

MĚSÍČNÍK PRO TRVALE UDRŽITELNÝ ŽIVOT 12/2016



Ročník 20 ● cena 30 Kč / 1 €

Zavařování v malém
Motto rozsěvače
Vánoce s joulý
Biohovězí na trhu chybí

Kalendář Rok v přírodní zahradě 2017

Christina a Franz Leitner, Růže v zimě

● ekozemědělství ● biodiverzita ● ekologie ● biopotraviny



MEZINÁRODNÍ BIOTRŽ ZAZNAMENÁVÁ STABILNÍ RŮST

Bio obrat je celosvětově vyšší než 80 miliard eur* Americký trh dává silný ústřední impulsy * Evropské biozemědělství se rozrostlo o půl milionu hektarů * Německo: dvoumístný nárůst v oblasti bio

Obrat ve světovém měřítku výrazně překračující 80 mld. eur, tak by mohla podle aktuálního hodnocení odborníků z oboru vypadat bilance v oblasti biopotravin a bioproduktů za rok 2015. Dobré časy pro biosektor, který v mezinárodním měřítku zaznamenává stabilní růst. Když se jeho akteři od 15. do 18. února 2017 sejdou na svém každoročním oborovém setkání, v údčím světovém veletrhu biopotravin BIOFACH a mezinárodním odborném veletrhu přírodní kosmetiky VIVANESS v Norimberku, budou vedle pozoruhodných výsledkových ukazatelů v centru pozornosti také témata jako inovace a odpovědnost.

„Celosvětový růst biotržů povede za rok 2015 k výraznému překročení 80 mld. dolarů,“ analyzuje Amarjit Sahota, zakladatel a jednatel londýnské instituce Consulting Organic Monitor (GB). Na rok 2014 byl vypočítán celosvětový obrat zhruba 80 mld. dolarů. „Americký trh přitom s ohledem na nadprůměrné míry růstu zaujímá stále větší podíl.“ Helga Willer, expertka Výzkumného ústavu ekologického zemědělství (FiBL), Frick (CH), se také těší z pozitivních výsledků růstu. Konstatuje výrazný nárůst ekologicky obhospodařovaných ploch v Evropě. „Pro ekologické zemědělství na celém světě by se rok 2015 mohl stát rekordním rokem v jeho historii,“ říká Helga Willer. Ještě nemáme k dispozici výsledky všech zemí, ale do konce roku 2016 budou zveřejněna čísla většiny zemí za rok 2015 vztahující se k ekologickému zemědělství. „V tomto okamžiku však můžeme říci, že pokud jde o Evropskou unii, zvýšila se plocha výrazněji než v předcházejících letech – a sice o půl milionu hektarů na téměř 11 mil. ha nebo o více než 5%,“ konstatuje paní Willer s potěšením.

Zvlášť potěšující jsou míry nárůstu ve Španělsku, které se blíží hranici 2 mil. ha. Itálie se dostala v roce 2015 na téměř 1,4 mil. ha plochy v ekologickém zemědělství. Také v Německu se plocha zvýšila výrazněji než v minulosti – narostla o 4 % na téměř 1,1 mil. ha.

USA: Dávají celosvětově další růstové impulsy

V USA je oborová organizace Organic Trade Association (OTA), Washington, mimořádně spokojená s trendy a obratem v biosektoru docíleným v roce 2015. Ten dosahuje podle zprávy „Organic Industry Survey“ historického maxima – téměř 40 mld. dolarů (39,7 mld.). Jen v tomto roce se podařilo docílit nárůstu o 11 %, což je největší nárůst ve výši 4,2 mld. dolarů. Hnacím prvkem tohoto vývoje je segment čerstvého zboží, kde došlo ke zvýšení obrátu na

13 mld. Tento segment představuje 36 % celého biotrhu v USA. Tržní podíl ovoce a zeleniny v kvalitě bio je v USA zatím na 13 %. Takzvané convenience produkty pro vegetariány získané zpracováním obrat dokonce zdvojnásobily (+ 107 %). Nejvíce ovoce a zeleniny v kvalitě bio se prodalo prostřednictvím „konvenčních“ řetězců supermarketů (5,7 mld. dolarů), následováno specializovanými obchody a supermarkety s přírodními potravinami (4,7 mld. dolarů) a při přímém prodeji (2,7 mld. dolarů) na tržišťích, při prodeji v rámci sdružení producentů a spotřebitelům a v online obchodě. Jen u ba-



nánů se obrat zvýšil o 33 % na 165 mil. dolarů, což je velice úctyhodný nárůst. Jednatelka OTA, paní Laura Batcha, konstatuje: „Údaje, které máme k dispozici, nám ukazují, že zákazník strávající se v bio kvalitě nakupuje své ovoce a zeleninu s mimořádným ohledem na zdravé stravování. Bio zboží je přitom první volbou, neboť zákazník má jistotu, že se v tomto případě vyhne jedovatým a neodbouratelným pesticidům.“ Sektor non-food-nabízející ekologické textilní výrobky, prací a čisticí prostředky a kosmetiku vzrostl o 13 % na 3,6 mld. dolarů. Obě skupiny výrobků – potraviny a non-food – tedy ke konci roku 2015 společně dosáhly 43,3 mld. dolarů, v přepočtu 39,6 mld. eur.

NĚMECKO: Silný sektor v evropské biobranži

Z dvoumístného nárůstu trhu se po oznámení aktuálních čísel při příležitosti veletrhu BIOFACH 2016 neradoval jen Svaz ekologického potravinářství (BÖLW), zastřešující organizace německých spolků a organizací sektoru bio a národní odborný garant předního světového veletrhu, nýbrž celá německá biobranže. V předcházejícím roce (2015) bylo biopotravinami a bionápoji dosaženo nárůstu obrátu o 11,1 % a objemu trhu celkem 8,62 mld. eur (2014: 7,76 mld. eur). Vyplývalo to z výpočtů „pracovní skupiny zabývající se oblastí biotrhu“ pod vedením společnosti Agrarmarkt. ➡

Obsah ZPRAVODAJSTVÍ

Mezinárodní biotrh zaznamenává růst: USA dávají růstové impulsy .2
Německo: Silný sektor v evropské biobranži2
Francie: Strmý vývoj trhu3
Švýcarsko: I přes složité prostředí znovu roste3
Velká Británie: Opět na cestě růstu .3

NAŠE TÉMA

Zpracování ovoce zeleniny z vlastní produkce4-6

K EKOLOGII

Život pro krkonošské louky7
Ke globální dohodě z Paříže7
Energie pro budoucnost7

BIODIVERZITA

Vyšel rozsévач vysívat semeno 8-9

EKOZAHRAČKA

Přírodní zahrady aktuálně po 15 letech vzniku projektu10
Jehličnany v zahradě10

BIOSPOTŘEBITEL

O ekologii s Kateřinou Winterovou11
Poradci pleťové masky a zábaly 11
Doradna Waltraud Gregorová: Hloh jednosemenný, kdouloň12
Vánoce bez obav o ztlouštění13
Pět kroků k udržitelné spotřebě 14
EKOLOGICKÉ ZEMĚDĚLSTVÍ
Maso jako víno16
Ekochovatelé motivují porážková místa k certifikaci17
Nyeleni fórum – potravinová suverenita18-19
Změna v ekologických vinicích20-21
Redakční přání21
BIOPRODEJNY, KNIHOVNIČKA, TIRÁŽ, INZERCE22-24

www.bio-mesicnik.cz
www.alza.cz/media

➔ Nejvýrazněji se zvýšil prodej biopotravin a bionápojů v potravinářském maloobchodě (LEH). S nárůstem 13,2 % stoupl na 4,76 mld. eur. Také specializovaný obchod se zdravou výživou zaznamenal ve srovnání s předcházejícími lety nadprůměrné zvýšení, a částkou 2,71 mld. eur dosáhl nárůstu obrátu ve výši 10 %. Další prodejní kanály, jako prodejny s přírodními produkty, pekárny nebo zásilkový obchod se v roce 2015 také vyvíjely nadprůměrně. Také klasický maloobchod stále rozšiřuje své postavení na trhu: 55 % obrátu bioproduktů připadlo na potravinářský maloobchod, 31 % na specializované prodejny zdravé výživy a 13 % na zbývající prodejní kanály.

FRANCIE: Strmý vývoj trhu

Ve Francii se v roce 2015 zvýšila plocha pro ekologické zemědělství více, než se nejdříve předpokládalo. Podle aktuálních údajů organizace **Agence Bio, Montreuil (F)** došlo k jejímu nárůstu ve výši 23 % na téměř 1,4 mil. ha a 5,1 % celkové zemědělsky využívané půdy. Za běžný rok očekává agentura zvýšení plochy o dalších 8 %, za rok 2017 dokonce o 20 %. Biotrhy ve Francii roste již několik let velmi stabilně. Obraty celé biobranže zatím činí 5,5 mld. eur, což je zvýšení o 10 % ve srovnání s rokem 2014. Také počet firem působících v biosektoru od ekologických zemědělců přes další zpracovatele a velkoobchodníky až po maloprodejce se zvýšil na 42.216 eur, což je potěšitelný nárůst o 7,2 %.

ŠVÝCARSKO: Bio i přes složité prostředí znovu výrazně roste

Vedle Dánska je Švýcarsko, pokud jde o spotřebu biopotravin, již dlouho vpředu. Společně s Dánskem zaujímá se 7,7 % tržního podílu první místo v hodnocení evropských zemí. Počet zemědělských závodů dodávajících produkty ekologického zemědělství v roce 2015 vzrostl na více než 6.000, přičemž obhospodařovaná plocha činila 137.000 ha. Zvýšil se také objem trhu biopotravinami s obrátem 2,1 mld. eur, respektive o 5 % víc než v předcházejícím roce. Téměř třináct procent zemědělské užitkové plochy je ve Švýcarsku mezitím obhospodařováno ekologicky.

Trend k přechodu na ekologické zemědělství trvá nadále i v roce 2016, přičemž se k **Bio Suisse** nově přihlásilo již 227 subjektů. Podle Jürga Schenkela, vedoucího marketingu ve svazu Bio Suisse, Bazilej (CH), zůstávají nejdůležitějším segmentem čerstvé produkty s obrátem 1 mld. eur. Se zvýšením o 10 % na 1 mld. eur dosahuje tento segment podle Schenkelových údajů poprvé dvoumístného podílu na trhu. Přesto nejoblíbenějšími individuálními produkty s velmi úctyhodnými tržními podíly ve výši 24 % resp. 20 % na celkové spotřebě zůstávají vejce a chléb. Na třetím místě následuje zelenina s tržním podílem 18 %. S výdaji ve výši 259 eur na hlavu zaujímá Švýcarsko vedoucí pozici ve světě.

VELKÁ BRITÁNIE: Opět na cestě růstu

Po několika letech stagnace a poklesu biotruhu ve Velké Británii nabrala tamní situace opět kurs růstu. V roce 2015 bylo zaznamenáno zvýšení o 4,9 %, takže bylo dosaženo obrátu 1,95 mld. britských liber (2,6 mld. eur). Prodej v supermarketech se zvýšil o 3,2 %. Specializované prodejny s přírodními potravinami dosáhly dokonce nárůstu 7,5 %, dodávkové služby a internetové obchody dokonce 9,1 %. Stravování mimo domov zažilo boom s nárůstem o 15,2 %. Sektor zdraví a krásy vzrostl o pětinu (21,6 %) na 54 mil. britských liber (62,3 mil. eur). I přes tato hlášení o dosažených úspěších zde stále ještě je potenciál směrem nahoru, neboť podíl biosektoru u celkových výdajů za potraviny činí teprve 1,4 %. Německo, Francie a Itálie zaznamenávají při porovnání 3–4 %.

www.biofach.de

Norimberk, Německo

15. - 18.2.2017

BIOFACH2017

into organic

Vůdčí světový veletrh biopotravin

BIOFACH. STÁLE INOVATIVNÍ

Svou rozmanitostí biopotravin, svým odborným kongresem, důslednou certifikací a jedinečnými tematickými světy nadchne tato mezinárodní platforma biobranže 2 325 vystavovatelů a 48 533 návštěvníků z celého světa.

Tematické světy:

- Novinky a trendy
- Zážitky a objevy
- Znalosti a vzdělávání

Všechny informace:

BIOFACH.COM

*BIOFACH a VIVANESS

POZNAMENEJTE
SI TERMÍN PŘÍMO DO
VAŠEHO KALENDÁŘE.



ORGANIZÁTOR

NürnbergMesse
T +49 911 8606-49 09
F +49 911 8606-49 08
visitorservice@
nuernbergmesse.de

INFORMACE

PROveletrhy s.r.o.
T +420 775 663 548
info@proveletrhy.cz

společně s veletrhem

VIVANESS 2017

into natural beauty

Mezinárodní odborný veletrh
přírodní kosmetiky



UŽ TO JDE I V MALÉM

Zpracování zeleniny a ovoce z vlastní produkce

Partner Diany Benšové Ing. Stanislav Svatoň, otec dvou dětí, se před pár lety stal spoluvlastníkem historicky zajímavého statku po prarodičích a začal ne-daleko něj hospodařit ekologicky. S Dianou obdrželi dotaci pro mladé zemědělce, založili ekosad (12 ha) s mnoha starými odrůdami jabloní a na 2,5 ha začali pěstovat biozeleninu. Jejich plánem bylo dosáhnout zpracování vlastní produkce.

Sami si pěstují a prodávají biozeleninu a bioovoce

Vlkanečtí ekohospodáři byli mezi prvními ekozelinaři, kteří začali pražské zákazníky zásobovat biobedýnkami – Diana tam vlastní vinotéku. Ovšem vlkanečská biozelenina mířila nejen do Prahy, ale končila i blíže místa svého vzniku – v bedýnkovém družstvu v Rodinném centru Špalíček v Kutné Hoře. Bohužel, možnost přijmout další členy už je velmi omezená. Od začátku počítali se zpracováním ovoce ze ekosadu v pálenici. Než ale sad povyroste, pěstovali zmíněnou biozeleninu a zamířili s ní také do své zpracovny. Ta se ze snu stala v roce 2014 realitou.

Dianu jsme vídali na toulcovských biojarmacích prodávat vypěstovanou biozeleninu. Tam už asi po třech letech představila bioúrodu ovoce i zeleniny zakonzervovanou. Její parketou se tedy stalo nastudování předpisů i mnoha receptů, co a jak vařit, zavařovat, kombinovat dohromady... Některé výrobky jsou bio, některé ne – podle dostupnosti vstupních potravin. Do výrobků má také k dispozici vlastní med.

Hlavním problémem bylo pořídit a zrekonstruovat malou zpracovnu pro sirupy, kompoty, marmelády, jamy, klevely, rozvářky z ovoce a chutney (čatny) ze zeleniny, kysanou zeleninu, čalamády a studené omáčky i sušené bylinky. Zavařené ovoce a zelenina jsou zkombinované s příchutěmi, které bychom nečekali. Zpracovnu se podařilo vybojovat a vypí-



plat ve vhodném bývalém koloniálu v Golčově Jeníkově. „S vybudováním výroby velmi pomohlo, že skupina nejen stávajících zákazníků, ale i původně cizích lidí – dnes již zákazníků – bylo ochotných se složit na stavební práce a vybavení. Všechny své vložené prostředky čerpají zpět ve formě výrobků se speciální dvacetiprocentní slevou,“ vysvětluje vznik zpracovny paní Diana. (Více viz též Bio 7–8/2014.)

Je to příklad pro ostatní ekozemědělce, kteří mají obdobné nápady, sny a šikovnost, jen peněz se nedostává. Někomu se to třeba nemusí líbit, ale způsob se osvědčil třeba Josefu Sklenářovi v Sasově. Ten

nabízel i vrácení částky na vybudování ekojatek po nějaké době, když by se výrobky nesnadno k půjčovateli dostávaly.

