

Bio od ekozemědělců už obědvají i studenti velkého gymnázia

JEMNÁ CHUŤ BULGURU A MRKVOVÉHO SALÁTU

Osmého března se ve školní jídelně Gymnázia J. K. Tyla v Hradci Králové podával od začátku roku již pátý kompletní biooběd. Vedoucí Lenka Fofová, která jídelnu do projektu Bioškoly zapojila, pro tentokrát vybrala slovenskou fazolovou polévku (s kysaným zelím a smetanou), bulgur se zeleninou a sýrem a mrkvový salát s jablkem a rozinkami. Jemná chuť jídla možná některé strávníky zaskočila, leč porce se nevracely.

Od ledna vaří na gymnáziu dva obědy v biokvalitě za měsíc a dvakrát je v biokvalitě polévka, salát, příloha nebo pečivo či ovoce. V jídelně vaří přes sedmset obědů denně – dvě jídla na výběr, z toho si zatím studenti i ostatní občané, kteří se sem chodí stravovat, dávají kolem 200 porcí v biokvalitě proti 500 nebí. Počet porcí uvařených z biopotravin však pomalu roste. Studenti nejsou pro biooběd nijak zvláště přesvědčováni předem. Vybírají si podle své chuti. Někdo si dá oběd z biopotravin ze zvědavosti (jako Petra) – co je třeba ten „bulgur“? –, nebo proto, že další jídlo z toho dne jim „nejde“, nebo mají na nějakou potravinu v něm alergii (jako Lucie).

Jak se připojili k projektu

Do projektu Bioškoly vedoucí školního stravování zapojila jídelnu již v minulém roce, kdy navštívila první seznamovací seminář, a pak se také v loňském květnu na gymnáziu odehrála první biovaření pod vedením Ing. Jany Lukešové z Bazalky a Dušana Machalíka, kuchaře z Country Life. Přítomným kuchařkám vysvětlili, jaké suroviny jsou pro zdravé vaření vhodné – ty v biokvalitě jsou někdy odlišné od běžně známých surovin. Užívá se například pšenice špalda, pohanka, oves nahý, amaranth, jáhly, tofu a další, ze zeleniny například dýně. Pro mnohé strávníky i kuchařky to je něco nového. Pak ale paní Lenka onemocněla, tak se spuštění projektu odložilo až do letošního ledna.

Jídelna v gymnáziu ctí vaření z čerstvých surovin, což je při vaření pro personál náročnější na čas, zejména při čistění brambor a zeleniny. Při vaření z biopotravin jde pak především o vyšší zastoupení biozeleniny, a tak se musí jídelniček v biokvalitě

personálu vysvětlit a nadchnout pro něj. „Bez nadšení to nejde,“ říká paní Lenka, „ale zeleniny a ovoce dáváme studentům dost po celý rok i k ostatním jídlům. Musíme tak plnit takzvaný spotřební koš, který udává průměrné množství masa, zeleniny, ovoce a luštěnin na oběd.“



Jé, to je to bio? Hmm... :-)

Tak se vyjádřil zklamaně jeden student, na kterého zbyl v burze už jen oběd právě v kvalitě bio. Snad po jídle už tak zklamaný nebyl... Samozřejmě někdy je nutné vyloučit z vaření to jídlo, na které si strávníci nechtějí zvyknout. Doufáme, že k nim jídla z biopotravin patřit nebudou.

Hledisko zdravé stravy a vaření v jídelně se uplatňuje také v tom, že se vaří z čerstvých a prvotřídních surovin a hotové jídlo si tak zachovává co nejvíce svoji přirozenou chuť. Je pravdou, že si studenti zvykají postupně, možná někteří ohrnují nosíky, protože se musí naučit nejprve jídlo vychutnat. „Je dobré se k tomu vrátit a zkusit vnímat přirozenou chuť potravin,“ dodává vedoucí jídelny.

Do hry o školní jídelniček vstupují také ceny surovin. Od loňského roku vzrostly docela rychle ceny zeleniny, i mouky a mléka. Takže se musí správně volit, aby se do ceny oběda vybrané suroviny vešly a jídelniček zůstal pestrý. Některé položky v biokvalitě, například luštěnin a pečiva, nejsou zase o tolik dražší než konvenční. „Se zásobováním biosurovinami z Country Life jsem spokojená. Musím si ale dobře rozmyslet jídelniček, protože se zaváží jednou týdně. Tak aby mi třeba potom zelenina nezvadla...“ Kuchařky už

rozdíl mezi bio a nebíto vnímají i z hlediska příjemnějších chutí – biomrkev voní a není trpká – a z hlediska samotné přípravy jídla – třeba biovejčko při vaření nezelená.

Pro vaření se v lednu spotřebovalo devět procent biosurovin ze všech použitých a v kratším únoru jen pět procent.



Studentky Petra a Lucie

V březnu se poměr jistě zlepšil, bude více obědů. Chystá se biočočkový salát s biovejcem. Biomaso zafazují zatím málo, to by zřejmě cenu oběda zvýšilo. Také se paní vedoucí zamýšlí nad tím, kdyby se bioobědy staly hitem a podávalo se ještě více porcí, že by se muselo možná sáhnout k jejich mírnému zdražení. Biooběd mají studenti totiž ve stejné ceně jako ten uvařený z konvenčních potravin.

Ve stravování dětí a mládeže hrají školní jídelny podstatnou roli, protože školní oběd bývá často jediné teplé jídlo, které děti za den mají. Doma už se málokdy vaří třeba teplé večeře... Proto je také důležité, aby teplé jídlo ve školní jídelně bylo opravdu kvalitní. „Bez dobré kvality vstupních surovin nelze dodržet dobrou kvalitu jídla,“ říká paní Lenka. Sama se propracovala školou makrobiotiky ke zdravému vaření a k přípravě všeho jídla doma. I pro děti například pekla sušenky, místo aby je kupovala.

Nadšení pro vaření z bioopotravin musí mít nejprve vedoucí jídelny, protože i pro ni je to práce navíc – nové kontakty s dodavateli či složitější objednávání. Nové jsou recepty i pro kuchařky. Potom také sestavení biomenu na měsíc, aby se jídla vešla do stanovených nákladů pro jedno jídlo. „Prosazení jídel z biopotravin závisí především na osobním zaujetí a získání personálu,“ říká vedoucí.

„Biovaření“ se kolektivu zaměstnanců jídelny podařilo v Gymnázium J. K. Tyla rozjet, za což jim patří velké poděkování.

TEXT a FOTO: M. Vohralíková



Lenka Fofová přebírá svůj biooběd od šéfkuchaře Pavla Mihulky