku se bála, aby nebyly jedované, ale srnečka ji hned poučila: „Neměj strach, i ty můžeš borůvky bez starosti jíst. Nejsou jedovaté, ba naopak, jsou výborné a opravdu moc zdravé!“ Pak si na něco vzpomněla a dodala: „Viděla jsem tetu Vlastičku z vesnice, jak je chodí v létě často sbírat. A nejen borůvky, ale i další různorodé lesní plody, jako třeba rudé maliny, černé ostružiny, červený rybíz a šípky z keřů. Také jsem ji viděla u cesty dávat do košíku jablíčka, špendlíky a švestky ze stromů a ze zahrádky za domem otrhávat lískové oříšky, zelené fazolky a červená rajčátka.“

Madlenka už se úplně přestala bát. Byla na sebe pyšná, že si zasloužila takovou poctu rozumět zvířátkům. Stále trochu udiveně, ale vesele, si s nimi začala povídat. Byla moc zvědavá, proč a nač tetu Vlasta sbírá všechny ty věci, a tak se na to zvířátek zeptala.

„Taky mě to zajímalo,“ odvětil zajíček, „tak jsem se jednou odvážil, vplížil jsem se za okýnko Vlastiny chaloupky a pozoroval, jak se Vlasta v kuchyňce činila,“ řekl a trošku se přitom začervenál. „Zrovna se zaobírala malými hříbečky, co si ten den našla na paloučku v lese. Hodila je do hrnce a v jiném chvíli něco vařila. Nakonec všechno smíchala dohromady a nandala do průhledných sklenic s barevnými víčky,“ dokončil zamyšleně zajíček. „A málem bych zapomněl: všechny ty sklenice označila bílou nálepkou a na tu napsala – houby s octem, Vlasta. Jednu po druhé je pak pečlivě uklidila do spíží, kde už

bylo naskládáno mnoho jiných barevných a polepených sklenic,“ dodal.

„A víš, co se s těmi sklenicemi dělo dál?“ zajímala se Madla.

„To vím zase já,“ vložila se do toho srnka. „Zjistila jsem to v zimě, když jsem šla na Vlastinu zasněženou zahrádku okusovat seno z hromádky, kterou tam pro nás přichystala jako každý rok. To abychom přes zimu neumřeli hlady, protože v lese ani na poli nic neroste,“ oznamovala. „Chtěla jsem tetičku pozdravit a okýnkem jsem spatřila, že právě usedá ke snídani. A co nevidím, vyndala jednu sklenici s nápisem borůvková marmeláda, rozšroubovala ji a nabrala si lžičkou kus té marmelády na chleba s máslem. Tak to tedy je, schovává si ve spížce na zimu to, co roste v létě, aby nikdy neměla nedostatek,“ zakončila pyšně chytrá srnka.

Madla ještě dlouho seděla na mechu a povídala si se zvířátky o všech možných dobrotách, co se dají schovat na zimu do spíže. Seděla by tam snad dodnes, kdyby se lesem neozval cinkot zvonku svolávající všechny na večeri do chaloupky. Vstala tedy, rozloučila se se zajíčkem a srnkou a pelášila domů.

Zpátky ve městě se chtěla Madla podělit o všechny novinky se svými kamarády. Ti po ní ale jen zmateně pokukovali a nevěřili, že je možné v přírodě najít přes rok tolik dobrot, natož aby bylo možné si je schovat až do zimy! Madla se však nedala a rozhodla se co nejvíc těch dobrých plodů nasbírat a s tetou Vlastou je připravit.

Teta byla nadšená, že se Madla o všechno tak zajímá. S radostí jí se vším pomohla a vysvětlila jí, jak se ty dobroty zavařují. Když se po práci Madla rozhlédla po kuchyňce, oči jí zářily, jak běžaly po hromadě různě barevných sklenic s rozličnou náplní a popisky, jako: rybízová marmeláda, oříšky v medu, zelené fazolky, švestkový kompot, krájená rajčata a mnoho dalších, podepsaných velkými písmeny MADLA, aby se nepopletly s Vlastinými. Všechny sklenice pak s tatínkem odstěhovali do spíže v městském bytě.