Mgr. Benšová se zabývala původně překladatelstvím, oslovila ji ale tato aktivita natolik, že se z ní stala „odbornice“ na to, aby mohla ostatním zájemcům poradit. Proto se také v listopadu uskutečnil seminář pro zájemce o zpracování ovoce a zeleniny. Přítomné ekozemědělce informovaly i odbornice na slovo vzaté. Pro hygienické požadavky na zpracovnu MVDr. Marcela Matthesová, požadavky systému HACCP MVDr. Hana Brožková a na otázky k systému kontroly odpověděl ředitel KEZ, o.p.s., Ing. Jan Dehner.

Nejživější částí semináře byla exkurze po malé výrobě, kde Diana Benšová vykládala, jaké má vybavení a jak postupuje při zpracování produkce a dr. Hana Brožková hned upozorňovala na problémová místa a správný postup při zpracovávání.

Základní podmínky pro malé zpracování

Do redakčního bloku jsme zachytili některé záležitosti a doplnili některými zajímavostmi z přednášky hygieničky a ředitelky kontrolní organizace. Není to vůbec všechno z redakčního bloku. Bylo by to sáhodlouhé a trochu nudné. To už si musí každý zájemce o zpracování produkce nastudovat sám. Některé poznatky se budou hodit i do vaší malé domácí kuchyně.

Vybavení provozovny

Prostory pro zpracování a skladování produktů nejsou v Jeníkově nijak velké. Místnost pro zavařování má 5 x 5 metrů, je vykuchličená, s odtokovým otvorem v podlaze. Vybavení kuchyňským zařízením – nerezové stoly a nádobí – poříдили z druhé ruky z restaurace. Také sporák – ale ten dal takovou práci, aby byl znovu čistý, že by raději Diana koupila podruhé nový. Tlaková sprcha – ta je opravdu užitečná, dva dřezy s odkapovým místem. Je tu zavařovací nádoba, elektrická trouba, odkládací stoly, kuchyňské náčiní. Dřevěné stoly se mohou také užívat, ale povrch musí být čas od času zbrúšen. Teplá (do 38 °C) a studená voda. Zvláště umývadlo na ruce. Nerezové vybavení i spotřebiče musí být ukostřené. Zajištěné větrání! Je-li to oknem – musí mít síť proti hmyzu. ➡

➤ Žádná „zvířátka“ by se do provozu neměla vůbec dostat! Kryty svítidel musí být nerozbitné. Spotřebiče by měly mít pravidelnou revizi. Pro potravinářské účely musíte nechat dělat rozbor používané ho vodního zdroje.

Zpracovatel by měl mít alespoň dvě skříňky na oděv civilní a pro ten pro provoz, sítku na hlavu, obuv do provozu – ne prsteny, pearcing. Také mobil nesmí být v kapse oděvu. Nejlépe je umístit na polici nad umyvadlo pro ruce.

Od dovezení biozeleniny a biovoce

Předmět zeleninu a ovoce teprve přivezou do místnosti a tlakovou sprchou domyjí a odstraní nežádoucí části. Nakrájejí – prkénko je problémem, pokud je při-

liš pořezané. Lépe je kupovat častěji levnější. Dají do sklenic podle požadované receptury, zavaří a odloží raději na podložku. Je dobré vědět o osobní hygieně, že důkladně jsou ruce omyté ve vodě 40 °C teplé a mytí po dobu 20 vteřin. Zlikvidujete tak přítomnou e-coli, která produkuje toxin. (Vzpomeňte na kalamitu jí vyvolanou v biosvětě asi před třemi lety.) Mycí houbičky, velmi oblíbené, bychom měli raději vyhodit. Odpadové nádoby musí být zakryté.

Kontrola ekologického standardu je jedenkrát ročně. Cena dle počtu hektarů a v provozovně dle obrátu.

Zavařování

Zavařovací hrnec potřebuje kalibrovaný teploměr – je to drahé. Hrnce často nedosahují nastavenou teplotu. Sterilizace je na teplotu 85 °C, po požadovanou dobu pro produkt. Někdy se vyplatí i dvojitá sterilizace. (Zavařováním v myčce na nádoby se rozumí sušení na 80 °C.) Víčka sterilujeme na 100 °C. Diana zavaří čtyři až pět tisíc sklenic ročně.



O všech šaržích se vede zázpis – o technologickém postupu a „surovinách“. Pro šarži je dobré nechat udělat zkušební vzorek (je to zdarma).

Při nadúrodě některé zeleniny si dělá meziprodukt – např. rajčatový protlak. Med ohřívá na 35 °C a sladí s ním výrobky. Zachová si tak až 50 % enzymů.

Diana ke slazení medem přešla z dříve používaného řepného i třtinového cukru, nějakou dobu užívala agávosý sirup. Sušené byliny musí mít napsanou lokalitu sběru a zde udělaný rozbor půdy.



pleťové a tělové oleje • vlasové oleje • 100% rostlinné barvy na vlasy • bylinné šampóny • sprchové gely • pleťové masky a další



Přinese radost, rozzáří vlasy i pleť...



khadi®
certifikovaná
přírodní
kosmetika

www.khadi.cz
tel.: 734 829 092

- na bázi bohatých rostlinných receptur
- vyráběná náročnými ajurvédskými postupy
- s vysokou koncentrací účinných látek



k dostání ve více než 350 prodejnách a salónech
v ČR a SR uvedených na www.khadi.cz





UŽ TO JDE I V MALÉM

Skladování

Skladování dalších potravin pro přidání do výrobků – koření aj. v papírových pytlích s uzávěrem na konci, proti vlhkosti se může využít absorpční schopnosti rýže. V Jeníkově mají uskladnění výrobků i v chodbě. Ani zavařené sklenice nesmějí být uloženy v přepravkách na zemi.

Musí se něčím podložit. Jinou přepravkou nebo plastovou paletou a umístit 5 cm od stěny. Hotový výrobek je dobré opatřit etiketou s upozorněním: „Chraňte před přímým slunečním zářením“ a „Skladujte do 8 °C“ a „Po otevření spotřebujte do pěti dnů“. Pozor na uložení zavařenin v létě do automobilu. Víčka mohou povolit!

Administrativa

Všechny postupy v provozovně zachycuje protokol HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points – Systém analýzy rizika a stanovení kritických kontrolních bodů) platí od dubna roku 2004. Podle dokumentu, který zpracovatel v potravinářství vypracuje, lze použít na krátké zápisy pro navigaci v provozovně (pokud má zaměstnance, je to nutné). Důležité je vědět, že cesty v technologickém postupu se nemohou nekřížit a vyřešit, co se bude dít s odpady ze zpracování.

*

Námi uvedený přehled, co je potřebné a musí se dodržovat, rozhodně není konečný. Vše je stanoveno zákony veterinárními, hygienickými a pro ekologické zemědělce a zpracovatele Nařízením rady EU. V diskusi na listopadovém semináři, podpořeném ministerstvem zemědělství, se také hovořilo o tom, že orgány hygieny, veterinární a jiné přistupují k posuzování v regionech individuálně.

Na závěr nahlédneme pod pokličku (ze stránek www.degustatorka.cz/ a Ekostatek Vlkaneč).

RECEPTY OD DIANY

Jak uchovat rajčata

Jednou z tradičních možností, jak uchovat rajčata, je na podzim vytrhané rostliny rajčat i s kořeny pověsit na půdu nebo do nevymrzající místnosti, kde je aspoň trochu světla, a pak postupně sklízet rajčata prý až do Vánoc. Literatura běžně hovoří o podobném způsobu uchovávání například i u hroznů, takže se pravděpodobně nejednalo o nějaké ojedinělé pokusy, ale běžnou praxi. Bohužel, na ověření této možnosti jsem nikdy neměla dost místa a většinou nám celý fóliák pomrzl, takže ze zbylých zelených rajčat jsem maximálně vyráběla chutney. (Ale až po příští sklizni můžete tradiční věc vyzkoušet.)

Rajčata ve vlastní šťávě

Na tuhle verzi stačí vzít vypařenou sklenici se širším hrdlem – ať prostrčíte ruku, abyste mohli řezat rajčata rovnat – a smysluplné velikosti. Já jsem vždycky používala 400ml sklenice a zjistila jsem, že na jednu pizzu musím vzít dvě, takže přejudu na normální okurkové. Suroviny: rajčata, sůl, koření – bobkový list, celý pepř a nové koření (koření můžete úplně vynechat)



Rajčata mohou být i měkká, až lehce přezralá, ale takové sklenice si poznačte a použijte je pouze na omáčku nebo polévku. Na pizzu a do leča potřebujeme pevná zralá, ale tvrdá rajčata, která je potřeba opláchnout a nakrájet na plátky stejnoměrné široké – žádná velká věda, podle toho, jak to máte rádi si je udělejte v rozmezí 0,7–1 cm (ta vědecká přesnost já vím :-)). No, prostě je normálně nakrájejte. A hned jak je krájíte je vkládejte a rovnejte do sklenice.

Ideální je když je můžete pokládat na sebe vodorovně, ale většinou zbude místo i okolo a tam je potřeba něžně nacpat kolečka na stojato. Klidně je můžete i púlit, ale čím celejší, tím lépe se s nimi pak pracuje. Každou tak třetí až pátou vrstvu jemně osolíme, navrch hodíme připravené koření v množství jeden bobkový list dva pepře a dvě nová koření – tímhle tomu dodáte typickou příchutí po rajské omáčce, takže koření klidně vynechte pokud o takovou chuť nestojíte :-)

Ale co je potřeba nevynechat, je sterilace – pořádně uzavřít víčkem a dát zavařit na 85 °C na 15–20 minut. (15 minut pro sklenice 400ml, 20 raději pro větší) A všimili jste si dobře – nikde žádná voda. Rajčata jsou dost šťavnatá sama o sobě takže si pustí šťávy dost. Měla by být ve šťávě kompletně potopená, ale pokud nejsou, nic moc se neděje – jen takové sklenice je potřeba dát první na zpracování, vydrží určitě půl roku takže žádný stres.

Sklenice s rajčaty vydrží téměř neomezeně dlouho, ale čím déle leží ve spíži, tím jsou měkká, takže doporučuji opravdu konzumovat hned první zimu a nenechávat zásoby na další roky (nebo počítat s tím, že půjdou do omáčky nebo na těstoviny apod.).

Mirka Vohralíková
FOTO – autorka a archiv
Ekostatek Vlkaneč

bio 12/2016

Život pro krkonošské louky? LIFE CORCONTICA!

Procházíte-li se s oblibou po krkonošských kopcích a loukách, zjistíte vám neuniklo, že zdaleka ne všechny z nich jsou v létě posety různobarevnými květy.

Čím to?

I přes stávající péči místních hospodářů, dochází k pozvolné degradaci luk. Na rozdíl od drobných bylinných druhů vyhovuje současný režim obhospodařování trsnatým druhům trav, jako je například medyněk měkký, nebo třtina chloupkatá. Tyto trsnaté trávy ukázkově reprezentují svou životní strategii, protože s úspěchem vytváří pro ostatní luční rostliny neproniknutelný koberec. S každoročním rozšiřováním těchto travních „koberců“, dochází k úbytku kvalitní píce, kterou ocení především drobní chovatelé a myslivci.

Botanici Správy KRNP zmapovali krkonošské louky a vybrali 29 nejceněnějších horských lučních enkláv, kterým bu-

de díky projektu LIFE CORCONTICA věnována dlouhodobější péče, jako je kosení a hrabání luk, výřez nežádoucích náletových dřevin a likvidace invazivních druhů rostlin. Pro potřeby projektu je každoročně sestavena pětičlenná pracovní skupina, která podporuje tradiční hospodaření speciálními zásahy.

Jelikož je práce na loukách mnoho, pomáhají nám také soukromí hospodáři. Velkou část stanovišť obhospodařují místní chovatelé pastvou ovcí, koz a skotu. Ve Sklenářovicích, bude vystaven pastevní areál pro cca 200 ovcí tak, aby bylo umožněno pomalé, extenzivní spásání zdejších pastvin.

Nejen zde se totiž vyskytují vzácné orchideje jako například prstnatec bezový a májový, vstavač mužský, či růžové kvetoucí pětípřstka žežulník.

<http://life.krnap.cz/pro-verejnost/>

FOTO – archiv Bio



ENERGIE PRO BUDOUCNOST

Za účasti kamer České televize proběhlo v Hudebním divadle Karlín slavnostní vyhlášení soutěže E.ON Energy Globe, která oceňuje projekty a inovativní nápady z oblasti ochrany přírody a úspory energií. Projekty byly oceňovány v pěti kategoriích. V každé kategorii byly nominovány odbornou porotou dva projekty, mezi kterými následně rozhodla veřejnost v on-line hlasování.

První na programu bylo vyhlášení kategorie Kutil, kde zvítězil Jaromír März, který vlastnoručně vyrábí ekologické dopravní prostředky, jako je třeba elektrokoloběžka nebo auto na solární pohon. Obdržení šek prý ihned investuje do nákupu 3D tiskárny, případně soustruhu, takže se určitě můžeme těšit na další zajímavé vynálezy z jeho domácí dílny. V kategorii firma zvítězil Hotel Na Farmě, za něj přišel převzít cenu jeho ředitel Ondřej Sulženko. Hotel je propojený s farmou a bioplynovou stanicí, což přináší možnost zachovávat přirozený přírodní koloběh – co se zaseje, to se také sklídí a do posledního zrníčka zužitkuje, odpady nevyjímaje. V kategorii Stavba obsadil první místo dům nad vodopádem z Telče architekta Jiřího Ondráčka, který tam žije se svojí rodinou. Jeho projekt získal i hlavní cenu diváků z Hudebního divadla Karlín, kteří měli také možnost připojit se dodatečně k hlasování. V kategorii mládež zvítězil Ekotým žáků ze Základní školy J.V. Sládky z města Zbiroho, který vede Mgr. Andrea Tláskalová. Děti zde mají možnost se již od raného věku pouštět do ekologických projektů, kde nad očekávání i svých kantorů excelují a svou činností si je zvládnou i financovat.

Vítěz v kategorii obec se stal i hlavním vítězem E.ON Energy Globe Awards ČR 2016, který bude naši zemi reprezentovat na celosvětovém vyhlášení, kde je čeká konkurence až 180 projektů. Stala se jím obec Haňovice, za kterou přebíral cenu starosta Arnošt Vogel. V obci se podařilo zneškodnit černou skládku, která málem způsobila přírodní katastrofu, díky bioplynové stanici oživit činnost Kulturního domu a zahájit právě probíhající výstavbu skleníků, které přinesou nová pracovní místa pro obyvatele.

Vojtěch Konečný

KE GLOBÁLNÍ DOHODĚ Z PAŘÍŽE

Od listopadu globálně platí klimatická dohoda z Paříže. Přidáme se k ochraně klimatu a modernizaci ekonomiky domácí a komunitní obnovitelnou energetikou?

Přelomová dohoda o ochraně klimatu z Paříže vstoupí zítra celosvětově v platnost. Uplyne totiž lhůta třiceti dnů od splnění podmínek platnosti. Pro ČR jako zemi s nízkou energetickou efektivitou a vysokými emisemi CO₂ na osobu má praktická aplikace dohody velký význam. Kromě průmyslu, dopravy a dalších odvětví mají i obce a občané velké možnosti, jak přispět ke snižování emisí skleníkových plynů.

Podle expertních studií mohou střešní fotovoltaické systémy vyrábět v roce 2030 ročně 3,5 TWh elektřiny, větrné elektrárny pak 8,7 TWh. Tím by také ušetřilo jedenáct a půl milionu tun oxidu uhličitého ročně, nahradí-li adekvátní část současné výroby (převážně uhlé) elektřiny. Rozvoj obnovitelných zdrojů se podle Hnutí DUHA má stát jedním – avšak zdaleka ne jediným – z klíčových směrů pro naplnění českého podílu na schválené globální klimatické dohodě. Výše zmíněné rozumné možnosti jejich rozvoje v nejbližších patnácti letech odpovídají deseti procentům celkových emisí oxidu uhličitého ČR nebo také více než čtyřnásobku zastaralé uhlé elektrárny Chvaletice.

