

Bejvávaly houstičky jako malované

■ **Obrázky z obyčejného života Miroslava Růžičky, pekaře ze Hřivčic**
S Miroslavem Růžičkou jsem se seznámila v lounském domově důchodců na vánoční besídce, když chválil dětem napečený a nazdobený perník. Řekl, že za ním mohu kdykoli přijít, že si popovídá rád. Pan Růžička je muž, který drží dané slovo. Přijetí bylo přátelské.

„Jsem hřivčický rodák, narodil jsem se v únoru roku 1923. Otec a matka pracovali u sedláka, bylo nás v rodině šest - ještě sestry Anča a Zdeňka, bratr Václav. Měli jsme malé živobytí, králíky, kozy, prasátko. Od statku jsme dostávali deputát - mouku, uhlí a dřevo. Králíci jsou moje láska dodnes. Však jsem jich jeden čas choval i devadesát, hlavně vídeňské bílé a čínčilu velkou.

Do školy jsem chodil napřed do Vrbna nad Lesy, později na měšťanku na Peruc. Vzpomínám na pány učitele Přítele, Blažka, Dolejše. Paní učitelka Tesárková byla tak pobožná, že kdykoli vstoupila do třídy, museli jsme zpívat Svatý Václave. A dva nadané žáky dostala na bohosloví, vystudovali na faráře. Jsem z katolické rodiny a tak jsem coby školák chodil každý den ráno do kostela ve Vrbně ministrovat. Ve všední den ráno přišlo na mši pár lidí, zato v neděli byl kostel plný. Jednou jsem spáchal velmi těžký hřích. Kostelník Jugl totiž chodil při zních obsekávat obilí a tak kostelní práce zastával jeho syn Václav, o něco starší než my. A ten povídá: -Dneska si uděláme mši my!- Donesl z kostela flašku mešního vína, skleničky. Já zacinkal na zvonek a on víno rozlil do skleniček a obřadně povídá - Pijeme krev Ježíše Krista. -Zazvoním podruhé a vtom se rozrazily dveře a vstoupil velebný pán. Kdybyste ho píchla, krev byste z něj nedostala. Když se vzpamatoval a popadl dech, začal nás honit po kostele a spílal nám: -Vý zatrolení hříšníci!- My se prosmykli kolem oltáře a utekli. Horší to bylo nazířít, když velebný oznámil panu Juglovi, že ho musí propustit. Kostelník klečel na kolenou, prosil a sliboval, jak kluka zřeže.

Židovský hřbitov ve Vrbně byl v těch dobách plně funkční a každou chvíli tam pohřbívali - ze Hříškovska i od Pálecku. Bedlivě jsem ty obřady sledoval. To předjela brýčka s koňmi. Rakev vyložili na hrob a začali se modlit v židovské řeči. Ten židovský duchovní měl černé sukně a čepici, jako nosívali tři králové. Avšak obřad ukončil slovy - Prach jsi a v prach se navrátíš.

Po škole jsem se učil pekařem u pana Macury. Pekařina sem i náramně líbila. Však jsem pak pekl celý svůj život. Učil jsem se ještě s ědou Včelaříkem. Bydlel jsem ve Vrbně hned vedle. Chodil