Přišla zima a v lese, na zahrádkách ani na polích opravdu nic nerostlo. Madla ale věděla o plné spížce, a tak se těšila na všechny ty dobroty. Každé ráno si s celou rodinkou mazali marmeládu na chleba, k obědu mívali zavařenou zeleninu, pekli štrúdl ze zavařených jablíček a po večeři si maminka s tatínkem dokonce občas trošku usrkli domácího ořechového likéru, který pro ně speciálně připravila teta Vlasta. Madlenčini spolužáci jen záviděli výborné svačinky s ovocnými marmeládami, ale také její rozzářené oči a zdravě červené tvářičky, které jistojistě získala díky všem těm domácím dobrotám. Už se jí nikdo nesmál a Madlenka musela dál a dál vysvětlovat, co se dá v přírodě najít a jak to uschovat do zimy.

Následující zimu už nechodila s modrou pusou od borůvek do školy jen Madla, ale i její kamarádi, kteří si libovali, jak je zábavné a skvělé zavařovat všechny ty dobroty.

A Madlenka stále jezdí k babičce na chaloupku, běhá s Tomem po lese a povídá si se zvířátky, i když už není malá holčička.



Zimní recepty

Ochutnejte jednu z dobrot, které Madlenka připravila během roku s tetou Vlastou!

Lívance s domácí borůvkovou marmeládou

Co budeme ke kuchtění potřebovat?

Lívance: *½ droždí, 500 ml mléka, 1 lžíci cukru, 250 g polohrubé mouky*

Domácí marmeláda: *1 kg ručně nasbíraných lesních borůvek, 1 kg želírovacího cukru*

A jak na to?

Lívance: Mléko ohřejeme, aby bylo vlažné, přidáme do něj droždí, polohrubou mouku a cukr. Vše dobře promícháme a těsto na lívanečky necháme čtvrt hodiny kynout. Z těsta smažíme na rozpálené pánvi s olejem zlatavé kynuté lívance.

Marmeláda: Borůvky přeberte, operte, nechte okapat. Trochu borůvek oddělte; zbytek vložte do hrnce a zahřívejte, až se rozvaří. Borůvky vařte za stálého míchání, dokud nezhoustnou. Vmíchejte želírovací cukr, směs přiveďte k varu a vařte asi 4 minuty. Před koncem vmíchejte zbylé borůvky. Pokud se vytvořila pěna, seberte ji a horkou marmeládu plňte do skleniček. Zavíčkujte, obraťte dnem vzhůru a nechte vychladnout. Po vychladnutí skleničky označte jménem a rokem výroby.

Dobré pohádkové chutnání!

Zimní koš

Podívejte se na košík, co v zimě můžeme v Česku pěstovat nebo skladovat. Zkuste spojit názvy zeleniny a ovoce se správným obrázkem v košíku a obrázek domalovat.