Větrná energetika bude ještě zhruba deset let potřebovat rozumnou podporu, aby konkurovala (nepřímo, ale zato masivně) dotovanému uhlí. Uhlé elektrárna znečišťuje ovzduší, což působí akutní i chronické zdravotní komplikace a zvýšenou pracovní neschopnost. Stát, firmy i občané tak platí za tu výrobu elektřiny z uhlí, kterou by mohly nahradit střešní fotovoltaiky a obecní větrníky, dle výpočtů Centra pro otázky životního prostředí Univerzity Karlovy ročně 4,5 miliardy

korun ve zdravotním a nemocenském pojištění. Zemědělci zase ročně přijdou o 100 milionů korun kvůli dopadům znečištění na zemědělskou produkci. A tato čísla nezahnují další externí negativní dopady, například škody způsobené znečištěním vzduchu na budovách nebo vlivy na divoce žijící rostliny a živočichy.

Větrná energetika je však také šancí pro průmysl a zaměstnanost. Spočítala to studie připravená experty ze společnosti SEVEN pro odbory energetiků, podnikatele v oboru a Hnutí DUHA. Během příští dekády u nás může vzniknout nejméně 1 503 nových, stálých pracovních míst, z toho bezmála 80 % ve výrobním průmyslu. Kolem roku 2050 může sektor dávat práci nejméně 5 583 lidem, pokud stát obnoví přiměřenou podporu pro obecní a občanské větrné elektrárny. Čistá elektřina ze střešních fotovoltaických elektráren zase posílí soběstačnost domácností a sníží jejich závislost na velkých elektrárenských společnostech. Český Parlament se v listopadu chystá na první čtení klimatické dohody. Nakonec musí smlouvu ratifikovat prezident Miloš Zeman. Na globální vstup dohody v platnost to však nemá vliv.

REDAKČNÍ POZNÁMKA

*Co však komplikuje závěry Hnutí duha? Proč řešit jen CO₂ – v atmosféře je ho 0,03 %. Uvádí se, že jeho vyšší koncentrace může být způsobena kácením pralesů (fotosyntéza poklesla). * Cena elektrické energie vzrostla při zařazení obnovitelných zdrojů – kvůli jejich státní podpoře – desítkrát. Stát zaplatí už 43 miliard solárním baronům, místo jedné v roce 2012. * Peníze na řešení sucha tak mohou chybět. * Pokles poptávky po elektřině může mít vliv na vzestup ceny, ne všichni mají na solární panely (paušál na jističe). Jinak OK.*

Postava rozsévače je pro nás symbolem zemědělce. Spolu s oráčem a žencem je rozsévač jakýmsi shrnutím a podstatou veškerého rolnictví. Tato trojice tvoří pilíře, na nichž stojí obdělávání a kultivace země i nasycení a bytí člověka. Na počátku zemědělské práce je oráč připravující pole k setbě. Žnec, který sklízí plody země, aby nasýtil sebe a své blízké, ji pak pomyslně uzavírá. Mezi nimi, jako myšlenkový spojující střed, pracuje svými rukama odevzdávajícími zrna půdě rozsévač. Spoléhá na oráče, který půdu zkypril, aby mohla přijmout jeho setbu a současně již připravuje práci pro žence, který přijde po něm a úrodu sklídí.

Podobenství o rozsévači

Rozsévač rozsévá mnoho a mnoho semen. Avšak ne každé semeno, které vypustí ze své ruky, přinese úrodu. Dobře to vidíme v biblickém podobenství, kde rozsévač vyšel, aby zaséval.

Zde čteme: „Vyšel rozsévač rozsívat semeno. Když rozsíval, padlo některé semeno podél cesty, bylo pošlapáno a ptáci je sezobali. Jiné padlo na skálu, vzešlo a uschlo, protože nemělo vláhu. Jiné padlo do prostředí trávy; tráva rostla s ním a udušilo je. A jiné padlo do země dobré, vzrostlo a přineslo stonásobný užitek. To řekl...“ (Lukášovo evangelium 8, 5–8). Zázrak rozmnožení se nekoná na každém zrna, není tedy samozřejmý. Z mnoha tisíců semen jen část přinese užitek, ale tento užitek je zato, jak se praví v evangelijním podobenství, mnohonásobný.

Vedle postavení setí jako základní rolnické práce byla ve starých časech setba současně také posvátná, obřadní činnost. Vykonal ji přímo panovník nebo vládce,



Vysoké boty a světlý oděv má na sobě rozsévač z Václavíkovy Luhačovského Zálesí z roku 1930.

stejně tak byla posvátná i orba a sklizeň.

Mezi nebem a zemí

Při nesčetných opakováních rozhozu zrna pracuje rozsévající člověk rozvážně a klidně. Současně je v pohybu jeho ruky i v jeho kročích jistota a rozhodnost. Jeho práce předznamenává a určuje to, co přijde. Okamžik předání semene zemi je rozhodující pro následující klíčení, růst, vývoj a plodnost rostlin. Rozsévač kráčí po půdě, jež je zkyprněna a připravena až dychtivě k přijetí zrna, je v pevném spojení se zemí. Současně jde vzpřímen a je tak spojen i s nebem, jež je nad ním. Nebe poskytně déšť i slunce, aby zrna mohlo růst. Podle starých zvyků se má rozsévač dívat vysoko k nebi, aby stejně vysoko vyrostlo i jeho obilí (viz též Skákání na konopě a další zvyky zajišťující zdar zemědělství v Bio č. 11/2010). Rozsévající je tak svorníkem mezi nebem a zemí, mezi dvěma světy, bez nichž by náš lidský pokrm nemohl vzniknout.

Předpokladem, aby se mohlo zasít, bylo také zachování osiva. V čase nouze bylo nutno i hladovět, aby mohlo být zrna později zaseto. Ponechání nedotknutelného osiva do doby setby bylo někdy předpokladem samotného přežití. A ruka rozsévačova v sobě nese právě tato uchovaná semena. Současně tak v sobě má i odpovědnost za budoucnost. Budoucnost, v níž bude moci zrna vzrůst a za stanovený čas přinést úrodu. Setí muselo tedy být vykonáno stůj co stůj, jinak by hrozil hlad a bída.

Obraz rozsévače

Rozsévající postava je zobrazována v mnoha kulturách. V našem prostředí na



Na obraze anthroposofického malíře R. Michalíka kráčí rozsévač v doprovodu Smrti a anděla či Vzkříšeného.

Obraz poskytl Muzeum umění Olomouc
FOTO – Zdeněk Sodoma



Na Svolinského obraze čekají na svůj díl zasetého zrna také rozliční ptáci.

Z knihy Český rok, Jaro, Praha 1947

lezeme rozsévače zachyceného zpravidla jako muže. Ať je to na Úprkově olejomalbě rozsévače v kožichu, Ladově kresbě, kde v pozadí za ním vidíme kostel, či na obraze muže z Luhačovického Zálesí. Svolinský namaloval ptáky před sejíci postavou, jak čekají na svůj díl, aby se nasýtili.

Mužský rozsévač pracuje také na méně známém obraze olomouckého rodáka R. Michalíka. Obraz tohoto anthroposofického malíře je výjimečný tím, že zatímco jinde je na uměleckých dílech rozsévač

➤ osamocený, jako jedna jediná postava, zde vidíme osoby hned tři. Rozsěvač tu jde ve společnosti Smrti a anděla či Vzkříšeného.

V některých případech je však rozsěvačijí postavou žena. Je tomu tak na francouzských mincích (viz také: Hlava, nebo orel?... – zemědělské náměty na mincích, Bio č. 10 a 11/2015), kde žena kráčí bosa a pravou rukou rozhazuje semena z plátěné rozsívky. Paprsky slunce osvětlují krajinu, na hlavě má žena tzv. frygickou čapku (frygická čepice má svůj původ v Mithrových mystériích, spojených s kultem býka). Jde o postavu Marianne, symbol Francouzské republiky. Na jiné minci, tentokrát rakouském jednošilinku, je již bosý rozsěvačem opět muž, a zcela bez oděvu. Fotografie ze slovenských hor zachytila ženu přesypávající z pytle zrna do plátěné rozsívky muže v pokleku, zde spolupracují oba.

Rozsěvače najdeme často i na znacích osivářských firem. Dvojici v dřevácích kráčející ve svorném rozsěvačském rytmu vidíme na znaku holandské firmy Kees Broersen Zaden. Na symbolu našeho, dnes již historického, československého podniku Sempra, je čelně zobrazená po-

stava s napřaženou sející rukou v trojúhelníku. Nabídka osiv je v případech semenářských podniků spojena s poselstvím rozsévání (viz také: Poselství skryté v symbolech, Bio 6/2012).



Ladova kresba, tradičně s českou krajinou.
Z knihy J. Lada: Kronika mého života



Úprkuv rozsěvač je oděn v teplém oblečení.
Z knihy Joža Úprka, Praha 1945



Žena s frygickou čapkou na hlavě na francouzské minci se chopila práce rozsěvačky.

FOTO – Petr Dostálek



Muž na rakouském jednošilinku je bez oděvu.

FOTO – Radomil Hradil



Pokleknutí muže s rozsívkou a nasypávání zrna – ze slovenských hor.
Zdroj: SNM EÚ Martin

Asi není náhodné, že rozsěvačem je nejčastěji muž. Rozsěvače vnímáme jako zástupce dávajícího, mužského prvku, zatímco půda, země, do níž zrno dopadá, je symbolem světa přijímajícího, ženského. Teprve spojením obou vzniká nový život.

Pokud jde o pomůcku rozsěvače, nejčastěji se setkáme s prostou rozsívkou plátěnou, kterou vidíme na většině obrazů. Vedle ní však spatříme i rozsívku dřevěnou (na již zmíněném Michalikově díle), nebo je známa také plechová, která se dříve používala např. na Valašsku.

Obrazy rozsěvače se pomyslně za rubriku Biodiversita a za staré odrůdy loučíme s tištěným měsíčníkem Bio. Ten po dvacet

let zaséval poselství o zemědělství, které je, či usiluje být v souladu s přírodou, člověkem a vyššími, božskými či duchovními zákony. Věříme, že myšlenky, které tištěné Bio přinášelo, našly a naleznou mezi čtenáři úrodnou půdu a dají vzrůst nové, dobré úrody pro budoucnost.

Petr Dostálek

Děkujeme Muzeu umění Olomouc za laskavé poskytnutí obrazu R. Michalíka a Radomilu Hradilovi za zapůjčení mincí s rozsěvačskými náměty.



Plechová rozsívka s plátěným popruhem se dříve používala na Valašsku.

FOTO – Petr Dostálek



Znaky semenářských firem s rozsěvačskými náměty: nizozemští Kees Broersen Zaden a československá Sempra.

Obr. archiv Gengelu

Přírodní zahrady aktuálně po 15 letech vzniku projektu v ČR

Sledujete-li projekt Přírodní zahrada v ČR, jistě již víte, že je jeho cílem tvorba sítě přírodních zahrad, prezentace zahradničení bez chemie a rašeliny, podpora domácí trvale udržitelné zahradní turistiky a rozvoj přírodně blízké péče o zeleň kolem našich domovů. Letos je tomu již 15 let, kdy se projekt přenesl do České republiky ze země vzniku, kterou je Rakousko. Aktuálně má projekt v České republice již kolem 400 certifikovaných přírodních zahrad, z čehož kolem 70 je jich ukázkových.



Ukázková přírodní zahrada Farská zahrada Nadějkov (www.okraslovaci-spolek.cz)

Sítí přírodních zahrad se rozrůstá nejen v regionální kolébce vzniku projektu v ČR, tj. v jižních Čechách, na Vysočině a na jižní Moravě, ale i v dalších regionech vč. Prahy a středních Čech a nezahrnuje zdaleka jen soukromé zahrady, ale velkým fenoménem oproti Rakousku jsou zahrady školní a své zastoupení zde začínají rozšiřovat i veřejné plochy zeleně.

Do této skupiny se řadí i letos v Jihočeském kraji nově certifikovaná Ukázková přírodní zahrada v Nadějkově. Tzv. „Farská zahrada“ je veřejná otevřená zahrada ležící v centru obce Nadějkov. Do současné podoby byla proměněna se zapojením veřejnosti. Stala se místem odpočinku, rozjímání, setkávání a společenských akcí. Farská kvete od brzkého jara do pozdního podzimu. V zimě ji zdobí uschlé trvalky i keře. Zachovány na ní byly staré slivoně, dosazeny pak byly vysokokmenné jabloně starých odrůd. Altán má zelenou střechu. Trvalky s bylinkami a keři těší návštěvníky i hmyz. Součástí zahrady jsou ozdobné a zároveň účelné kamenné a dřevěné prvky. Přírodní materiály v zahradě pocházejí z nejbližšího okolí.

V letošním roce opět v rámci projektu proběhlo několik zajímavých přednášek, seminářů a exkurzí v ČR i do Rakouska a poda-

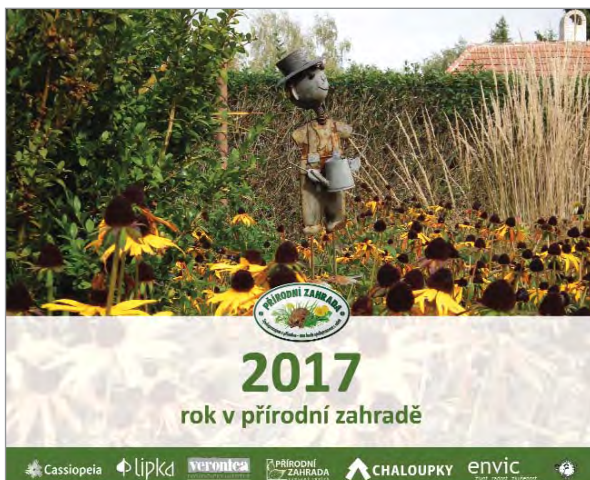
řilo se znovu vydat brožurku ukázkových přírodních zahrad v jižních Čechách, kterých je aktuálně pro příští sezónu přístupných a připravených k vaší návštěvě a inspiraci celkem 26.

Na zahradě rok 2017

Největší novinkou projektu je ale vydání kalendáře Rok v přírodní zahradě na rok

2017. Neváhejte tedy a objednejte si tento kalendář. Jednotlivými měsíci roku vás provedou nádherné fotografie přírodních zahrad z fotosoutěže – celkové pohledy i detaily. Fotografie jsou doplněny zahradními tipy a lidovou pranostikou pro daný měsíc. Kalendář navíc prezentuje principy přírodního zahradničení a přináší aktuální přehled ukázkových přírodních zahrad v České republice, které můžete navštívit. Kalendář je na recyklovaném papíře v kroužkové vazbě a je univerzální – stolní i závěsný. Rozměr kalendáře je: 27,7 cm na šířku a 26,1 cm na výšku.

Nyní v době chladných dnů, kdy my zahradníci máme čas číst a připravovat se na příští zahradní sezónu, můžete za-



Ukázková přírodní zahrada Květinová zahrada Florianus (www.florianus.cz) – titulní stránka kalendáře na rok 2017 Rok v přírodní zahradě.

brouzdat na web projektu a vybrat si nějaký cíl pro návštěvu některé z ukázkových zahrad pro příští rok. Veškeré informace k zahradám, projektu i možnosti objednání informačních materiálů, kalendáře na rok 2017 a další literatury na téma přírodního zahradničení najdete na webu www.prirodnizahrada.eu.