jsem do práce v jedenáct v noci. Do rána jsme měli napečeno a pak se pečivo v nůších na kolech rozváželo. Základem byl samožitný chleba a housky. Pečivo je dneska všelijaké, ale tehdy jsem zadělával mlékem a do těsta přišel ilůj, rozetřený s cukrem do pěny, a slad. To byly panečku houstičky! A pekařskou zkoušku jsem skládal v Lounech u pana Stolína. To se ještě zadělávalo ručně. Postavili nás před troky, dostali jsme deset kilo mouky a museli jsme říct, co dál potřebujeme, kolik omastku a další ingredience. Pan Macura dával na jeden kilogram mouky osm deka tuku, tři a půl deka cukru a to vám byla doopravdy kvalita. To dneska do těsta nepřijde nic a i tu sůl ošídí. Chleba byl kulatý dvoukilový a kilový, veky dlouhé, taky dvoukilové a kilové. Po všich se nejvíc prodávaly pecny velké kulaté. Mimo chleba a pečivo jsme pekli také luxus. To byly záviný z listkového těsta, koblihy a loupáčky, ty stály padesátník, a to byly loupáčky. To teď dělají hotové lazary. Taky šátečky byly jako malované. Tehdy byly oblíbené precíčky. Sladké byly zakroucené jako brejle a ty slané v kroužkách. Pekly se z dvaceti kil, každou sobotu jsem je rozvážel po hospodách.

Za války jsem pekl v Kačici na Kladensku. Tam jsou blízko Lány. Zrovna jsem jel na kole s nůši s pečivem do Srb a Tuchlovic, když tu najednou potkám dva koně, celé černé, nůbl kočár, a v něm seděl muž s čepicí kšiltovkou. Byl to protektorátní prezident Emil Hácha. Seděl v kočáru uprostřed, po levici i po pravici zdravotní sestru, na kolech kočár doprovázeli dva četníci. A pan prezident volá: „Nazdar, pekaříčku, dej nám houstičku.“ Inu to víte, tenkrát se děla všelijaká slota. Raději jsem hned sundal nůši a dal panu prezidentovi i každému, i panu kočímup opanavé housce. Taky jsem doprovázel Jana Masaryka na cestě poslední. Když ho vezli na lafetě do Lán, všechno jsem viděl z koruny stromu. Jana Masaryka jsem měl rád, navštěvoval rodinu Suchých ve Slavětíně. Byl to srdečný a čestný politik.

Oženil jsem se v sedmatřiceti letech. To jsem pekl ve Vraném, chlapi měli dvanáctihodinové směny a ženy, které tam byly tři, měly osmihodinovky.

A tam jsem se seznámil s manželkou. Ona byla rozvedená, protože si první vzala komeňička - vožralku. A tak jsme to dali dohromady a byli jsme spolu dvaatřicet roků. Je to tři roky, co manželka zemřela. Máme dceru, která pracuje v Plusu a vnuka Jana, ten pracuje v Bělušicích a jeho paní na okrese. Vnuk Radek dělá v Plzni nástrojaře, a jeho žena je na sále ve fakultní nemocnici.

Později jsem 32 roků pekl ve Zlonicích. Zásobovali jsme přes půl slánského okresu. Pro chleba

ředitelka mne dala na pokoj s Vlastíkem Durasovým. On je z Telec a já ze Hřivčic, známe se od klukovských let. My si to užíváme! A té srandy, co zažijeme. A zpíváme si. Nejraději ty písničky chlupatý. Že nevíte, co je chlupatá písnička? Treba tahle: -Haj husičky haj, Gottwald nám dal ráj, Zápotočský práce fůru, Jankovcová flašku rumu. Máme Prahu stověžatou a v ní Martu prdelatou.- Martička Gottwaldová byla tehdy první dáma. Když jsem tuhle písničku zpíval v hospodě v letech padesátých, něja-



Dva šťastní obyvatelé lounského domova důchodců: Vlastimil Duras z Telec a Miroslav Růžička ze Hřivčic (vpravo) byli přátelé už jako kluci. Nechybí jim nápady ani humor.

si pravidelně jezdila komunistická smetánka. Když jsem jim dal blýskavý voňavý pecen do nůruče, hládili ho a chovali jako miminko. Po listopadu jich dost zavřeli a ve mně byla malá dušička, že je řada i na mně. Ale já naštěstí v žádné partaji nikdy nebyl. Jenom u chovatelů drobného zvířectva a u hasičů. Posledních deset let jsem vyučoval mladá děvčata a chlapce. Poslouchali mne, byli hodní. Já jsem jim zpíval, oni mně, práce nám šla od ruky. Nejraději měli chlupatý písničky.

