

ŽIVÁ STRAVA z Žitné ulice EVROPSKÝM UNIKÁTEM

Pražská Žitná ulice jakoby svým jménem určovala, že se tam může také péci žitný chléb. Jeho pečení však zde nevydrželo tlaku velkých pekáren, proto se uvolněné prostory podařilo získat mladé firmě Lifefood CZ. Tato firma s mladou podnikatelkou v čele zaplňuje na trhu s BIO mezeru představující vegetariánské či přímo vitariánské produkty vhodné i pro bezlepkáře a diabetiky, stejně jako pro všechny, kteří mají rádi vytríbené či exotické chutě z opravdu kvalitních a čistých surovin.



Z malé pekárny nová výroba vitariánských pochoutek

Rozjezd pro hvězdy „bio“

Tereza Havrandová založila svoji firmu po návratu domů z cestování (Amerika, Asie, Austrálie...), kde se seznámila s konceptem výživy živou stravou a i s potravinami tomuto směru vyhovujícími. Podobně jako řadu ostatních v oboru ji k tomu přivedly i jisté zdravotní neduhy, které se rozhodla pomocí syrové stravy (tzv. rawfoodu) řešit. V rámci živé stravy je důležitá kvalita a pro mne tedy i zejména bio. „Když jsem cestovala po zahraničí, tak tam byly takové bioprodukty rozšířené, a když jsem vrátila do České republiky, tak jsem zjistila, že tady nic takového není. Až na nějaké bio luštěniny či bio obiloviny tady nic bio pořádně nebylo. A to nemluvím o hotových produktech živé stravy. V zahraničí byly tyto produkty dostupné a se zajímavými cenami, proto jsem některé produkty začala dovážet.“

To hlavní, co chce Lifefood CZ nabízet, je živá strava, která vyhovuje nejen vitariánům, ale může jí konzumovat také člověk s problémy stravitelnosti lepku nebo diabetici. Základním krédem je však vyrábět produkty takové, které budou chutnat všem, bez ohledu

na výživový styl, a zároveň naprosto bez jakýchkoli škodlivin a v biokvalitě.

Tereza zahájila svoje podnikání nejprve dovozem některých produktů, které na našem trhu nebyly k dispozici a patří spíše do oblasti doplňků stravy – mladý ječmen, bio mořské řasy, octy, sirup z jakonu (jihoamerická rostlina), mochni peruánskou ad. –, a objevila rovněž nepražené kakaové boby, úplnou specialitu v našich končinách. Produkty nakupovala přímo od pěstitelů a výrobců, k čemuž bylo zapotřebí navázat kontakty v zahraničí, což byla spíše ta příjemná část práce. Pak už jen zbývalo produkty přebalit do menších spotřebitelských balení a dodat na pulty zdravých výživ.

Počáteční rozjezd obchodu s dovezenými produkty, které tu nebyly známe, znamenal neustálé oslovování prodejců a vysvětlování a vysvětlování. Kontakty na domácí prodejny zdravé výživy se rozjížděly postupně a pomalu. Nejprve se dařilo pouze ve velkých městech a ve větších prodejnách. Dnes je však i vidět, že i v malých městech lze dobře prodávat výrobky Lifefood – například JoBio v Liberci a Pi-centrum v Ha-

nicích jsou velmi zdatné. Zřejmě to záleží na přístupu a zájmu prodávaců a možná i výskytu vegetariánů v okolí...

Místo pekárny speciální sušárna

Koncept živé stravy zahrnuje i různé potraviny vyrobené z tepelně neupravovaných směsí ořechů, semínek, sušeného ovoce či koření a bylinek. V zemích kde je rawfood už nějakou dobu na vzestupu jsou takové produkty běžně k dostání, u nás však byly takové věci zcela neznámé. Tereze se však zdálo nesmyslné dovážet takové zpracované výrobky, proto se rozhodla založit vlastní výrobu. Udělat nějaký smluvní vztah s jiným výrobcem se ukázalo být nespolehlivé a v podstatě i nemožné. Proto celkem „v pravý čas“ objevila uvolněné prostory po malé pekárně v Žitné ulici v Praze. A tak tu začala produkce pochutin v rámci „živé“ stravy.

Je dost unikátní mít takovou výrobníčku v centru Prahy. Má to svá plus, dostupnost k hlavním zákazníkům či také patinu takového prostoru mezi bloky starších domů. Také zařízení pekárny ze základu ➤ vyhovělo hygienickým požadavkům



Výrobky v sušící peci



Příprava obalů na čokolády



Fakturace, objednávky, placení...

➔ na potravinářskou provozovnu, i když se do prostoru také muselo investovat. Ale také jsou na druhou stranu problémy s parkováním dodávkových aut na rušné třídě. Ve větším zásobuje sám Lifefood pražské a brněnské prodejny zdravé výživy dodávkami, ostatním se zboží expeduje pomocí balíkové služby.