třešňový kompot

vlašské ořechy



mrkve

zelí

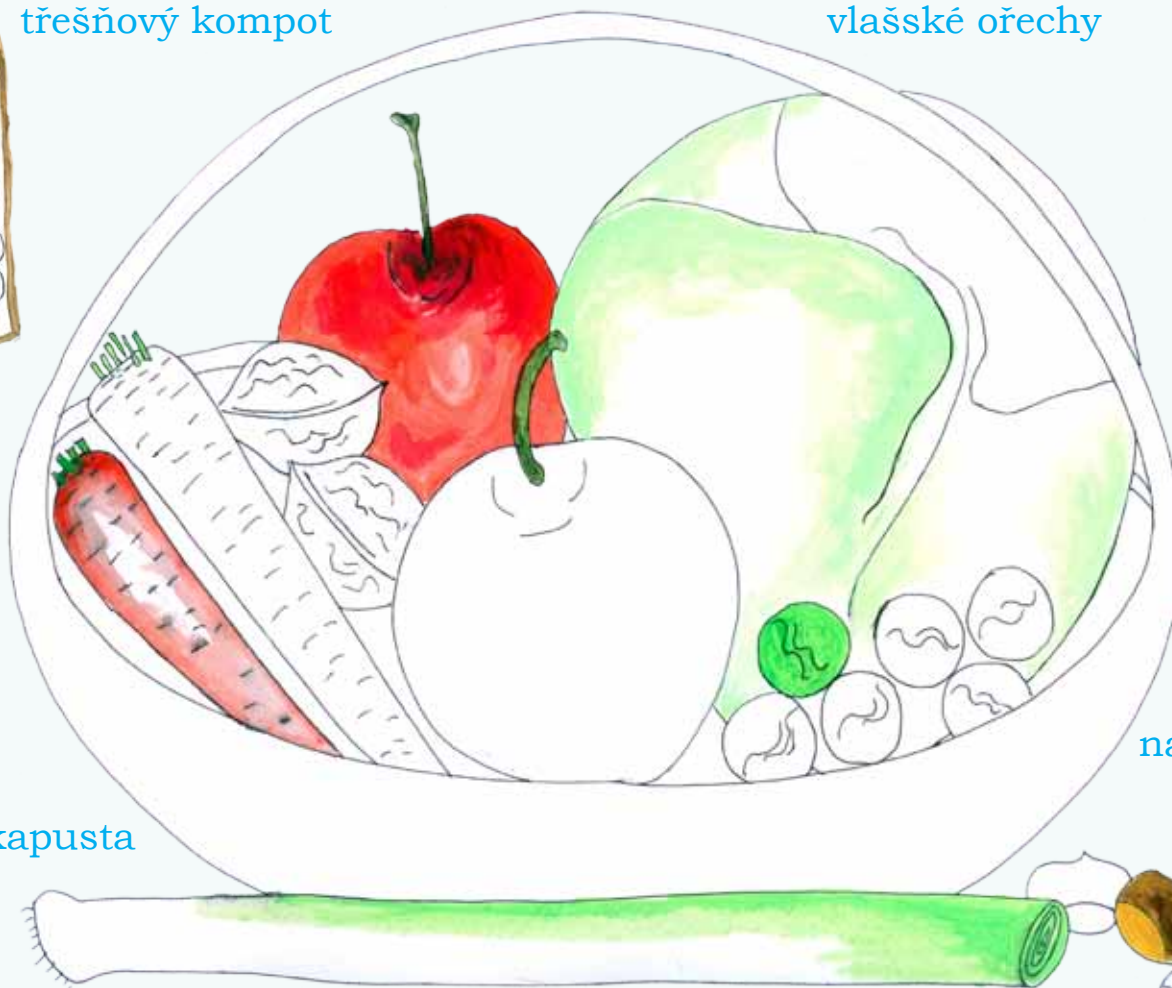
pórek

jedlé kaštiny

jablka

nakládané fazolky

růžičková kapusta



Hádanka pro chytré hlavičky

Zkus vybrat vhodné lesní a zahradní plody pro zavařování a překreslit je do správných zavařovacích sklenic na protější straně. Pozor, některé plody mohou být i jedovaté!



ostružiny



lesní jahody



borůvky



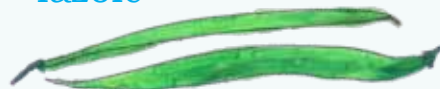
maliny

vraní oko



konvalinka

fazole



třešně

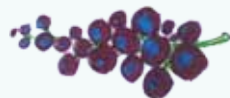


okurka

švestka



brusinky



černý rybíz



dýně

červený rybíz



rajče



hrášek

Dej do sklenice všechno to, co můžeš najít v lese a zavařit na zimu.



Dej do sklenice to, co si můžeš přes rok vypěstovat na zahrádce a zavařit na zimu.





Pohádkový přídavek: Ája, nejmlsnější biglice

Ája je dvouletá psí holka. Biglice. Má světlou hebounkou srst a dvě plandavá ouška. Na zádech má malou bílou skvrnku a podle té se dá poznat už na dálku. Většinu času radostně poskakuje neposedně sem a tam nebo hledá po zemi, co dobrého by kde slupla. Jídlo je její největší potěšení. Miluje ho nejmíň stejně jako svoje páníčky – Katku a Ondru, se kterými bydlí v bytě vedle parku. Když jsou páníčkové v práci, Ája musí čekat doma, protože nemají vlastní zahrádku. Ale zas tak úplně jí to nevadí. Klidně si může vylézt na židli u okna a pozorovat, co se děje venku před domem. A tak tam hlídá jejich byt, dokud Katka nebo Ondra nepřijdou domů a vezmou ji na dlouhou procházku po parku.