Příjemné čtení a mnoho radosti při vašem přírodním zahradničení vám přeje

Martina Petrová,
koordinátorka projektu v ČR

Jehličnany v zahradě

Vůně a krása jehličí dává vyniknout vánočnímu stroměčku v domě, a také různým jehličnanům v zimní zahradě. Pěstování stálezelených stromů má svá úskalí v jejich někdy až rychlém růstu či ve způsobu zahradnického řezu. Oblíbené jedle



Tis roste pomalu a dobře snáší tvarování. Plody lze ochutnat, ale semena jsou jedovatá

nebo borovice nesnášejí dobře řezání a k omezení růstu je lépe volit vylamování rašících pupenů. Smrkům oproti tomu ořez nevádí, mohou poskytnout chvojí i pohodu neprůhledného živého plotu. Pro zamezení nežádoucího přerůstání lze také jehličnany pěstovat v nádobách, nebo je použít jako vánoční stromček, a potom na uvolněné místo zasadit novou sazenici.

Tisy a jalovce jsou vhodné rostliny do živých plotů v parcích a zahradách, poskytují úkryt ptáčkům a dobře zvládají úpravy řezem. Okrasný jalovec chvojka je bohužel hostitelem rzivého napadení hrušní, toto houbovitě onemocnění vytváří na větvích jalovce zduřeniny, v dubnu a květnu nápadného oranžovožlutého zabarvení a je vhodné napadené větve odstranit. Ořezávané dřeviny vydrží na stanovišti déle, neboť přirozeně zmlazují.

Jehličnany doplňují a zkrášlují přírodní zahrady, jejich kouzlo vyniká hlavně v zimě a o Vánocích.

Jan Papáček

Herečka a moderátorka Kateřina Winterová píše o ekologii a udržitelném rozvoji

Herečku a zpěvačku Kateřinu Winterovou zná české publikum zejména jako moderátorku populárního pořadu *Herbář*, který běží na obrazovkách České televize. S Lindou Rybovou propaguje tradiční vaření především z místních potravin, a také biopotravin. Letos na podzim navíc připravila Winterová pro web *Ecofuture.cz* sérii článků, které se věnují otázce globálního oteplování, ekologické mobility nebo odpadům.

Série článků pro *Ecofuture.cz* přímo navazuje na vybraná témata *Herbáře*, jehož čtvrtá řada běží od začátku října na kanále ČT1. „Během natáčení jsme například navštívili rakouský ledovec *Grossglockner*, který se od roku 2014 zmenšil o 2,5 kilometru. Nebo jsme se vydali



elektromobilem *Tesla* do Dánska, abychom se podívali, jak v této zemi přistupují k úsporám energií a udržitelnému rozvoji,“ upřesňuje **Kateřina Winterová**.

Kateřina dále pro *Ecofuture.cz* vyzpovídala průkopníka elektromobility v Česku, pana **Jaromíra Marušince**. Podobně se na webu objeví nezkrácený rozhovor s **Beou Johnsonem**, světovou celebritou v problematice odpadového hospodářství. Bea přednáší po celém světě na téma zodpovědného nakládání s odpady a její domácnost jde v tomto ohledu příkladem – za rok vyprodukuje pouze jednu skleničku odpadu. „Jednotlivé články a rozhovory od Kateřiny se budou na *Ecofuture.cz* objevovat až do konce měsíce listopadu,“ upřesňuje **Roman Kouba** ze společnosti E.ON, která web provozuje. Magazín *Ecofuture.cz* je jednou z obsahových platform energetické společnosti E.ON. Věnuje se otázce udržitelného rozvoje a každý týden přináší reportáže, rozhovory a novinky zabývající se ochranou přírody, jež je zdrojem civilizačního pokroku na naší planetě.

Iva Procházková



Ohnivý anglický punč

750 ml tmavého rumu
750 ml suchého červeného vína
3 šálky silného čaje
400 g cukru
Šťáva z jednoho velkého pomeranče
Šťáva z jednoho citronu

Zahřejte čaj, víno a citronovou a pomerančovou šťávu, ale nevařte! Zahřátou směs nalijte do misky. Do naběračky nasypejte část cukru a zbytek vsypte do misky. Do naběračky k cukru přilijte tmavý rum a nechte vsáknout. Zapalte rum s cukrem a ještě hořící směs nalijte do punče. Pořádně zamíchejte a uhasťte plamínky. Zbytek rumu přilijte do punče, přidejte plátky citronu nebo pomeranče a podávejte.

Domácí masky a zábaly pro pěknou pleť

Pro všechny typy pleti

Medovotvarohový zábal

2 lžíce tvarohu
2 lžíce medu
1 žloutek
1 malou lžičku citrónové šťávy
1 lžíce ovesných vloček

Všechny přísady smíchejte, naneste na tvář a dekolť a nechte 20 minut působit. Pak smyjte dostatečným množstvím vody.

Pro normální pleť

Banánová maska

1 banán
1 lžíce smetany
1 lžíce jogurtu
1 žloutek

Banán důkladně rozmixujte, smíchejte a nechte asi 15 minut působit na pleti a dekolť. Smyjte vodou.

Pro citlivou pleť

Medvosmetanová maska

2 lžíce medu
2 lžíce smetany
1 lžička olivového oleje

Smíchejte vše dohromady, naneste na tvář a nechte

15 minut působit. Med je velmi lepkavý, proto je třeba důkladně tuto masku smýt teplou vodou.

Mandlový zábal

30 g mandlí
100 ml mléka
1/2 lžičky olivového oleje

Mandle spaříme a důkladně rozmixujeme, smícháme s mlékem a olejem a necháme působit 15 minut.

Pro nečistou a mastnou pleť

Maska z kvasnic

3 lžíce kvasnic
1 lžička medu
1 žloutek

Vše smíchejte dohromady s trochou vody, aby vznikla maska, kterou pak necháme působit asi 10 minut.

Jablečná maska

1 jablko
1 lžíce smetany
1 lžička medu

Rozmixované jablko smícháme s ostatními přísadami

HA-THA

ta pravá aromaterapie

V KRÉMOVÝCH PARFÉMECH

... BALANCE / vyrovnanost DREAM / sen LOVE / láska

nenapodobitelná razance a síla

V BYLINNÉ VONNÉ LAHVIČCE

pro uvolnění, osvěžení a koncentraci ...

certifikovaná přírodní kosmetika NaTrue

Hloh jednosemenný

Crataegus monogyna

Hloh je trnitý keř nebo nižší strom s červenými moučnatými plody. Růstává na okrajích lesů, u cest po celé Evropě až do severní Afriky a do jihozápadní Asie.

K léčbě se používá květ, kvetoucí vrcholík i s listy, list a plod.



Obsahovými látkami jsou flavonoidy, procyanidiny, katechiny, v čerstvých květech aminy s poněkud nepříjemným zápachem.

Hloh je výborným prostředkem k léčbě chorob srdečních a cévních, zlepšuje prokrvení věnčitých tepen, normalizuje krevní tlak, reguluje činnost srdce. To, že se říká, že „reguluje“ znamená, že působí proti všem

odchylkám od normálu, ať ve smyslu plus či minus.

Hloh má ještě další druhy (až 230) – u nás obecný, dvousemenný... – ale všechny jednoduché formy s bílým květem jsou léčivé. Ne však formy šlechtěné s růžovým květem.

Hloh se používá v mnoha formách.

Čaj: 2 čajové lžičky květů se přelijí čtvrt litrem vroucí vody a nechají se 20 minut vyluhovat. Pije se 2 až 3x denně jeden šálek. Podle chuti lze přisladit medem nebo ovocným sirupem.

Kdo není nakloněn pití čaje, může si jak list, květ či plod macerovat buď v bílém víně, nebo ve 25-35% alkoholu a užívat pak 3x denně polévkovou lžící vína, nebo čajovou lžičku alkoholu. Stejně tak lze kapky, loužené hlohu v alkoholu, užívat i na cukr.

Páter Künzle, nejznámější švýcarský léčitel, radí likér z hložínek: hrst drcených hložínek, několik lístků meduňky se přelije litrem vodka neo žitné a zazátkované nechá po osm dní stát na slunci v okně nebo v bytě na teplém místě. Pak se přecedí a přidá 500 g hnědého cukru. Pojí se denně, rozděleně tři likérové sklenky. Doporučuje se hlavně pro starší lidi.

Kdouloň – *Cydonia oblonga*

Kdouloň je starý strom nebo vyšší keř, jehož původní domov je v jihozápadní Asii, ale pěstovat jej lze i u nás.

K léčbě se používají loupaná semena – Semen Cydoniae –, která obsahují sli-zovitě látky především paentosan, amygdalin, třísloviny a mastné oleje. Sli-zovitě látky celých semen se používají proti dráždění průdušek při kašli a jako mírné projímadlo. Zevně používají k výr-pbě oční vody, při rozpraskané pokožce, spáleninách, hemoroidech a jako masťo-vý podklad v kosmetice. Ale léčebné úči-nky má i konzumování plodu, ať už vařeného či pečeného.

Pomáhá hlavně reumatikům a nemocným se dnou. Sv. Hildegarda o tom píše: „Kdo trpí reumatismem, ať často jí plod kdoule vařený nebo pečený. Pomůže i to-mu, kdo trpí nadměrným sliněním (tj. i při tzv. Parkinsonově chorobě, která se řadí mezi choroby reumatické – pozn. překl.), protože ho plod vnitřně vysuší, takže sli-nění ustane. Kdo trpí něčím hnisavým na pokožce, ať si na ránu přiloží vařené kdoule jako obklad a vřed se zahojí.“ – tolik sv. Hildegarda.

Ti lidé, kteří byli natolik prozíraví, že kdouloně nevykáceli jen proto, že jejich plody mají trpčí chuť, mají možnost si udělat každý podzim kúru s kdoulemi. Ať už reumatismem trpí, pak se jim uleví, a ne-li, tedy preventivně a nemusejí mít obavu, že jim onemocní. **wg**

Tipy k využití kdoule

Tento okrasný keř nebo stromek nás na jaře těší svými výraznými květy, na podzim pak přináší příjemně aromatické plody. Na přímý konzum se sice nehodí, dá se však využít na přípravu různých pochoutek. Naše babičky z nich vařily marmelády a želé – lahůdky pro slavnostní příležitosti. Přestože jsme dnes zásobeni nejrůznějším dováženým ovocem, stojí za to si na zahrádce kdouli zasadit, ona na nás tak trochu dýchne kouzlem starých časů. Dnes jsou kdoule k vidění jen zřídka. Myslím, že je to škoda.

Kdouloň není na pěstování náročná, daří se jí u nás dobře. Mladé rostliny mohou být citlivější na mráz, vybíráme pro ně raději místo slunné a chráněné před větry, s dobrou zásobou živin. V období sucha je vhodná zálaha, která se projeví vyšší sklizní. Na zahrádce velikost a tvar rostliny upravujeme občasným řezem, kterým především odstraňujeme přehuštené výhony. Dobré je vědět, že plody bývají na krátkých ročních výhonech. Pokud si chceme vysadit kdouloň, můžeme k množení použít odkopek nebo řízek jiné rostliny, nejsnadnější je sazenici si koupit.

Léčivé plody jsou tvarem podobné jablku nebo hrušce, barva při zralosti bývá žlutá. Jsou tvrdé a mají silnou slupku. Dříve se často vkládaly mezi prádlo do prádelníku, můžeme je postavit na talířek do místnosti. Dlouho vydrží a kolem sebe šíří příjemnou vůni. Plody sklízíme před příchodem mrazů, od září do poloviny října. Při přípravě z nich odstraníme semínka a

tuhou slupku. Použit můžeme běžné recepty na zpracování jablek nebo hrušek. Výhodné je přidat malý podíl kdoulí např. do jablečné marmelády, která takto dostane lahodné aroma. Můžeme je nakrájet na



tenké plátky a usušit, doplníme jimi pak aromatické směsi na provonění bytu. Dříve se tyto plátky používaly ke žvýkání, výsledkem byl příjemně vonný dech.

Na zahrádkách můžeme občas vidět keřík kdoulevec, který kdouloň velmi připomíná a bývá za ni zaměňován. Jeho plody můžeme také využít na provonění prádla nebo místností.

Eva Mikysková

Jak prožít Vánoce bez obav o ztloustnutí

Zkuste prožít předvánoční čas v pohodě, abyste si svátky míru a klidu opravdu užili, bez stresů a beze strachu, že zase přibereme nějaké kilečko. Mohli bychom se vzdát pečení cukroví a dalších lahůdek, ovšem, co by to bylo zase za svátky, že? Odborníci říkají, že není tak důležité, co sníme třeba o nějakém svátku, o víkendu u maminky, ale především to, co jíme zbylých 300 dnů v roce.



Vánoc si můžeme užít s bohatým stolem, ale kaloricky úsporně – nebo spíš joulově úsporně –, přestože si na joulův nějak místo kalorií zvyknout nemůžeme...

1 cal = 4,2 J 1 kcal = 4,2 kJ

1 J = 0,24 cal 1 kJ = 0,24 kcal

■ Začít s přípravami můžeme už na Mikuláše, kdy množství čokoládových figurek nahradíme oříšky, kandovaným ovocem a jablčky, perníčky... Pak si naplánujeme nákup všeho potřebného k pečení a vánočnímu stolu, i na další svátky. Nákup nepřehánějme množstvím. Při nákupu myslíme na zdravější tuky především rostlinné, místo bílé mouky zkusíme tentokrát celozrnnou a dáme přednost pro více ovoce a zeleniny, před čokoládou.

■ Pokud nechcete opravdu přibrat, nepečte cukroví dlouho dopředu před svátky, protože pak se chodí mlsat... Při pečení také mnoho neochutnáváme, nevyklízíme misky ap. Nebo na to myslíme a už se nedoplňujeme dalším jídlem. Pro ochutnávky si vyčleňte malý talířek. Upečené cukroví uložte do převázané krabice na málo přístupné místo. A vězte, že jste u hodiny vaření vydali 980 kJ = 230 kcal. (Denní doporučený příjem energie je různý pro mladší osoby, ženy a muže i pro práci, kterou vykonáváte – pohybuje se mezi 8 500 kJ pro starší ženy až 14 000 kJ pro těžce pracujícího muže stř. věku.)

■ Na pečení cukroví je nejhorší kombinace tuku s cukrem. Proto se pokusíme své oblíbené druhy cukroví méně sla-

dit, nebo použít umělé sladidlo, ale pozor na to, jaké si vybereme. Místo máslových krémů použijte krémy pudinkové, nezapomeňte na želatinu, nebo nízkotučný krém Stablika. Bílou mouku nahradíme částečně celozrnnou moukou špaldovou. Oříšky můžeme obilnými klíčky. Cukroví pečeme také jako menší kousky. Do cukroví se pokusíme vbudovat vlákninu – přidáme vločky, jemně nastrohanou mrkev, fíky, jablka, švestky či meruňky.

■ Mezi pečením, mytím nádobí, při úklidu si nezapomenem protáhnout tělo několika málo cviky.

■ Oblíbené je také **nepečené cukroví**. Letos bychom se mohli inspirovat jednoduchým receptem na ovoce namočené v čokoládě:

Dílek čerstvé mandarinky, jablka, kuličky vína nebo jiné ovoce, rozkrájené – nebo vykrájené malými tvořítky – dáme na špejli a namočíme do roztavené čokolády, v lednici necháme ztuhnout a naaranžujeme do hrnečku nebo do odložené bonboniéry (1 kousek ovoce 4 g = kolem 10 kJ, 2 g čokolády = 50 kJ).

Sněhové pečivo – pusinka

1 kus 1,5 g = 4 kJ

Do čtyř bílků (260 kJ) přidáme 40 g sladidla, které snáší vyšší teploty, např. Sweet (700 g), zrnko soli, vyšleháme do husté pěny a nastříkám na pečicí papír. Sušíme při 50 °C. Do čtyř bílků lze též 10 g pudinkového prášku.