Jistě vás napadlo, jak tady asi využijí pekařskou pec, když hotové výrobky by měly vyhovět požadavku na „živost“ stravy? Jednoduše: v pecích se nepeče, ale jen suší při teplotě do 42 °C. Základem technologického procesu je to, že se suroviny namáčí, případně rozmixují, klíčí nebo nechají nabobtnat, a pak vytvarují na plech a suší. Pak se naváží a ručně zabalí. Nakonec se rozvezou do prodejen.

Sortiment výrobků ze stále „živých“ surovin je velmi široký. Patří sem různé kuličky, placky, chlebíky, keksy, tyčinky, zobání... – především ze slunečnicových a lněných semínek, doplněných ořechy, sušeným ovocem a různými bylinkami. Rafinovaný bílý cukr se nepoužívá, sůl jen mořská. Každý výrobek má tři až čtyři varianty buď ve sladkém provedení – s využitím chutí ovoce – jablek, nebo pomerančů, či grepů, slané výrobky pak s využitím koření a bylinek. Také tradiční české bramborákové ingredience – česnek a majoránka – se sem dostaly. Začali také s přípravou sezamového krému ve skleničce a nejnovějším výrobkem jsou tyčinky ze směsi datlí, oříšků, semínek a dalšího ovoce, které tvoří základní příchut – například třešňová, pomerančová, jablečná... Sortiment tvoří asi 40 druhů výrobků typu pochutin a cukrovinek, na 40 druhů chlazených a stejný počet výrobků dovezených a prodávaných v menším balení – rozinky, datle, olivy, oříšky, lněné semínko, sušené ovoce a další. Vše v biokvalitě. Místo obilnin se využívá často pohanka, která si mírným sušením zachovává chuť a obsah rutinu se nezmenšuje.

Zároveň s distribucí do prodejen zdravé výživy se Lifefood prodává i ve vlastním kiosku v paláci Flora na pražských Vinohradech. Pomalu se také rozjíždí i prodej prostřednictvím internetového obchodu



Některé ze speciálních výrobků Lifefood CR

VITARIÁNSKÁ STRAVA

Vitariánská strava: Strava bez masa, mléka, vajec (i bez sóji) a bez tepelně upravených potravin. Jí se syrové ovoce a zelenina, semínka, ořechy, olivový olej, byliny a koření. Je to strava přirozeně bezlepková, také bez obilnin a luštěnin. Vitariáni jsou přesvědčeni, že nejlepší potravina pro člověka roste na stromech a keřích, v sadech a zahradách, nezneužívající (se všemi enzymy, vitamíny, flavonoidy ad.) tepelnou úpravou ani jinou formou rafinace. Takovou potravu nazýváme živá strava – lifefood. S její pomocí lze dosáhnout pevnějšího zdraví, vyšší kvality života a dlouhověkosti, protože se z těla snáze odvádějí toxické látky.

I v rámci takové stravy lze složit plnohodnotný vyvážený jídelníček.

www.lifefood.cz, jehož zásilkové centrum je také v Žitné ulici.

Obtížnější, než najít obor podnikatelské činnosti, byly samozřejmě finance, které se v prvním roce vyšplhaly k milionu. Firma tak potřebuje ke svému růstu půjčky, a také se potýká s pozdními platbami za zboží od odběratelů. Po dvou letech aktivity se počet zaměstnanců rozrostl z jednoho až přes tucet – na výrobně, v kanceláři, na skladě a v prodejně.

Ve své prodejně Flora bar nabízejí vlastní výrobky ze sušeného trvalivého sortimentu, ale také čerstvé saláty, sendviče, pomazánky. Ty dodávají také do pražských prodejen, spolu s čerstvými šťávami z ovoce a zeleniny. Šťávy jsou buď jednoduchové – mrkev, jablko, nebo v různých kombinacích či s bylinkami. „Nápadů, co z těchto základních surovin vyrábět, je takové množství, že je ani nestihneme realizovat. Nouze o nové produkty není,“ říká Tereza Havrandová.

Čokoládový „zlatý hřeb“ nakonec

Velkými prodejními hity Lifefoodu jsou již delší dobu nepražené kakaové boby, prodávané i v podobě jemně mletého kakaového prášku a nově i jihoamerická všemocná Maca (viz str. 24 v minulém Bio). Hlavním trumfem Terezy však v současnosti je živá čokoláda z nepraženého kakaa. Skromně hovořila Tereza o výrobě této čokolády. Vypracovala vlastní technologii její výroby, kdy se používá zmíněný prášek i kakaové máslo z nepražených bobů, a receptury jednotlivých příchutí.