Po procházce dostává Ája večeri. Schroupe ji vždycky do posledního drobku a potom se labužnický olízne. Jenže to Áje tak úplně nestačí – je pěkně zmlsaná a ochutnává, co se dá. Když Katka vaří, lehne si jí k nohám a hlídá, jestli něco neupadne. Třeba kousek sýra! Sýr je veliká pochoutka. Ale ještě raději Ája vylíže kelímek od jogurtu nebo skleničku od marmelády. Chuť na dobrůtky jí pronásleduje pořád. V nouzi si dá klidně kousek klacíku, který jí páníček Ondra háže pro aport. Někdy se jí podaří utéct k popelnicím a tam olizuje kdejaký fujtajbl, dokud ji Ondra nechytne a nepřipne ji rozzlobeně na vodítko.

Tak moc je psice Ája mlsná, že sní klidně i zeleninu a ovoce. A jak ráda! Už se jí kvůli tomu kolik pejsků vysmálo, že prý pořádný pes jí jen maso, maximálně mléko – a to ještě jen jako štěně. Ale Ája si posměváčků nevšímá a spokojeně si před spaním schroupe v pelíšku mrkvičku nebo ukradne potajmu ze stolu rajče, když se Katka s Ondrou nedívají.

Kromě toho, že je mlsná, má Ája jídlo ráda ještě z jiného důvodu. A to proto, jaká je to legrace a dobrodružství, když ho s páníčky obstarávají. Tak třeba páníčka má na balkónku malou zahrádku. Roste tam jedlička Lenička – tu mají v opatrování, aby nemusela chodit

do lesní školky. Má na balkónku svoje místo ve velkém květináči, který se na zimu zasypává kůrou, aby nezmrzla. Až jedlička víc vyroste, přesadí ji z květináče do země vedle chaloupky, kterou má Ája společně s Katkou a Ondrou na vesnici; tam je bude jedlička na oplátku hlídat a chránit od větru. Zatím je ale jedlička v květináči a díky ní to na balkóně krásně voní. Ája ji vždycky škádlí – to když se na balkón dostane, štípne ji trošku do větvičky. A jedlička ji za to zase píchne jehličím. A někdy Ája rychle z květináče ukradne kousek té kůry. Ten si potom zahrabe do vlastního pelíšku a v noci, když všichni spí, ho tam taky rozkouše a rozdrobí všude kolem. To aby Ondra musel ráno zametat a ona se mohla honit za smetákem a rozhánět kupky prachu a smetí po celém bytě!

Kromě Leničky jsou na balkóně truhlíky a květináče, kde roste na jaře a v létě všelijaká zelenina. Velký zavlažovací truhlík je na saláty. Další velký truhlík na mrkev a ředkvičky, ve dvou velkých květináčích roste rajčatový keřík s hráškem – hrášek se musí podpírat klacíkem. Když je hrášek ještě malinká rostlinka a z hlíny kouká vlastně jen klacík, Ája ho moc ráda vytahuje a okusuje. Když ale hrách povyroste, to už se Ája bojí, že by ji chytil úponkem a přidržel, a panička že by ji napomenula a už by na balkón třeba ani nesměla. V závěsném květináči rostou jahody. Jsou to „převislé“ jahody, říká panička. Když uzrají, visí přes okraj květináče a lákají Áju, aby si utrhla. Jahody má Ája moc ráda – jsou sladké a jejich semínka hezky čistí psí zoubky. Jenže ať se Ája snaží, jak chce, na jahody nedosáhne. Jen slyší, jak se jí tam nahoře posmívají: „Nedosáhneš, hihhi.“ A tak na ně jen párkrát štěkne a jde si zase po svých.