Želé s granátovým jablkem

1 kus 20g = 20-30 kJ (dle ovoce)

10 g dortové želatiny (150 kJ) připravíme dle návodu na obalu, přidáme dle chuti sla-

didlo. Do formiček nebo hluboké lžíce naaranžujeme ovoce (např. granátové jablko či černý rybíz) a opatrně zalijeme želatinou a necháme ztuhnout.

Kuličky ze sušeného ovoce

1 kulička 4g = 70 kJ

Rozemleté sušené ovoce 100 g (900 kJ), 80 g oříšků (1920 kJ) smícháme dohromady, přidáme pár kapek vody, aby se těsto spojilo, obalíme v 10 g kokosové moučky (280 kJ) a dáme zchladnout do ledničky.

ŠTĚDROVEČERNÍ VEČEŘE

■ **Klasický smažený kapr s bramborovým salátem** **4 910 kJ**

■ **Ménětučný smažený kapr (150 g = 1100 kJ) s bramborovým salátem (400 g = 1280 kJ)** **2 380 kJ**

(Kapr je smažený na minimu tuku, nebo potřen tukem, bramborový salát s jogurtem)

■ **Pečený kapr (150 g = 780 kJ), brambor (100 g = 320 kJ) a zeleninová obloha (200 g)** **1 300 kJ**

■ **Pečený kapr (150 g = 780 kJ) a zeleninovo-bramborový salát (200 g = 500 kJ)** **1 280 kJ**

SILVESTR A DALŠÍ SVÁTKY

■ **Klasický chlebiček na celozrnné žemli, se suchým salámem, olivou, makrelovým máslem a hermelínovým salátem vydá na 2 100 kJ.**

■ **Stejnou energetickou hodnotu nám zajistí zeleninový talíř – 900 kJ + lilkové jednohubky – 300 kJ + slané miniatury – 900 kJ (1 kus = 100 kJ).**

Slané miniatury

900 kJ

Korpus z odpalovaného těsta rozkrojený 1,5 g (20 kJ), žervé 6 g (47 kJ), šunka 2 g (30 kJ), plátek ředkvičky (2 kJ), plátek salátu (1 kJ), celkem 100 kJ – jeden kus.

Lilkové jednohubky

300 kJ

Plátek lilku/cukety 12 g (8 kJ), 1,5 g 20% strouhaného eidamu (14 kJ), výrazné koření, celkem 22 kJ. Lilek (vypocený) posypaný sýrem a kořením dáme zapéci do trouby.

Jednohubkové nápady

■ **Tofu sýr 8 g (18 kJ) s olivou 25 g (10 kJ) = 28 kJ**

■ **Tofu sýr s ředkvičkou** **20 kJ**

■ **Eidam 20% 3 g (27 kJ) s mandarinkou 8 g (15 kJ)** **42 kJ**

■ **Eidam s hrozny** **46 kJ**

■ **Podkladem jednohubky může být plátek mrkve, kedlubny, ředkvičky nebo okurky s nastříknutou pomazánkou z tvarohu, ochuceného česnekem, křenem a pažitkou...**

Podklady ke článku převzaty z informačního letáku STOB MUDr. Ivy Málkové Vánoce a kila.

(Z Bio 12/2008)

PĚT KROKŮ K UDRŽITELNÉ SPOTŘEBĚ POTRAVIN *aneb* PĚSTUJ PLANETU

Každý chce zajistit pro sebe a členy své rodiny zdravou a plnohodnotnou stravu. Řada z nás to musí zvládnout s omezeným rozpočtem. Zároveň ale nechceme, aby rozhodnutí, která uděláme dnes, poškozovala svět, ve kterém budou žít naše děti. Chceme to nejlepší pro své rodiny i pro celý svět, ale ne vždycky víme, jak toho nejlépe dosáhnout. Představte si, jak velkou změnu bychom s trochou pomoci mohli vyvolat. Ekumenická akademie spolu s dalšími partnery se v kampani Pěstuj planetu snaží napravit nefunkční potravinový systém. To vyžaduje, aby se zapojili všichni – od těch, kteří produkují a prodávají potraviny, až po nás všechny, kdo je nakupujeme a vaříme z nich, ale také vlády, velké potravinářské společnosti a výrobci nápojů. Pokud se připojíte k této kampani, můžete se dozvědět víc o tom, co můžeme společně udělat, aby naše potraviny vznikaly za férovějších a udržitelných podmínek.

Každý devátý člověk na světě trpí hladem. Jedna třetina potravin vyrobených pro naši spotřebu přijde nazmar.

ΝΕΡΛΥΤΝΕΙΜΕ

Asi třetina potravin vyprodukovaných pro naši spotřebu se ztrácí na cestě mezi polem a stolem. Pokud si rozmyslíme, co budeme jíst a jak zužitkujeme zbytky, můžeme tuto ztrátu významně omezit. Zároveň nebudeme aktivně přispívat ke vzniku skleníkových plynů, což je důležité pro udržitelnou budoucnost.

DEJME PŘEDNOST SEZÓNNÍM POTRAVINÁM

Ve snaze vypěstovat nevhodné potraviny na nevhodném místě v nevhodnou roční dobu se vyplývá obrovské množství energie. Stačí se porozhlédnout, co zrovna touhle dobou dozrává v našem okolí, a objevíme výtečné ovoce a zeleninu, které se na náš talíř dostanou, aniž by k tomu bylo zapotřebí tolik energie.

OMEZME SPOTŘEBU MASA

K chovu zvířat na maso je zapotřebí mnohem víc emisí skleníkových plynů, mnohem víc vody a mnohem víc půdy

než k pěstování obilovin, zeleniny a jiných plodin. Když budeme jíst o trochu méně masa a o trochu méně mléčných výrobků, dramaticky tím snížíme dopad naší stravy na životní prostředí.

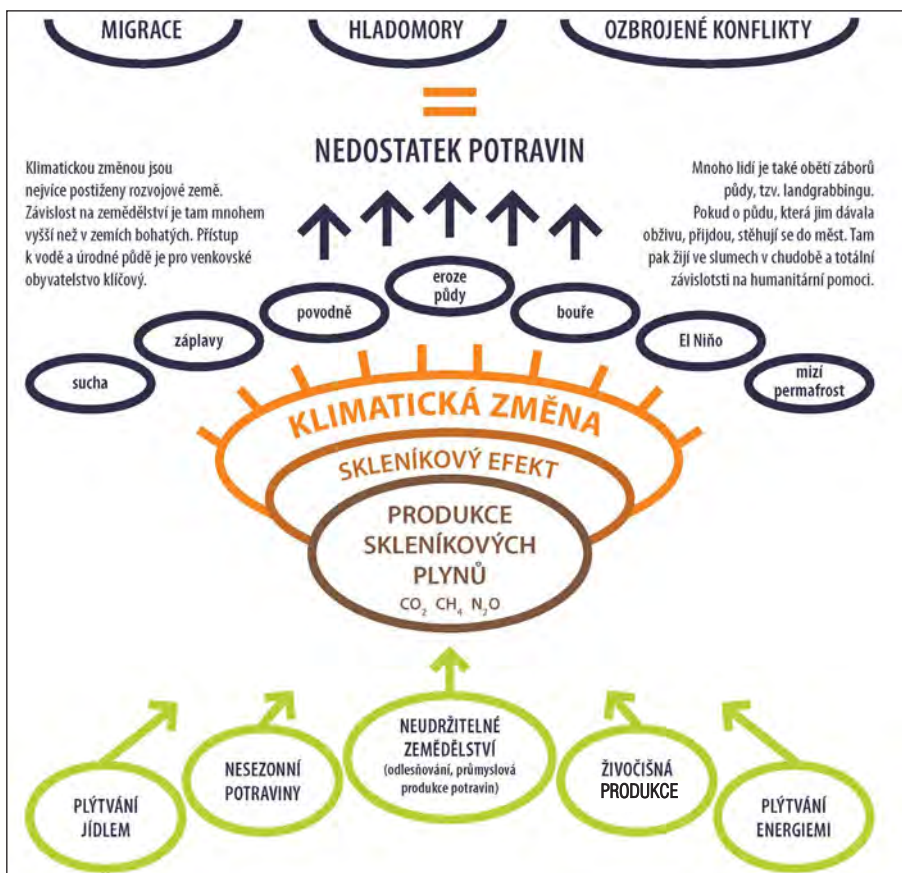
VAŘME ÚSPORNĚ

Při vaření a ohřívání jídla používáme fosilní paliva, což znamená úbytek neobnovitelných zdrojů, další emise skleníkových plynů a navíc vysoké účty za energie. Když budeme při vaření používat co nejméně vody, pánev s plochým dnem a pokličky, pokud stáhneme plamen, jakmile vodu přivedeme k varu, ušetříme tím energii, vodu i peníze.

PODPORUJME DROBNÉ ZEMĚDĚLCE

Podporou drobných pěstitelů potravin pomáháme 1,5 miliardám lidí, kteří hospodaří na malých farmách po celém světě, a chráníme tak svou schopnost i v budoucnosti si vypěstovat dostatek jídla pomocí udržitelných zemědělských postupů.

Publikace ke stažení na:
<http://www.pestujplanetu.cz/>



Vánoční petržel

Semínko kadeřavé petržele sice dlouho klíčí, ale vzcházející rostlinky jsou mrazuvzdorné. Takže petržel lze vesele pěstovat i o Vánocích. Jarní výsevy v přírodní zahradě občas sežerou slimáci a silnější rostlinky z podzimního setí mají po přezimování větší naději na přežití. Druhým rokem petržel žene do květu a sebraná semínka lze úspěšně použít k dalším výsevům. Kadeřavá petržel dobře snáší pěstování v nádobách a v mrazivých dnech ji lze přesunout do před síně domu a její zeleň může zpříjemnit čekání na jaro. (jap)



36 různých přebalů
s originálním vzkazem!

Novoroční čaj s originálním vzkazem v každém šálku

Lahodná bylinná směs s verbenou, černým bezem, lípou a dalšími voňavými bylinkami nejenže báječně chutná, ale na každém sáčku najdete originální vzkaz. Zpříjemněte den vám nebo milé osobě, které tento výjimečný čaj věnujete jako dárek. Všechno nejlepší v novém roce!

Adventní sada

Adventní doba je časem radostného očekávání nejen pro děti, které nedočkavě počítají každý den do příchodu Ježíška, ale pro všechny, kteří mají rádi tento kouzelný čas. Vychutnejte si do Vánoc každou chvíli a nechte se inspirovat Adventní sadou 24 různých druhů ovocných, bylinných, zelených, černých a kořeněných čajů pro každý den adventu. Čajové sáčky s číslem od 1 do 24 s originálními ilustracemi připraví překvapení plné lahodných chutí a vůní vám i vašim nejbližším.

Tradice a ruční práce

Sonnentor si uvědomuje tradici a hodnotu ruční práce. A právě o těchto hodnotách se můžete přesvědčit při výrobě Adventní sady. Jednotlivé sáčky jsou šikovnými zaměstnanci pečlivě skládány do krabiček tak, aby byly u Adventní sady pěkně seřazeny od čísla 1 do 24. Nenahraditelná ruční kompletace těchto výrobků umožňuje Sonnentoru ročně zaměstnávat o 12 pracovníků více a také zajišťuje nejvyšší kvalitu, protože žádný stroj nemůže nahradit lidské oko.

Garance kvality při výrobě čajů a koření SONNENTOR vychází z vlastního pěstování v ekologických rodinných zemědělských farmách a z velmi úzké spolupráce s místními regionálními ekozemědělci, kteří bylinky a koření pěstují. Produkty SONNENTORU zprostředkovávají tímto způsobem hodnoty, jako je původ, rodina, klid a tradice.

K dostání ve vybraných zdravých výživách, specializovaných prodejnách nebo na e-shopu www.sonnentor.cz



**Sluneční
adventní
mikulášský
jarmark**

3. a 4. 12. 2016

MASO JAKO VÍNO *aneb*

Ohlédnutí za bio v regionu Moravskoslezském

Hovězí maso bylo hlavním tématem semináře věnovaného regionální bioprodukcí, který tento týden hostila Střední škola hotelnictví a služeb a Vyšší odborná škola Opava. Nad ekologickým zemědělstvím se zde setkali lidé tří světů: zemědělci – dodavatelé surovin, studenti gastronomie – jejich potencionální odběratelé a odborní učitelé. Všichni se shodli, že kvalitní pokrmy bez kvalitních surovin nelze připravit.

Biohovězí z pastvin je téměř neznámé

„Schopnost docenit kvalitní hovězí maso u dnešních spotřebitelů by se dala přirovnat ke schopnostem ocenit dobré víno před patnácti lety. Jen málokdo to uměl. Kultura pití vína ale obrovsky vzrostla. Mnohem více lidí umí dnes vína ocenit a za dobrá jsou ochotni si připlatit. Věřím, že u hovězího masa to půjde obdobnou cestou. Lidé se naučí číst etikety. Zjistí, že maso prodávané v běžné maloobchodní síti nepochází většinou ze zvířat masných plemen, začnou rozlišovat kvalitní surovinu, najdou si svého dodavatele a také budou umět hovězí maso správně kulinářsky připravit,“ uvedl **Jan Hořák** z Janovic u Rýmařova, chovatel a šlechtitel masného skotu, na jehož pojezdnu masnu v pravidelných intervalech čekají stálí zákazníci v širokém okolí. Sám pro přítomné připravil karbenátky z mletého biohovězího, které se podávaly v bulce jako burgery, aby budoucí hoteliéři pochopili, jakou kvalitu nabízí jídlo z regionu, i jak významný je osobní přístup a příběh v jeho marketingu a odbytu. (více viz též Bio 6/2015.)

V bedýnkách nemusí být jen biozelenina

Své sýry představila také **Markéta Toberná** majitelka Ekofarmy Šťastná koza z Velkých Albrechtic. Malá rodinná farma vznikla teprve v roce 2010. O rok později

začali prodávat mléko ze dvora a od roku 2012 nabízí nemalé spektrum biovýrobků (tvarohy, jogurty, čerstvé i zrající sýry) z vlastní certifikované sýrárny. Ačkoliv jim hlavní odbyt zajišťují dodávky obchodníkům, budoucnost vidí v přímém prodeji spotřebitelům. Proto také vloni zahájili, jako první v České republice, distribuci mléčných biovýrobků bedýnkovým způsobem. (Více o kozím statku viz též Bio 11/2015.)

Podobnou vizi měli před zhruba pěti lety i **manželé Šelongi z Pustějova**, kteří dnes v systému komunitou podporované

V Moravskoslezském kraji aktuálně hospodaří 384 ekofarem na celkových 55,3 tis. ha.

Nejvíce půdy v EZ se nachází v okrese Bruntál (přes 35 tis. ha a jde o okres s největší výměrou půdy v EZ v rámci celé ČR, přes 7 % veškeré výměry zařazené v EZ). Mezi 8 až 5 tis. ha má okres Opava, Nový Jičín a Frýdek-Místek. Přes 1 tis. ha v EZ najdeme v okrese Karviná a nejméně pod 500 ha má Ostrava.

Od roku 2005 vzrostl počet ekofarem v Moravskoslezském kraji více než šestkrát z původních 63 a výměra půdy v EZ se zvětšila o téměř 70 %.

ho zemědělství zásobují řadu rodin vlastnoručně vypěstovanou zeleninou. „Když s touto myšlenkou manželka přišla, nevěřil jsem, že to může fungovat. Nyní uzná-



vám, že jsem se mýlil. KPZ je pro nás hlavně jistota. Pokud se sezóna vydaří, máme radost, že jsou lidé, kteří od nás zeleninu odebírají, spokojeni. Pokud se nám (třeba kvůli suchu) sezóna nevyvede, jsme rádi, že jsou s námi a sdílí i riziko neúrody. Vážíme si jejich důvěry,“ řekl **Pavel Šelong**. (Více viz též Bio 12/2015.)