Tuto čokoládu vyrábějí na Slovensku ve své pobočce. Je to vlastně evropsky unikátní ruční výroba, která je jedinečná, stejně jako sortiment „živé stravy“ pro vitariány. Čokoládou z nepražených bobů a ostatními výrobky zásobují Českou republiku, ale mají ambice zásobovat



Vedoucí výroby



Balení hotových výrobků



ZELENÁ VLNA uprostřed Prahy

Obchod s přírodní kosmetikou Greenwave v Purkyňově ulici za stanicí metra Národní třída přináší do centra Prahy pomyslnou trochu přírody a zeleně. Schovanou sice v krabičkách a lahvičkách, ovšem nenařaditelnou pro některé z nás, které a kteří chtějí vypadat k světu, a při tom si pleť nepoškodit.

Lidé v průmyslových zemích světa dnes už nemají čas brouzdat po luzích a hájích a sbírat bylinky, kořinky či pupeny a připravovat si z nich doma esence, masti či tinktury a krémy. To za ně dělají kosmetické firmy, které se zabývají výrobou kosmetiky bez přidávání syntetických látek – například Primavera, Dr.Hauschka, Weleda, Logona, Florame a další. Mnohé z těchto značek naleznete právě v rodinném obchodě **Denisy Svobodové**, který funguje už druhým rokem.

Firma se výrazněji představila na loňské výstavě BioStyl a od té doby sbírala své stálé i náhodné zákaznice i zákazníky – muže. „Pro přírodní kosmetiku si sem chodí také někteří z důvodu přecitlivělosti své pleti a na radu, jak se vyrovnat s některými kožními problémy,“ říká spolumajitelka rodinného obchodu. Denisa a její kolegyně jsou už v tomto poradenství velmi zkušené.

„Pro stálé zákazníky nabízíme věrnostní systém slev a také pro skutečně věrné zákaznice pořádáme bezplatné poradenské dny a také například kurzy líčení dekorativní přírodní kosmetikou Dr.Hauschka a vizážistka jim pomůže najít nejen vhodné líčení, ale také správný účes, vhodný k jejich typu.“ Vysvětluje Denisa Svobodová.

Nejen kosmetika je dnes tím, co v takovém přírodním sortimentu lidé hledají, ale mohou si vybrat také přírodní úklidové prostředky a také intimní potřeby. V obchůdku



Mladá maminka, věrná zákaznice, Silva říká: „Odcházím odsud vždycky spokojená a ráda se vracím.“

vám mohou také doporučit některé potravinové doplňky – vitaminy a minerály, koncentrované například v mladém zeleném ječmenu. Koupit si tu můžete i některé nápoje a vhodnou svačinku.

Součástí dnešního obchodování se stává také obchod prostřednictvím internetu. Ani tuto cestu Denisa nezanedbala a můžete nahlédnout do sortimentu obchodu na www.greenwave.cz a zboží si objednat, pokud si nemůžete přijít vybrat osobně. Samozřejmě i tato forma prodeje slouží k podpoře podnikatelského záměru i v době deklarovaného hospodářského poklesu, který se zatím v obchodu s kosmetikou příliš neprojevil.

(vha)
FOTO: redakce Bio

➤ i trhy s biosortimentem v okolních zemích. První kontakty už mají v Německu, Dánsku, Holandsku a Rakousku.

„Chceme dělat výrobky poctivě a kvalitně, samozřejmě tak, aby chutnaly. Naše výrobky jsou dražší, ale rozhodně nejsou předražené. Je to vše ruční výroba. Bioboom sice je, ale pořád se ještě nezměnila povaha Čechů snažit se kupovat vše co nejlevněji a to včetně jídla. Cena ale stále vždy odpovídá kvalitě a my se snažíme v tomto směru nedělat žádné kompromisy. Vyrábíme vše bez různých plnidel a levnějších doplňujících surovin. Protože to povědomí o zdravé výživě je takové, že co je zdravé, to nechutná, tak se tomu snažíme čelit. Jsem ráda, když naše výrobky chutnají také řadě známých a rodinám mých kolegů, kteří mnohdy nemají se zdravou stravou či biojídlem nic do činění.“ Takové je krédo mladé firmy.

Udržovat široký sortiment výrobků s různými příchutěmi není snadné, ale Tereza Havrandová si myslí, že se časem sortiment vytříbí, podle spotřebiteli oblíbených výrobků. Ráda by byla, aby lidé na kvalitních potravinách nešetřili, a dodává: „Lidé peníze mají, ale často je utratí za nějaké nesmyslné pamlsky či jídlo přímo i škodlivé.“ Sortiment produktů Lifefood není jen pro vegetariány či bezlepkáře, ale svačinka složená z Poháněk či placiček a s čerstvým džusem bio zasytí dospělého i školáka společně místo bagety a coly, přibližně ve stejné ceně.

„Nechceme, aby si lidé produkty Lifefood kupovali proto, že jsou vitariánské, ale proto, že jsou dobré, zdravé a že jsou bio,“ říká Tereza. V České republice i na evropském kontinentu je firma Lifefood CZ unikátním výrobcem vitariánských dobrot a živé čokolády z nepraženého kaka. Svůj sortiment představili též na letošním BioFachu.

Miroslava Vohralíková
FOTO: autorka a archiv firmy



Vyřizování zakázek internetového obchodu