Občas – hlavně na jaře – panička Katka na balkóně pracuje. Navlékne si modré látkové rukavičky se žlutými kvítky, vezme malou lopatku a sází a přesazuje a všude lítá hlína a sazeničky rostlinek se těší na nové větší květináče s výživnou, krásně špinavě černou půdou. A to se Ája taky těší! Vždycky za Katkou na balkón přiběhne a ona se na ni krásně

usměje a řekne: „Ahoj, Ájo, ty jsi moje malá pomocnice, vid’?“ Ája vesele zatřepe ušima na znamení, že pomocnice opravdu je. Vždyť taky zkouší rozhazovat hlínu a sem tam kousne do některé sazeničky, jestli už náhodou není hotová, připravená k snědku. „Jedeš!“ okřikne ji s úsměvem na rtech Katka a přitom ji lehce šťouchne tam vzadu, pod pravou zadní nohou, kde to hrozně lechtá! Ale to pak Ája na oplátku dokáže paničce i stáhnout rukavičku z ruky a potom s ní utíkat přes celý byt až do koupelny, protože ví, že ji panička bude honit a bude veliká legrace. To se potom směje i Ondra a často se přidá k honičce, dokud všichni tři nepadnou vydovádění do postele.

Tolik dobrodružství Ája zažije jen na balkóně. A což teprve, když přijde víkend. Nebo prázdniny! To jezdí Ája s Katkou a Ondrou z města na chaloupku na vesnici. Chaloupku si pořídili nedávno a musí na ní pořád něco opravovat. Ale vždycky se najde čas i na procházku po okolí, na dovádění na staré půdě nebo na hledání něčeho dobrého k zakousnutí.

Nejlepší jsou samozřejmě houby! Tedy ne že by zrovna houby byly Ájinou nejmilejší pochoutkou, ale moc ráda je „hledá“! Katka a Ondra si obujou holínky a všichni vyrazí do lesa. Les má pro biglici Áju spoustu výhod. Tak třeba tam vůbec nepálí tlapky jako ve městě na rozpáleném chodníku, protože je země pokrytá zeleným chladičným mechem a měkoučkým jehličím. Nemusí být přivázaná na vodítku, protože tam nejedí žádná nebezpečná auta. V lese to také moc voní a je tam ticho, jen občas je slyšet nějaké další zvířátko. Někdy se dokonce i ukáže – to se za ním Ája vesele rozběhne... Srnka, liška nebo zajíc, to je jí jedno. Zatím ale žádné nikdy nedohonila, aby si s ním mohla pohrát, jak to dělává s pejsky v parku. Ája totiž neví, že lesní divoká zvířátka si s neposednými pejsky hrát nechtějí. Katka s Ondrou mezitím hledají houby a podle Áji jsou až příliš vybíraví – ne každá jim přijde vhod. Kolikrát je už Ája štěkáním volala ke krásné červené



houbě s bělounkými puntíky! „Muchomůrka,“ řekne jen Katka. „Tu nechceme, Ájo. Hledej hříbky nebo lišky!“ přidá se Ondra. To se nedoceněná Ája obyčejně malinko urazí, nechá je, ať si sbírají svoje hnědé houby – prý hříbky! – a jde tedy hledat lišky. Ale to není vůbec jednoduchá věc! Lišky jsou chytrá zvířata a umí se moc dobře schovávat. A ani Ája neví, jak by Katka s Ondrou takovou lišku dokázali přemluvit, aby si vlezla k hříbkům do košíku. Lišky jsou přece velice plachá a neposedná zvířata! Když už mají košík plný hub, staví se obyčejně cestou domů ještě na borůvky, lesní jahůdky, maliny nebo ostružiny – co právě roste. To se Ája vždycky cpe, až má jazyk od borůvek celý modrý!