Mezi studenty a učiteli přišel také **Tomáš Soška**, jednatel společnosti Vitaminátor, s.r.o., která obhospodařuje přes 60 hektarů ekologických sadů v okolí obce Sosnová a dodává na trh 100% přírodní šťávy převážně s vlastního ovoce a zeleniny.

Na opavském semináři nechyběla informace o kontrole a pravidlech certifikace a značení biopotravin od **Ing. Milana Berky** z kontrolní organizace KEZ, o. p. s. Mnohé překvapilo, že užívat tzv. biozephy na obalu výrobku a označit jej jako biopotravinu může pouze certifikovaný výrobce, který je pravidelně kontrolován, že dodržuje zákon o ekologickém zemědělství.

Spolupráce pro budoucnost

„Potěšilo nás, že setkání pootevřelo dveře pro další spolupráci – propojení teorie s praxí. Je zájem o návštěvy ekofare, dokonce zástupci dalších škol by rádi téma ekologického zemědělství a biopotravin zakomponovali do výuky,“ uvedla organizátorka projektu Bio v regionu **Andrea Hrabalová** z olomouckého Bioinstitutu.

Dodala, že ji velmi potěšil jak aktivní přístup pedagogických pracovníků školy hotelnictví, tak zájem o téma z řad studentů. „Je vidět, že téma kvalitního jídla je i pro studenty důležité. Pochopili už nyní, že výroba biopotravin má oproti konvenčnímu způsobu získávání surovin další výhody – šetří půdu, vodu a podporuje biologickou rozmanitost, budou vědět, proč má mít bio místo v našem jídelníčku,“ uzavřela Hrabalová.

Sylva Horáková

FOTO – Kateřina Čapounová



Ekochovatelé mají motivovat porážková místa, aby se nechala certifikovat



Zvířata z ekochovů nemají skončit na konvenčních jatkách. Šetrnější porážka by měla být pro ekologická zvířata samozřejmostí, ale dosud tomu tak není. Řada zvířat svou cestu z pastviny končí na necertifikovaných jatkách, a maso z nich nemůže být označeno jako bio. To se má od příštího roku změnit. Kontrolní organizace KEZ, o.p.s., přišla s návrhem pro jatka, která normy pro ekologickou porážku splňují, že jim odpustí poplatek za certifikaci. Chovatelé by tak nemuseli zvířata vozit na větší vzdálenost, nebo maso z nich prodávat pod cenou jako konvenční.

„Společnost KEZ, o.p.s., nabízí všem chovatelům biozvířat, že pokud se dohodnou s jatkami, které mohou splnit požadavky na oddělenou porážku a zpracování biomasa, inspekci provedou kontrolně zdarma. Jatka tak získají certifikát, který umožní produkci z ekologických chovů prodávat s přívrstvem bio,“ vysvětlil Jan Dehner, ředitel společnosti KEZ, o.p.s. Tato možnost certifikace se stoprocentní slevou má motivovat české producenty biomasa, aby zvýšili odbyt biomasa v České republice. Tuto slevu již schválila správní rada KEZ, o.p.s., pro rok 2017.

„Jestliže jako chovatelé biozvířat přemýšlíte o tom, že byste rádi maso z těchto zvířat prodávali z farmy jako biomasa či další biopotravinu, avšak zajištění ekopo-

rážky je pro vás složité, například kvůli velké vzdálenosti či ceně, pak neváhejte o této možnosti informovat řezníky,“ vzkazuje Jan Dehner.



V České republice je v ekologickém režimu chována téměř polovina všech ovcí, 36 % koz, a 17 % skotu. V současné době má certifikát pro ekologickou porážku 47 jatek. „Je velká škoda, že maso těchto zvířat se k zákazníkům nedostává jako bio, a to právě kvůli necertifikované porážce. Věříme, že možnost slevy jatka využije, a tak budou moci chovatelé maso zvířat prodávat ve větším množství jako bio,“ říká Kateřina Urbánková, manažerka PRO-BIO Svazu ekologických zemědělců. V ČR se ročně vyprodukuje zhruba šest tisíc tun hovězího biomasa, což představuje 6% podíl na celkové produkci hovězího. Jen zhruba třetina hovězího je prodávána (dle údajů ÚZEI) s certifikátem. Je třeba zmínit, že významný objem produkce skotu z ekofarem odchází ve formě prodeje zástavu. V roce 2015 šlo o prodej téměř 50 tisíc kusů mladých zvířat, což v přepočtu na maso představuje dalších 4,4 tisíce tun masa. Velká část těchto zvířat putuje za hranice ČR.

PRO-BIO Svaz ekologických zemědělců dlouhodobě podporuje finalizaci bioprodukce, a tento krok certifikační organizace KEZ, o.p.s., vnímá jako usnadnění cesty pro českého spotřebitele k českému biomasu. **(syh)**

FARMA ALMAKO

Lokalita: Albrechtice u Rýmařova

Okres: Bruntál

Kraj: Moravskoslezský

Popis činnosti

Počet obhospodařovaných ha: 321,80 ha (REP)

Farma ALMAKO vznikla již v roce 1993, nachází se v podhůří Jeseníků v Albrechticích u Rýmařova. Jedná se o podnik rodinného typu. Zabývá se chovem masného skotu plemene hereford bez tržní produkce mléka. Stádo je zapojeno v kontrole užitkovosti stupně A. Farma se nachází v nadmořské výšce 650 metrů. Kontrolní organizace: KEZ, o.p.s.

Ekochov

Farma se zabývá chovem masného skotu plemene hereford. Původ místního stáda: V roce 1995 bylo rozhodnuto o chovu herefordského skotu, kdy došlo k nákupu embrií z podniku Ligra, a. s. Následně byly odchovány čtyři čistokrevné jalovičky. Otcové HRF 177 a HRF 175 na matce 69 163 – 309. V současnosti je 1/3 stáda čistokrevná, tvořeno potomky výše uvedených zvířat. Zbytek stáda jsou vysokopodíloví kříženci, kdy za pomoci inseminace dochází k převodnému křížení.

Rostlinná produkce

Na farmě ALMAKO celkem obhospodařují 321,80 ha zemědělské půdy. Valná většina pozemků jsou trvalé travní poros-

ty nebo pastviny (283,66 ha). Na orné půdě (38,14 ha) pěstují Hořákovi obiloviny, jako je triticales, oves a jarní žito nebo luskobilné a jetelotravní směsky. Na malé výměře 0,16 ha pěstují červené a žluté brambory pro vlastní potřebu.

FARMA GEORGE

Lokalita Obec: Jerlochovice

Okres: Nový Jičín

Kraj: Moravskoslezský

Popis činnosti

Počet obhospodařovaných ha: 289,67 ha (REP)

Ekofarma George z malebného prostředí Oderských vrchů, se nachází nedaleko města Fulnek, v přilehlé části obce Jerlochovice. Produkuje kvalitní biotelece a hovězí maso, obhospodařuje 310 hektarů trvalých travních porostů s přibližně 200 kusy masného skotu plemene Masný simentál a Limousine. Farma je vybavena špičkovou zemědělskou technikou, která umožňuje dosahovat vysokou produktivitu práce a zároveň je šetrná k životnímu prostředí. Produkuje skot, který poskytuje především telece biomasa v té nejvyšší jakosti. Kontrolní organizace: Biokont CZ, s.r.o.

Ekochov

Matečné stádo krav je rozděleno na čistokrevnou plemeniťbu složenou z 50 matek plemene Masný simentál. Druhá část je složena z 60 matek kříženců plemen

Masný simentál, Limousine a Charolaise. Reprodukce se uskutečňuje pomocí přirozené plemeniťby za použití licencovaných býků plemen Masný simentál a Limousine. Ve stádu se nacházejí matky s 50 až 100% krve masného plemene. Skot je celoročně umístěn ve venkovním prostředí, v době vegetace na pastvinách a v době mimovegetační na zimovišti.

Rostlinná produkce

Trvalé travní porosty (241,64 ha), tráva na orné půdě (20,21 ha). Orná půda (27,82 ha) Zpracování surovin a finalizace výrobků Bouráma masa je tvořena chladírnou, boudací místností, skladem přepravek a je vybavena technologií splňující nejprísnejší parametry hygienického provozu podle současné legislativy v České republice i v Evropské unii. Telata jsou porážena ve věku 6 až 8 měsíců na ekologických jatkách s vlastní certifikací BIO provozu (Sedlnice, Melč). Z jatek je telece maso převezeno v chladícím voze, rozporcované na čtvrtě ve visu. Následně jsou nechána správně vyžráta ve čtvrtích v chladících boxech naší boudy po dobu 7 dnů. Po vyžrávání masa jsou čtvrtě rozbourány, jednotlivé druhy masa v přesném poměru rozděleny do balíčků, které jsou poté vakuově zabaleny za dodržení nejprísnejších hygienických kritérií. Takto zpracované maso je připraveno k prodeji koncovému zákazníkovi.

Projekt Propagace regionální bioprodukce a spolupráce komunikace s médii.



POTRAVINOVÁ SUVERENITA

Nyeleni fórum – protiklad priemyselnému potravinovému reťazcu

V dňoch 26. až 30. 10. 2016 sa rumunskom Kluži (Cluj-Napoca) stretlo 500 účastníkov zo 40 krajín sveta na 2. európskom stretnutí (prvé bolo v roku 2011). Stretnutie sa konalo v uvoľnenej atmosfére, pričom sa uskutočnilo približne 100 workshopov. Veľa vecí bolo organizovaných na dobrovoľnej báze, napríklad 40 tímočnikov prekladajúcich do 9 jazykov, účastníci boli vyzývaní na organizovanie vlastných pracovných či kontaktných skupín po skončení oficiálneho programu, nazvaných otvorený priestor (openspace) i na umývanie riadov v kuchyni a vždy sa ich niekoľko našlo. To, že potraviny boli od regionálnych farmárov, nás samozrejme tiež veľmi potešilo.

Naše témy

Rozprávalo sa o veľa veciach, napríklad o tom, že

- za posledných päť rokov sme v európe stratili 20 percent fariem,
- potravinový farmársky systém je pokazený a treba ho zmeniť, pričom bolo spomenuté hlavne korporátne poľnohospodárstvo a chémia v potravinách,
- je potrebné zvýšiť podiel priameho predaja ako i vzdelávací potenciál jedla,
- koncentrácia vlastníctva pôdy je v súvislosti s potravinovou suverenitou kontraproduktívna.

Účastníci hovorili i o rozdieloch v prístupe k pôde v jednotlivých krajinách. Informácie o situácii v Čechách, kde minister financií vlastní už skoro 50 % percent pôdy a to, že na Ukrajine skupujú pozemky arabi, pričom úrodnú čomozem nakladajú na vagóny a odvážajú do púšte, boli pre nás alarmujúce. Hlavne v kontexte situácie na Slovensku, kde už máme okresy, v ktorých je polovica poľnohospodárskej pôdy v rukách zahraničných investorov. Ďalšou témou boli „mestské záhrady“, ktorá je aktuálna v celej Európe. Stále viac obyvateľov miest sa venuje tejto aktivite. Pre nás roľníkov je to dôkaz, že styk s pôdou je človeku prirodzený.



O sociálnych právach sezónnych robotníkov ako modernom otroctve hovorili hlavne rakúski kolegovia, ktorí pre nich vytvorili aj viacjazyčnú príručku, aby vedeli o tom, aké majú práva a neboli vykoisťovaní.

Spoločná poľnohospodárska politika (SPP) Európskej únie je nastavená na veľkých, na podporu exportu a nie na regionálne potraviny pre miestnych ľudí. Prevažame potraviny niekedy aj pochybnej kvality krížom-krážom po svete a pritom vieme, že potraviny sú najbezpečnejšie, keď sa skonzumujú tam, kde sa vyrobili. Je nutné zdemokratizovať SPP pre širokú verejnosť. Z diskusie vyplynulo, že potrebujeme jednoduchý slogan, ktorý výstižne spojí poľnohospodárstvo, životné prostredie a zdravie. Zazneli aj rôzne návrhy na zmenu SPP, podporu regionálnych potravín a produkčné systémy. Všetci sme sa zhodli, že súčasný takmer 60ročný model, ktorý nemá vo svete obdobu, je potrebné prispôbiť dobe a očakávaniam zákazníkov z 21. storočia.

Semená

Pri semenách a rozmnožovacom materiáli sa hovorilo hlavne o slobode pri ich predaji a výmene ako aj o biodiverzite, ktorá neustále klesá.

Počas stretnutia zazneli aj hlasy, že v súvislosti s klimatickými zmenami by bolo vhodné výskum viac zamerať na malých poľnohospodárov, či SPP premenovať na „európsku potravinovú politiku“.

Pri otázke: čo je vlastne lokálna úroveň, sa prijal výstup, že je to tak ďaleko, ako človek dokáže dôjsť za jeden deň.





➤ Mikro pohľad = dom, dedina; makropohľad = región.

Pravidelne sa mi stalo, že som mal veľký problém, ktorý z paralelných workshopov si vybrať, tu je príklad jednej takej šesticte tém:

- pôda, voda, rybolov v rukách miestnych obyvateľov,
- migranti, poľnohospodárski a potravinárski robotníci a ich práva,
- sedliacka agroekológia, semená a biodiverzita,
- alternatívne obchodné systémy a globálna sila korporácií,
- teritoriálne trhy a potravinové distribučné systémy,
- spoločná potravinová a farmárska politika, SPP, hygiena potravín.

Výskum a prax

V oblasti výskumu sa definovali problémy ako napríklad, že je uzavretý v inštitúciách, texty sú dlhé a ťažko zrozumiteľné, výsledky často neprofitné, ale aj to, že farmári nevedia definovať problém.

Podnety na riešenia: výskumníci by mali vyjsť von a hľadať témy v teréne, urobiť zrozumiteľné, zaujímavé, skrátené výstupy pre prax (nikto nebude čítať 200stranový elaborát), pozývať výskumníkov na neformálne stretnutia.

Z ďalšieho rokovania vyplynulo, že mimovládne organizácie sú schopné robiť výskum efektívnejšie ako výskumné ústavy a že aj woofing ako celosvetové príležitosti na ekofarmách môže byť použitý v tomto smere. Pre prax je nevyhnutné, aby sa robil výskum horizontálne a bol spojený s výmenou nápadov a výstupov. Aby znalosti z výskumu boli okamžite prenositeľné do praxe a prax sa vyjadřila k tomu, aký to má pre ňu význam. Je

potrebné zaznamenať staré miestne znalosti, avšak najdôležitejšie je, zamerať sa na cieľ. Zazneli aj hlasy, že ak vo východnej Európe bude silná potravinová suverénita, tak bude v celej Európe potravinová suverénita.

V jednotlivých workshopoch sa hovorilo i o voľnom obchode, vyľudňovaní vidieka, či poľnodotáciách, ktoré by bolo vhodné demokratizovať, aby 80 percent dotácií neskončilo u 20 percent farmárov. V Nemecku urobili pred pár rokmi anketu, do ktorej sa zapojili tisíce ľudí, ktorí v nej mali rozdeliť 100 eur na rôzne dotácie pre farmárov podľa svojich priorit. „*Chceme verejnú politiku, ktorí pomáhajú roľníkom!*“ znelo na stretnutiach.

Ďalšie témy boli:

- zdieľanie znalostí, ● politiky pre kvalitné potraviny a farmárčenie, ● biodiverzi-

ta a tradičné semená v potravinovom systéme, ● rozvoj vzťahov medzi výrobcami a zákazníkmi, ● prístup ku kvalitným potravinám.