Nebo když se jde pro mléko. To je taky krása! Na vesnici se pro mléko chodí ke Kovářům. Když se Ondra pustí do oprav domu, vezme Katka tašku s lesklými skleněnými lahvemi, hezkou bandasku se sluníčky a jedno bílé plátýnko. Ája ji ke Kovářům samozřejmě musí doprovázet. Jdou směrem k lesu, do největšího statku na vesnici. Tam bydlí Kovářovi a jejich kravičky se pasou kolem na loukách. Paní Kovářová se pořád směje. Ája se od ní nechá jen letmo pohladit a spěchá dál. Musí stihnout všechno obhlédnout, než panička koupí, co je potřeba, a půjdou zase domů. Nejdříve se rychle prolítne mezi kravičkami, pozlobí je, ale než některá kráva stihne vstát, už je u králíčích kotců a zdraví se s novými strakatými králíky. Podívá se do krmítka slepičkám, jestli by se jim nedalo něco sebrat, ale to už na ni zasyčí husa Maruška. A Ája vůbec na nic nečeká, kdepak! Aby ji tak štípla jako posledně, když jim vzala kousek tvrdého chleba. To panečku pánilo ještě dlouho, ani si ten chleba tolik nevychutnala. V sadu pak vyplázne jazyk na kozu Lízu – je to koza neškodná, už má svůj věk. Za Ájou se kvůli jejím drzostem nehoní a v klidu si dál žvýká mlíčí ve stínu pod jabloní. Za sadem u plotu obyčejně najde Ája pana Kováře, jak spravuje rozbité plaňky u ohrady. „Ahoj, ty nezbednice!“ vítává pan Kovář Áju. „Kdepak máš paničku, jestlipak už ti neutekla?“ Poškrábe Áju za ouškem, a ta utíká zpátky na dvůr, aby jí Katka opravdu



neutekla.

Tam už Katka opatrně ukládá láhve mléka a smetany do tašky, v bandasce má podmáslí a do vlhkého plátýnka zabalí sýr a tvaroh. Zaplatí paní Kovářové, rozloučí se a napomene Áju, aby na louce nedráždila kravičky, že se polekají a utečou z ohrady. Jak pak jsou přes náves domů, láhve v tašce cinkají. To vyláká Ondru z chaloupky, který jim vyrazí naproti a už z daleka je vítá: „Ahoj, moje mlíkařky!“ Vezme Katce těžkou tašku, nese ji až k domu a hned se jde umýt. V chaloupce zatím není vodovod, proto Katka pustí vodu z hadice a Ondra si myje ruce, obličej a vlasy. Voda je studená jako led, a tak výská a třese hlavou. Voda stříká všude kolem, takže je vlastně umytá i Katka a Ája. Potom si dají chleba se sýrem a mléko, i Ája dostane ochutnat kousek sýra. Malý voňavý kousíček. Mlask!

V neděli odpoledne zavřou v chaloupce okna, uhasí oheň v kamnech, zamknou dveře a jde se na vlak. Cestou se ale zastavují na návštěvě u Vojkůvků. Ti bydlí v chalupě u lesa, docela stranou vesnice. Ája tam má kamarádku Donu. Když se blíží k chalupě, Dona už Áju hlasitě zdraví: „HAF! HAF!“ Směje se a skáče tak, že by mohla klidně přeskočit plot. Ale to už vyjde z vrátek teta Alena a vítá hosty. Z pootevřených dveří kuchyně je cítit čaj s kapkou rumu a teplo z kamen. Z horního okna ve štítě se vyklání Honza se Zuzkou a zdraví: „Tak co, stavitelé, kolik jste toho dneska udělali? My už pokládáme podlahy.“ To Ondru zajímá, a tak se jde podívat nahoru, jak vypadají nové parkety. Katka s tetou zatím za chalupou sbírají do vyšívaného sáčku ořechy. „Letos se moc urodilo, nasbírám pro vás nějaké, aby bylo na Vánoce do cukroví,“ říká teta Katce. Obvykle nemá Ája vlašské ořechy tolik ráda. Jsou ve tvrdé skořápce a nedá se k nim snadno dostat. Jenže u Vojkůvků mají „papíráky“, a ty mají skořápku skoro jako papír! Stačí, když je Ája silněji stiskne zuby, skořápka se rozlomí a už si pochutnává na oříšku. Někdy ji ale nezajímají

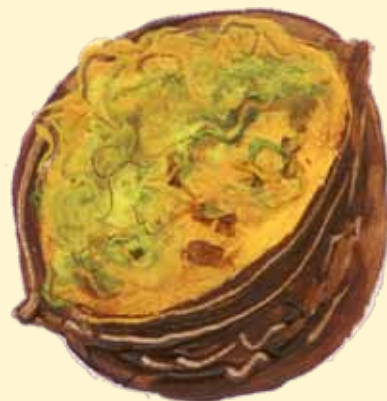


ani papírové oříšky, protože se musí vydovádět s Donou. Dona je mladší než Ája, jenže větší. Vytrvalost mají obě tak nastejno. U Vojkůvků se mohou prohánět v trávě mezi ořešáky a Ája tam Donu učívá všelijaké kličky a úhyby. Občas v zápalu boje zaběhnou až na pole, štěkají radostí a přitom víří oblaka prachu z hnědé půdy. To už je ale teta Alena raději přivolá, aby se neztratily z dohledu úplně: „Zpátky, holky, nebo vás, vy špíny, nepustíme do kuchyně!“ Návštěvu kuchyně si psi holky nenechají nikdy ujít. V kuchyni se všichni sejdou, Ája s Donou vypijí plnou misku vody a potom se přátelsky pošťuchují o nejlepší místo u kamen. „HAF, já jsem tady doma, tak je to moje místo!“ vystrkuje Dona Áju. „Já zase budu blíž stolu. Až něco dobrého upadne, schlamstnu to, heč,“ štěká na oplátku Ája. Za chvíli se stejně usmíří a stulí se vedle sebe, aby se ještě vzájemně užily.

Páníčkové si mezitím povídají, co kdo v týdnu nového zažil, jak se mají a jak jim slouží zdraví. Popíjejí lipový čaj s malinovou šťávou, až jim z toho zčervenají tváře. Když v dálce od Kamenice zahouká vlak, Katka s Ondrou se obléknou, poděkují a rozloučí se. Ája s Donou se ještě olíznou a už všichni tři spěchají na malé žluté nádraží k vlaku. Ve vlaku se uvelebí a spí celou cestu až do města. Áje se zdá o oříškách a honičkách s Donou, Ondrovi o tom, že mají v jejich chaloupce všude parkety a krb a Katka se prostě jen raduje z pěkného dne.

Když vystoupili z vlaku, přitulila se Katka k Ondrovi a řekla mu: „To je pěkné – kupovat mléko na statku a sbírat oříšky u Vojkůvků. Možná je to o trochu víc práce a plánování, shánět jídlo na různých místech, ale je to rozhodně veselejší než jen chodit do obchodů.“ Ondra se šťastně usmál a odpověděl: „Mám vás obě moc rád. Nevadí mi, když mám víc práce a plánování, hlavně když je to s vámi společně! Také si přitom rád popovídám se sousedy. A víme, co jíme. Kravičky se mají u Kovářů ve statku moc dobře, jsou spokojené a šťastné, a proto i jejich mléko chutná výborně. Vojkůvkovi se zase trpělivě starají o svůj sad, a tak mají dobré oříšky. A jablíčka voňavá, plná vitamínů. Všechno čerstvé – přímo

ze stromu.“ Ája šla po cestě vedle nich a zaštekala: „HAF, to já vím dávno, že jídlo může přinášet radost nejen pro břicho. HAF!“





Ilustrátorka knížky:

Kateřina Šparlinková

Vyrůstala jsem v podhůří Orlických hor – tam vznikala má láska k přírodě, horám a kreativní tvorbě. Studovala jsem na Fakultě strojní VŠB-TUO. Dnes mimo jiné s projektem Baribal propojuji kulturní tradice s dneškem, hledám harmonii v životě a dávám materiálům a věcem novou životní mízu.

Autorky pohádek:

Bára Staníková: *Jak čarodějka Amálka našla ztracené kouzlo; Ája, nejmlsnější biglice*

Pocházím z jižních Čech. Nyní žiji pod Vyšehradem v Praze, ale do rodného kraje se vracím společně s přítelem a pejskem každý víkend na naši chalupu. Kromě zaměstnání studuji obor Speciální pedagogika na Masarykově univerzitě v Brně. Ráda luštím hádanky a hraji karetní a deskové hry.

Julie Hodková: *Madla a lesní tajemství*

Odmalička žiji v Praze. Vystudovala jsem Fakultu stavební ČVUT v Praze a nyní se věnuji doktorandskému studiu v oblasti udržitelné výstavby budov. Miluji procházky lesem a horskou krajinou, splynutí s přírodou. Každý rok jezdím za babičkou do Jizerských hor na borůvky.