2017 – Rok trvaloudržateľného turizmu

Účastníci si niekoľkokrát spomenuli 17 cieľov udržateľného rozvoja, schválených OSN v roku 2015.

O potrebe školení, vzdelávaní a komunikácii naviazanej na ostatné oblasti sa hovorilo v súvislosti s vyhlásením OSN-FAO rok 2017 za rok trvaloudržateľného turizmu ako cesty k ďalšiemu rozvoju. Diskusie na aktuálne témy – utečenci a migranti, starnutie poľnohospodárov a miznutie fariem, pričom napríklad vo Švédsku od roku 1995 stratili 80 percent mliečnych farmárov – mali značne búrlivý priebeh.

Účastníci sa zhodli na tom, že z pôdy sa stala komodita a politiky sú zamerané na medzinárodný obchod. S témou pôdy súvisí napríklad informácia kolegov zo Škótska, kde majú zákon, ktorý umožňuje nákup pôdy aj miestnym komunitám, pričom tieto môžu byť prioritizované. Všetci sa zhodli na tom, že je potrebné vymieňať si osivá. Pri finalizácii lokálnych potravín je najväčší problém s hygienickými pravidlami.

O tom, že priestor na zlepšenie vidia v zelenom verejnom obstarávaní a dobrovoľných príručkách ohľadom hygieny potravín sa zhodli všetci. „Farmári budú tým úspešnejší, čím viac budú spolupracovať s obyvateľmi miest a s mládežou.“

Európa je ešte stále považovaná za funkčný projekt, avšak spoločnú poľnohospodársku politiku treba podrobiť kritike a Brexit nám dáva na to príležitosť.

Miloš Homola



Opětovné povolení fosfonátu draselného v ekologických vinicích

Spolková země Badensko-Würtenbersko spolu s Lucemburskem, Rakouskem a Českou republikou, jakož i poslanci Evropského parlamentu a spolky ekologických vinařů jednotlivých spolkových zemí SRN, České republiky a Svazem vinařů SRN podporují vedle mědi opětovné povolení fosfonátu draselného k ochraně ekologických vinic v roce 2017.

Ministr zemědělství Peter Hauk: Evropská Komise nemůže vytvářet situaci, kdy jsou ekologické vinařské podniky střední Evropy vystaveny ztrátám produkce z důvodu nedostatku ochranných prostředků, které mohou biovináři používat k ochraně před chorobami révy.

V posledních letech postupně, krok za krokem narůstala ve střední Evropě produkce ekologicky vyprodukovaných vín. Vznikl také stabilní a kontinuálně rostoucí trh biovín s potenciálem dalšího růstu. Tento vývoj je ale na základě zásadních problémů v ochraně vinic ohrožen.

„Pokud máme poskytnout ekologicky hospodařícím vinařům ve specifických středoevropských podmínkách trvalou perspektivu rozvoje, musí požadavkům ochrany vinic odpovídat i rámcové legislativní podmínky,“ řekl při jednání v Bruselu minulý týden ministr zemědělství, regionálního rozvoje a ochrany spotřebitele Peter Hauk. Účastníci jednání zastupující biovináře z Lucemburska, České republiky, Rakouska a jednotlivých německých spolkových zemí, jakož i členové Evropského parlamentu, pánové Norbert Lins a Martin Häsling, poslanec Zemského parlamentu Bádenska-Würtenberska Reinhold Pix a zástupci Německého svazu vinařů přijali pozvání ministra Petera Hauka přijet do Bruselu k jednání s ředitelem příslušného oddělení Evropské komise, panem Diego Canga Fano. Cílem tohoto jednání bylo prodiskutování situace

a příčin komplikované situace v oblasti ochrany biovinic ve střední Evropě.

Zástupci středoevropských vinařských regionů proto přivítali nabídku Evropské Komise zorganizovat v lednu roku 2017 vědeckou konferenci k problematice „Al-

mocný prostředek. Poté byl na úrovni EU zařazen mezi přípravky na ochranu rostlin a doposud není dokončen proces jeho povolení pro použití v ekologickém zemědělství. Tím pádem vypadl z palety prostředků, které biovináři smejí používat k ochraně vinic.

Ekologicky hospodařícím vinařům ze středoevropských regionů, které bývají v některých letech srážkově bohatší, tak byla odňata možnost efektivně ochránit



ternativy ošetřování biovinic mědí“ a požadují, aby téma využití fosfonátů v ekologickém vinohradnictví bylo znovu projednáno gremiem expertů EK (EGTOP). „Pozitivním signálem pro biovinářské podniky je i iniciativa Evropské komise posílit výzkumné projekty zaměřené na hledání alternativních prostředků pro ochranu biovinic,“ zdůraznil ministr Hauk.

Příčinou krizové situace, která nastala v ekologickém vinohradnictví, byl na jedné straně vyšší infekční tlak plísňe révy způsobený intenzivnějšími srážkami v první polovině roku 2016 a zároveň skutečnost, že ekovináři nově nesmí k ochraně vinic použít fosfonát draselný. Fosfonát draselný byl po mnoho let až do roku 2013 legálně používán biovináři jako po-

své vinice. Pouze s použitím mědi není možné v takových letech biovinice účinně ochránit. A kromě mědi a fosfonátů zatím neexistují žádné další, vysoce účinné alternativy. „Z toho důvodu je nezbytné znovu povolit použití fosfonátů pro ekologické vinohradnictví,“ zdůraznil Hauk.

Tuto pozici podpořili mimo jiné i předseda spolku českých biovinářů Ekovin, Dr. Ing. Milan Hluchý a Ing. Anna Mládková zastupující české ministerstvo zemědělství, viceprezident lucemburského svazu vinařů, pan Aly Leonardy, zástupce rakouských biovinářů, ředitel agrární komory Josef Glatt, prezident Svazu německých vinařských organizací, pan Norbert Weber a tajemník svazu německých ekologických vinařů Ecowin, pan Ralph Dejeas.



ČÍM SI PŘIPÍŤ?

V České republice je pěstování révy vinné ekologickým způsobem stále populárnější a biovino kvalitnější. Nejlepším biovinem 2015 je – Novosedelské slámové víno – Frankovka, ročník 2012, kterou vyrobil Petr Marcínčák z Mikulova. Bobule, ze kterých byla vyrobena, byly sklizeny téměř před třemi lety v prosinci, a to na 46 let starém vinohradu na Staré hoře v Novosedlech. Toto víno je mohutné, plné, bohaté a elegantní, sametové s mimořádnou vůní lesního medu a kandovaného ovoce. Je vhodné k čokoládovým dezertům nebo pikantním sýrům s modrou plísní.

Šampionem bílých vín se stal Chardonnay, pozdní sběr, ročník 2013 od Jaroslava Drmoly. Laurot, výběr z hroznů, ročník 2011 akciové společnosti VINSELEKT MICHLOVSKÝ se stal k šampionem červených vín. Zajímavostí je, že se v soutěži biopotravin objevilo i levandulové víno s medicínskými účinky, jehož výrobu má Petr Marcínčák dokonce patentováno.

➤ Dále předsedové spolku Ecovin z Bádenska a Würtensberska, pánové Paulin Köpfer a Andreas Stultz, prezident vinařských spolků Würtensberska Hermann Hohl, tajemník Bádenského Svazu vinařů Peter Wohlfahrt a Dr. Michael Koehler, vedoucí oddělení „Vína, piva a nápojového hospodářství“ Spolkového ministerstva zemědělství a výživy. Ti všichni podpořili pozice zástupců ekologických vinařů. My všichni jsme přijeli do Bruselu, abychom hledali společně s Evropskou komisí řešení tohoto zásadního problému, zdůraznili účastníci tohoto setkání.

Touto společnou akcí apelovali všichni zúčastnění na zástupce Evropské komise, aby znovu zásadním způsobem přehodnotila svou pozici k zatím nepovoleným fosfonátům. Pro udržení a další rozvoj ekologického vinohradnictví je zcela nezbytné na dobu, než se najde jiné řešení tohoto problému, fosfonáty, například zonálně, pro středoevropské regiony povolit. V úvahu přichází i časově omezené povolení fosfonátů do doby, než se zavedou do praxe účinné alternativy k aplikacím mědi. „Kromě toho potřebujeme podporu i ve výzkumu dalších alternativ, abychom ve střednědobém horizontu získali další, v praxi použitelné, alternativy,“ zdůraznili účastníci diskuze.

TZ Ekovín

Informace k problému:

Plíseň révy, lidově zvaná peronospora, je patogen napadající za vlhka révu vinnou. Tento patogen je schopen, v závislosti na intenzitě napadení, způsobit až totální ztrátu výnosu hroznů.

Častější deště spojené s dostatečně vysokými teplotami v první polovině roku 2016 vytvořily ve střední Evropě velmi dobré podmínky pro šíření a masové infekce révy vinné tímto patogenem. Obdobné problémy lze očekávat i v příštích letech.

Zatímco v konvenčním vinohradnictví mají vinaři v ochraně vinic k dispozici řadu různých fungicidních prostředků, je ekologické vinohradnictví v případě plísně révy velmi omezeno. Do roku 2013 byly v ekologickém vinařství používány fosfonáty jako tradiční podpurné prostředky. Díky podstatnému zvýšení odolnosti révy vůči houbovým chorobám, k němuž docházelo po použití fosfonátů, tyto látky vhodně doplňovaly paletu ochranných prostředků nejen vůči plísni révové, ale i proti padlí révovému. V současnosti jsou jediným povoleným účinným prostředkem ochrany biovinic před plísní révy mědhaté fungicidy. Jejich aplikační dávka je limitována úrovní 6 kg Cu/ha a rok, přičemž ekologické spolky vinařů v německy mlu-

vících zemích dobrovolně již před mnoha lety přijaly právě díky existenci fosfonátů snížení aplikační dávky mědi na 3 kg Cu/ha a rok. Ve střední Evropě byla v posledních 15 letech vyvinuta „dvojitá“ strategie použití mědi a fosfonátů, která přinášela při snížení negativních dopadů aplikací mědi pro ekosystém vysoce spolehlivou ochranu vinic.

Avšak na základě, z našeho pohledu neodůvodněného a nelogického rozhodnutí Evropské komise odvolávajícího se na expertizu odborné komise EGTOP (Expert Group for Technical Advice in Organic Production) bylo v roce 2014 rozhodnuto nezařadit fosfonáty na pozitivní seznam prostředků ochrany rostlin povolených k použití v ekologickém zemědělství. Díky tomu je nesmí biovinaři od roku 2014 použít.

Další informace k ekologickému vinohradnictví v ČR najdete na www.ekovin.cz, Informace k vinařství v Bádensku – Würtensbersku najdete na <http://mlr.baden-wuerttemberg.de/de/unsere-themen/landwirtschaft/weinkultur-foerdern>

Více na: <http://www.ekovin.cz/pro-media/fosfonaty-v-ochrane-ekologickych-vinic-v-roce-2017>

Štítky: rostlinná výroba, životní prostředí, legislativa, argumenty

***Vážení dlouholetí čtenáři Bio,
přejeme vám s posledním číslem tištěného Bio
veselé Vánoce***

***a v příštím roce 2017 jen samé dobré zprávy
a vykonané dobré skutky,
dobrou úrodu pro ekozemědělce.
mnoho zákazníků prodejcům
a výrobcům biopotravin.***

***Nashledanou na webu bio-mesicnik.cz,
kde budou aktuální informace o způsobu,
jak si Bio budete moci stáhnout ke čtení.
Prosincové Bio bude ke stažení zdarma.***

Zaplatit a číst Bio lze pro přednictvím alza.cz/media.

JIHMORAVSKÝ KRAJ

SONNENTOR

Kompletní sortiment nabídky firmy SONNENTOR – 750 druhů výrobků – bylinných čajů a dalších produktů. Odborné poradenství, kompletace dárkových balíčků. Otvírací doba: PO-ST: 9-13, 13.30-18.30 h. ČT-PÁ: 9.00-18.30 h, so 9-13 h. DÚM U MODRÉ HVĚZDY, ŠILINGROV N. 7, BRNO

GRANO

Biopotraviny, byliny, čaje, bezlepková dieta, racionální výživa... ZBOROVSKÁ 5, BOSKOVICE

MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ

Zdravá výživa

Biopotraviny, byliny, čaje, bezlepková dieta, racionální výživa, pí-produkty, knihy a přírodní kosmetika, tel.: 602 759 838. ŽÍŽKOVO NÁM. 2, BRUNTÁL

ZDRAVÉ POTRAVINY

Biopotraviny, byliny, čaje, bezlepková dieta, racionální výživa. Tel.: 602 827 250, www.zdravepotravyostrava.cz NA HRADEBÁCH 15, OSTRAVA

OLMOUCKÝ KRAJ

PÍ-CENTRUM Olomouc

Pí voda, biopotraviny, přírodní kosmetika, zdravá výživa, tel.: 585 234 657. PAVELČÁKOVA 21, OLMOUC

ZLÍNSKÝ KRAJ

KRAJINKA

Makrobiotický, vegetariánský a bezlepkový sortiment, biopotraviny, prodej a distribuce Pí-vody, biokosmetika, ekologická drogerie, gemoterapie. PŘEDNÁŠKY, OCHUTNÁVKY A PORADENSTVÍ. Tel.: 773 544 462, Fax: tel.: 608 044 462, www.krajinka.cz SLOUPSKÝ (MINAS) 1197, UH. HRADIŠTĚ

BIOMARKET

U zeleného stromu naleznete biopotraviny, celozrnné a kváskové čerstvé pečivo, racio, dia a bezlepkové produkty, čaje, přír. cert. kosmetika, ekodrogerie, Fair Trade, bylinné produkty aromaterapie. Tel.: 577 211 256, kl. 167, www.zdravizpřirody.cz NÁM. TGM 6, OD PRIOR, ZLÍN

JIHOČESKÝ KRAJ

SLUNEČNICE

Prodejna zdravých potravin, biopotravin, bioovoce a zelenina, biovína, máme čerstvé biopečivo, čerstvé šťávy, žitný kváskový chléb, dia a bezlepková dieta, gemmoterapie, včelí produkty, přírodní kosmetika, ekol. prostředky, literatura ad., www.slunecnice-cb.cz, tel.: 603 266 753, 387 315 856. CHELČICKÉHO 21, ČESKÉ BUDĚJOVICE

KRAJ VYSOČINA

Dvorský statek Olešenska

PRODEJ ZE DVORA: kozí biomléko a bioprodukty z něj (zrající a přírodní sýry, ochucené sýry, žervé, tvaroh, jogurty, jogurtové mléko); zelenina a brambory. Objednejte se na tel.: 775 661 407, kozidvorek@seznam.cz, více na www.kozidvorek.cz OLEŠENKA 10 – U PŘIBYSLAVI

HARMONIE NA VYSOČINĚ

Bezlepkové potraviny, čaje, vína, biopotraviny, aromaoleje, vitamínové a minerální doplňky, keramika, žitný kváskový chléb... Tel.: 775 145 813 JANA AUTENGRUBERA 167, PACOV

KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ

BAZALKA

Prodejna biopotravin – zdravé výživy, dietní výrobky, čerstvé pečivo, saláty, tel.: 775 360 721, Rokitanského 169 Bazalka biosamoobsluha – bohatá nabídka bioproduktů, čerstvá zelenina, tel.: 739 714 830, Gočárová 516 Bazalka ve dvorku – alternativní jídelna, tel.: 739 714 831, K. H. Máchy 747, HRADEC KRÁLOVÉ

LIBERECKÝ KRAJ

ÁNANDA veget. restaurace

Jídelna nabízí snídaně, obědy, večeře – pestrý výběr. Prodej zdravé výživy, biopotravin, čajů, českého i orientálního koření, www.anandaline.cz, tel.: 485 103 741. FRÝDLANTSKÁ 210/12, LIBEREC

Zdravě a bio

Zdravá výživa, biopotraviny, bezlepkové potraviny, biokosmetika, ekodrogerie a biobedýnky. Blanka Kadlecová tel.: 608 204 833, e-mail: blankakadlec@seznam.cz PALACKÉHO 180, NOVÝ BOR

PARDUBICKÝ KRAJ

ŠPALDA, restaurace a prodejna

Obědy, večeře, svačiny, celozrnné pečivo, zákusky a dezerty bez cukru, biopotraviny, biokosmetika. Tel.: 463 351 435, www.bio.spalda.cz PALACKÉHO TRÁDA 64, PARDUBICE

ZDRAVÁ VÝŽIVA

Biopotraviny, bezlepková dieta, dia výrobky, vitaminy, čaje, tel.: 465 524 642. BARCALOVA 143, ÚSTÍ N. O.