Verča Fišerová: *Floriánovo dobrodružství*

Ráda hledám ve světě nitky, které vedou k pestrému a udržitelnému způsobu života. Ať už na katedře environmentalistiky v Brně, či v Ekologickém Institutu Veronica, kde působím jako ekoporadce. Doma jsem na Haně ve statku s kozou Lízou, odkud naše rodina provozuje internetový obchod s biopotravinami.

Barča Pešková: *Král Kulička*

Vystudovala jsem Ochranu životního prostředí. Nyní pracuji v Centre for Modern Education a zabývám se inovativními vzdělávacími projekty. Už jako malá jsem sbírala léčivé bylinky na krušnohorských loukách a pozorovala své oblíbené tvory – obojživelníky. Ráda cestuji a dělám všechno, u čeho můžu být venku.

Něco užitečného pro rodiče

aneb Kde najít rady a informace o lokálních a sezonních potravinách?

Tato knížka vznikla s myšlenkou seznámit rodiče a děti s výhodami lokálních a sezonních potravin. Cílem je podpořit jejich spotřebu, a tím snížit emise CO₂ plynoucí z dopravy a výroby potravin ze zahraničí.

www.bedynky.cz → Důležitý web pro ty, kteří se chtějí z města dostat ke kvalitní lokální produkci malého českého farmáře. Bedýnkový systém funguje výtečně například v Anglii a znamená, že si přímo u farmáře objednáte bedýnku ovoce a zeleniny, jejíž složení se mění dle roční doby; vyzvednete si ji na daném místě ve městě obvykle jednou týdně. U nás zatím bedýnky fungují v Praze a v Brně, ale pomalu se šíří dále.

www.veronica.cz → Ekologický institut Veronica se profesionálně věnuje široké paletě environmentálních témat – od ekologického stavitelství přes přírodní zahrady po třídění odpadu. V nejstarší ekoporadně v Česku se můžete zeptat na cokoliv, co se týká životního prostředí. Veronica také propaguje místní a sezonní potraviny.

www.hnutiduha.cz → Hnutí DUHA s úspěchem prosazuje ekologická řešení, která zajistí zdravé a čisté prostředí pro život každého z nás. V rámci programu Zemědělství propaguje české biopotraviny, zakládání bioklubů (podobných bedýnkovým systémům), zlepšení podmínek pro chov hospodářských zvířat či šetrné využívání krajiny.

www.cuketka.cz → Fenomén české foodblogové scény; jeho zápisník provází originálním způsobem stovky čtenářů po české gastronomii. Pan Cuketka mimo jiné uskutečnil „projekt Vesničan“, kdy se snažil několik měsíců shánět lokální, sezonní a kvalitní potraviny.

www.eatseasonably.co.uk → Britské webové stránky s informacemi a radami k sezonním potravinám. Pěkná inspirace ze zahraničí.

www.biospotrebitel.cz → Největší prověřený portál nejen o biopotravinách, kde najdete nespočet kontaktů na farmy ve vašem okolí, recepty, kalendář akcí, knihovnu, otázky a odpovědi... A také aktuální nabídku bedýnek z farem, které vám je přivezou až domů.

Pohádky k nakousnutí

Veronika Fišerová

Ing. Julie Hodková

Mgr. Barbora Pešková

Barbora Staníková

Návrh obálky a ilustrace: Kateřina Šparlinková

Grafika: Radovan Chládek

Nakladatel: British Council ve spolupráci se Zastoupením Evropské komise v Praze

Náklad: 1000 výtisků

Vydání I., Praha 2010

Jazyková redakce: Mgr. Markéta Lakosilová

Vytiskl: tiskárna IRBIS www.vytiskneme.cz

Děkujeme Hnutí DUHA za poskytnuté recepty z kalendáře receptů s malou ekologickou stopou.

Jarní recept je napsán podle receptu Jaroslavy Jandové a letní recept podle brněnské restaurace Rebio.

Tento projekt byl realizován za finanční podpory Evropské unie. Za obsah publikace odpovídá výlučně autor. Publikace nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou jejím obsahem.



POHÁDKY K NAKOUSNUTÍ