PLZEŇSKÝ KRAJ

BIO-DIA, ZDRAVÁ VÝŽIVA

Biopotraviny, bezlepková dieta, dia výrobky, vitaminy, čaje... HRUŠKOVA 87, DOMAŽLICE

SLUNEČNICE – OBCHOD, JÍDELNA A RESTAURANT

Příjemný interiér, nekuřácké prostředí, ryby, drůbež, biohovězí maso, ale i vegetariánské, veganské pokmy, biokáva, biočaje, čerstvé zeleninové a ovocné šťávy. Obchod & fresh bar: po-pá 7.30-22, so 10-22, ne 10-20; zdravá jídelna: po-pá 9-18 a zdravý restaurant: po-so 11-22, ne 11-20 h.

Tel.: 377 236 093, 734 658 205, www.slunecniceplzen.cz JUNGMANNOVA 4, PLZEŇ

STŘEDOČESKÝ KRAJ A PRAHA

* Hostivický jarmark

Lokální selské produkty a biopotraviny, čerstvé mléko, sýry, pečivo, vejce, maso, zeleninové bedýnky, výrobky pro děti či diety, přír. kosmeti-



Děkujeme za dlouholeté odebrání časopisu pro zákazníky!

ka, ekodrogerie a rukodělné výrobky. Tel.: 725 527 875. Otevřeno: Po-Pá 8-18 h., So 8-12 h. HUSOVO NÁM. 193, HOSTIVICE

Country Life

Kompletní sortiment biopotravin, produktů zdravé stravy, ekologické drogerie a přírodní kosmetiky. www.countrylife.cz

MELANTRICHOVA 15 A JUNGMANNOVA 1, PRAHA ČS. ARMÁDY 30, PRAHA 6, SOKOLOVSKÁ 93. PRAHA 8, VINOHRADSKÁ 125, PRAHA 3

WELEDA

Vzorková prodejna bylinné biokosmetiky Weleda, tel.: 257 315 888. LIDICKÁ 28, PRAHA 5

Biosvět Zbraslav

Biopotraviny, produkty zdravé výživy, bioovoce a zelenina, čerstvé biopečivo a biomaso, přír. kosmetika, ekodrogerie, tel.: 720 133 369. Po-Pá 8.00-18.00 PELZOVA 1512, PRAHA 5-ZBRASLAV

ÚSTECKÝ KRAJ

HERBA

Bylinné směsi dle receptu, zásilková služba, biopotraviny, bezlepková dieta, bylinná kosmetika. Zajistíme analýzu stopových prvků z vlasů, poradna pro výživu a suplementaci. Tel.: 728 353 067, herba.grohova@tiscali.cz ČESKÉ ARMÁDY 11/2156, LITOMĚŘICE

SLOVENSKO

Bioobchod Malý princ

Prodej biopotravin a kontaktní místo pro odběr Bio a literatury z Česka, tel.: 00421-326400400, medal@bio-obchod.sk, www.bio-obchod.sk, MIEROVÉ NÁMESTIE 29, 911 01 TRENCÍN ***

Na této stránce zveřejníme řádkovou propagaci prodejny – vizitku – při odběru 2 předplatných Bio.

* nově zařazené prodejny

prodejny PRO-BIO Svazu EZ



biovíno
z Mikulova

www.marcincak.cz

TIPY NA DÁREČKY

Pro mladé slečny, které sní o tom, že svou krásou oslní svět bude dokonalým dárkem dárková kazeta Lemon Tea tree. Mladá aknézní pleť si zaslouží tu nejlepší, důkladnou a pravidelnou péči. Sada obsahuje „tři kroky“, které zajistí vše co je třeba odličení, tonizaci i regeneraci. Pokud chcete ještě něco navíc, sáhněte po Francouzském zeleném jíl, tuto detoxikační masku bude problematická mladá pleť prostě milovat.

Maminka, nebo tchýně si zaslouží speciální péči a výživu... Hyaluronové sérum s unikátním komplexem Fucocert bude skvělým bojovníkem proti vráskám. Dodá pleti potřebnou hydrataci, svěžest, vitalitu a pocit luxusní péče. V kombinaci s Extra bio šípovým olejem budou přímo revolucí v péči o pleť každé ženy. Šípkový olej je mimořádně vhodný proti vráskám a pleť jemně tónuje.

Využijte chvíli vánočního volna k oživení vztahu a nalezení jiskřičky erotického náboje. Obdarujte partnera dárkovou kazetou Erotika. Najdete tam vše, co doladí váš společně strávený čas k dokonalosti. Obsažené esenciální oleje afrodiziakálního charakteru nabudí ideální atmosféru.

REDAKCE:

Jungmannova 1403

Hradec Králové

tel.: 608 476 828

vhpress1@seznam.cz

redakcebio@biomedia.cz

PhDr. M. Vohralíková, šéfredaktorka

Sazba a DTP: vh press Hradec Králové

Tisk: Tiskrny B.N.B., Velké Poříčí

Toto číslo vyšlo v prosinci 2016,

ročník 20, č. 12

BIO registrováno: MK ČR E 11409,

ISSN 1805-3548-53

Redakční rada:

Mgr. Kateřina Čapounová,

Mgr. Sylva Horáková,

Ing. Jiří Urban, Ing. Petr Dostálek,

Ing. Radomil Hradil

Jazyková úprava:

redakce

Autorský kolektiv:

Walt. Gregorová,

Ing. Petr Dostálek, Lenka Žák,

Ing. Jan Papáček a další.

Rozšiřováno prostřednictvím prodejen
zdravé výživy a předplatného.

Neoznačené snímky jsou majetkem
redakce.

Distribuce na Slovensku

Mediaprint-Kapa Pressegrosso, a. s.,

Stará Vajnorská 9, P. O. BOX 183,

830 00 BRATISLAVA. Infolinka: 0800

188 826. E-mail: info@ipredplatne.sk,

objednavky@ipredplatne.sk;

www.ipredplatne.sk

Bioobchod Malý princ, Mierové n. 29,

911 01 Trenčín, tel.: 00421 326 400 400,

medal@changenet.sk

INZERCE

Inzerát řádkový soukromý (180 úho-
zů) za 100 Kč, firemní 300 Kč, text
pošlete v dopisu, SMS, e-mailem.

Platba složenkou či na účet 231 925

6023/0800.

Plášťová firemní inzertce od 25 do
30 Kč za cm², podle rozsahu a počtu
opakování.

www.bio-mesicnik.cz



100 nejlepších tipů pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100
nejlepších tipů
pro zahradu

100 nejlepších tipů

Brožura má 64 celobarevných stran formátu V2 (10 x 21 cm) se spoustou fotografií. Jsou v ní obsaženy zkušenosti a rady s přírodním zahradničením od našich dolnorakouských kolegů. Brožura má jednoduchou formu a přehlednou strukturu. Je vhodná hlavně pro úplné začátečníky v přírodním zahradničení, ale jsou zde i zajímavé zkušenosti z dolnorakouských přírodních zahrad, např. i z výstavní plochy přírodních zahrad v Tullnu, které jsou zajímavé určitě i pro již zblhlé přírodní zahradníky.

Obsahuje tipy pro pěstování ovoce a zeleniny, pro prvky v přírodní zahradě i pro péči o ni včetně podpory zvířecích pomocníků v zahradě a pro to, jak si poradit s chorobami na přírodní zahradě. Publikace byla přeložena z rakouského originálu, vydaného v rámci projektu Natur im Garten pod názvem „Die 100 besten Gartentipps“. Prodává se za 70 Kč.

Moje přírodní zahrada

Publikace má svém 2. vydání 232 celobarevných stran formátu A4 se spoustou fotografií a nákrešů. Jsou v ní obsaženy jak základní principy a postupy pro úplné začátečníky, tak i méně známá fakta pro odbornou veřejnost. Jedná se o první komplexní „učebnici“ zakládání a údržby zahrady ve spolupráci s přírodou a v souladu s trvale udržitelným způsobem života na planetě.

Obsahuje kapitoly: Prvky přírodní zahrady, Živá půda, Má bylinková zahrada, Zelinářská zahrada, Ovoce v domácí zahradě, Květiny a trvalky, Zahrada na balkoně a terase, Střešní zahrady, Zahrada pro děti, Přírodní zahrada – louka a Přírodní zahrada – zvířata. Publikace byla přeložena z rakouského originálu, vydaného v rámci projektu Natur im Garten. Dále je zde kapitola Živé ploty, která je dílem slovenské autorky. Druhé vydání nově obsahuje rejstřík českých, latinských a slovenských botanických názvů.

Prodává se za 450 Kč.

OBJEDNAT lze na tel: 721 480 183 a e-mail: prirodnazahrada-



MEDICA PUBLISHING

Ovládněte své hormony jídlem

Fit po padesátce. Klimakterium v pohodě

Brožovaná, 20 str. 196 Kč 440

Jen za +/- 100 kalorií

Brož. 64 stran, 159 Kč 441

Kváskový chleba

Stran 120, brož., cena 199 Kč 436

Stručná celozrná kuchařka Bio

70 stran, brož., cena 99 439

RETRO kuchařka – Domácí recepty

Str. 146, brož., cena 129 Kč 432

Špald a ječmen

Stran 116, brož., cena 159 Kč 420

Oves a žito

Brož., str.80, cena 75 Kč 418

Bio – měsíčník pro trvale udržitelný

život, archiv čísel dle ročníků 2004–2015

Cena 150 Kč104

Petr Dostálek a kol.: Pěstujeme si

vlastní semínka

Uchování bohatství a rozmanitosti

užitkových rostlin, ekologické pěstování.

Brožovaná, 132 stran, barevná.

Cena 145 Kč247

O. Dufek: Zeleninové saláty

Stran 96, brož., cena 129 Kč 422

Vegetarián labužník

Brož. stran 64, cena 79 Kč 434

Osteoporóza. Dieta při odvápnění kostí

128 stran, brož., cena 59 Kč 604

Choroby ledvin a močových cest - dieta

176 stran, brož., cena 189 Kč 605

Nemoci žlučníku a žl. cest

128 stran, brož., cena 189 Kč 608

Choroby jater. Dieta a rady lékaře

128 stran, brož., cena 179 Kč 609

Zácpa. Dieta a rady lékaře

88 stran, brož., cena 99 Kč 611

P. Frič, O. Mengerová: CELIAKIE,

Brož. stran 188, cena 239 Kč 610

Dr. Stanwayová: Léčebná výživa

při běžných onemocněních

96 stran, A4, brož., cena 150 Kč 601

Dr. McKenna: Alternativy k antibiotikům

Brož., 176 stran, cena 110 Kč 602

Nemoci slinivky břišní. Dieta a rady

128 stran, brož., cena 189 Kč 607

MUDr. D. Bartásková, O. Mengerová

CUKROVKA, Dieta a rady lékaře

180 stran, brož., cena 239 Kč 612

Pavla Momčilová, Olga Mengerová

Česká kuchyně pro Váš krevní typ:

skupina 0, 88 stran za 129 Kč 402

skupina A, 144 stran za 159 Kč 403

skupina B a AB, 144 stran za 159 Kč 404

Jarní a zimní zeleninové menu

Stran 148, brož., cena 149 Kč 438

Kukuřice – rýže – jáhly – pohanka

Stran 72, brož., cena 89 Kč 411

Automatická domácí pekárna

Stran 120, cena 199 Kč 423

Luštěniny + hrášek a fazolky

Stran 84, brož., cena 96 Kč 421

TOFU – zdravě bez cholesterolu

Brož., 80 stran, cena 109 Kč 415

Nudle, špagety a spol.

Brož., 98 str., cena 89 Kč 416

PRO-BIO Svrz s. z.

VÝSEVNÍ DNY 2017

M. K. Thun a Ch. Schmidt Rüdttová

Cena: 67 Kč 230

(s poštovným 92 Kč)

Jak objednat tituly?

Publikace, které jste si z nabídky knih vybrali,

vepište pomocí uvedených kódů (jsou uvede-

ny vpravo) na žlutou složenkou do rubriky Zpráva

pro příjemce. Sečtete ceny a přičtete 50 Kč na

poštovné za dvě publikace, od tří 60 Kč. Část-

ku odešlete touto složenkou na adresu: PhDr.

M. Vohralíková, vh press, Jungmannova 1403,

500 02 Hradec Králové 2. Soukromý inzerát

uhraďte obdobně, text pošlete na jeden z

uvedených kontaktů (na této straně vlevo).

Měsíčník BIO vychází ve spolupráci s:

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



EKOTREND SLOVAKIA

- Zváz ekol. poľnohospodárstva

Michala Hlaváčka 21, 054 01 Levoča

SLOVENSKÁ REPUBLIKA

++421 905 580 141, 534 511 862

www.ecotrend.sk



Výrobky za výhodné ceny najdete ve vybraných
prodejnách označené akčními cenovkami

17. 11. – 24. 12. 2016



33,-

Vločky pohankové
BIOHARMONTÉ

250 g



35,-

Pohanka loupáná kroupy
BIOHARMONTÉ

500 g



24,-

Polenta kukuřičná
instantní
BIOHARMONTÉ

450 g



18,-

Mouka z červené pšenice
celozrnná jemně mletá
BIOHARMONTÉ

450 g



73,-

Čokoláda hořká
s malinami a granátovými
jablky LIEBHART'S

100 g



12,-

Pukance jáhelné
BIOHARMONTÉ

50 g



44,-

Fazole červená ledvina
BIOHARMONTÉ

500 g



26,-

Hrách loupáný žlutý
BIOHARMONTÉ

500 g



33,-

Mák modrý
BIOHARMONTÉ

150 g



41,-

Rozinky
BIOHARMONTÉ

200 g



80,-

Lískové ořechy celé
BIOHARMONTÉ

150 g



57,-

Rýže pestrobarevná
BIOHARMONTÉ

500 g



33,-

Rýžový krém na vaření
a pečení ISOLA BIO

200 ml



59,-

Jáhelný nápoj
ISOLA BIO

1000 ml



31,-

Polévka pohanková
BIOLINIE

136 g



41,-

Špaldoto houbové
BIOLINIE

210 g



90,-

Olej rostlinný
omega-3 BIOLINIE

500 ml



123,-

Olej kokosový
panenský BIOLINIE

240 g



229,-

Pálava ročník 2015
Vinařství Válek - výběr
z hroznů (polosladké)
750 ml



29,-

Bujón hovězí - kostky
BIOLINIE

66 g



70,-

Bioláda zahrada
KOLDOKOL

230 g



68,-

Instantní káve sladové
100% BIOLINIE

100 g



49,-

Špaldová mouka hladká
BIOHARMONTÉ

1 kg



22,-

Žitná mouka celozrnná
jemně mletá
BIOHARMONTÉ

1 kg



24,-

Čiroková mouka hladká
BIOHARMONTÉ

450 g



42,-

Vřetená špaldová
celozrnná
BIOHARMONTÉ

400 g



76,-

Meruňky (nešleřené)
BIOHARMONTÉ

200 g



166,-

Sirup javorový
BIOLINIE

250 ml



499,-

Vánoční balíček
- 9 výrobků

2 kg