Na důchod jsem se vrátil do Hřivčic. Zedník pan Něbl mi povídá, člověče, postavíme pec, budeš zase péct! A já opravdu po listopadu 1989 ještě dva roky pekl. Peruc brala 150 bochníků, náš chleba se vozil dokonce do Prahy.

Tady se mi líbí. Měl jsem štěstí, paní

ký Novotný mi povídá, máš štěstí, že jsi to ty. Zpívat to jiný, tak už by byl zavřenej.

Tady v domově jsou moc prima lidi. A na Štědrý den u nás obědval dokonce pan starosta s rodinou. Úplně se mi chtělo naložit toho jeho šikovného chlapečka na babičkovský vozejk a že půjdeme chodbami a za mnou muzikanté a budou vyhrávat Narodil se Kristus pan...No ale pak byl jiný program, tak panu starostovi povídám, postavme tady v domově pekařskou pec. Treba jen malou. A on, že má domovsmulovu s panem Stolínem. Ale my bychom mu ten kšeft přece ne-kazili, my bychom si pekli pro radost, aby to tu krásně vonělo a přitom by se vzpomínalo, na ty staré poctivé pekařské časy.“

Připravila Květa Tošnerová



cesta za zdravím

■ **Připravuje Lékárna Na Šíroké, ulice Kosmonautů 2303, Louny**



■ **Nesprávný životní styl a zdraví**

Současný životní styl vespělých zemích se vyznačuje nedostatkem tělesné práce, pohybu, častými psychickými stresey, kouřením a je doprovázen nadbytkem velmi snadno dostupných a energeticky bohatých potravin. Tyto faktory negativně ovlivňují zdravotní stav jednotlivce i celé populace. Zvláště teď, po Vánocích, je důležité si připomenout, co vše nám porušení pravidel správné výživy přináší. Pokusíme se také najít společné způsoby, jak tyto hříchy napravit.

■ **Čím trpíme v souvislosti s nesprávnou výživou?**

1. Poruchami zažívání

Nedostatečná funkce zařizovacího traktu vede ke zhoršení příjmu vitamínů a minerálů. Nesprávná výživa a stres také zvyšují riziko vzniku chronických zánětů, vředových chorob a rakoviny. Při nedostatečné aktivitě trávicích enzymů pak dochází k překyselení žaludečních šťáv při trávení sladkých jídel a pocitu „těžkého žaludku“ po tučných masitých jídlech. Je-li z jakéhokoliv důvodu narušena činnost střev, zvláště tlustého, objevuje se zácpa.

2. Nadváhou

Nadváha vzniká v důsledku nadměrného příjmu energie a nedostatku fyzické aktivity, významně zvyšuje riziko vzniku následujících onemocnění: cukrovky, dny, artrózy, infarktu a mozkových příhod. Problém zvyšování tělesné hmotnosti se objevuje jako vedlejší účinek i u některých skupin léků. Také s věkem se dostávají změny v organismu způsobují přibývání tělesné hmotnosti. Významné místo při vzniku nadváhy zaujímá také dědičnost.

3. Špatnou funkci ledvin

Ledviny zatížené nadměrným množstvím kuchyňské soli a zplodin ze zpracování bílkovin a poškozené nedostat-

kem tekutin, přestávají plnit svou funkci, což může být příčinou: vysokého krevního tlaku, chronických zánětů ledvin, dny, močových a žlučnickových kamenů.

4. Špatnou funkci jater

Játra „proplachovaná“ alkoholem, ničená ukládaným tukem a především přetížená likvidací nepřírodních chemikálií, přijímaných stravou (ve stáří a v nemoci také léků), jsou postupně vyřazována z funkce. Důsledkem je celá řada poruch zdraví.

5. Zhoršením tolerance ke stresu psychickému i fyzickému

6. Zkrácením dosahovaného věku

Téma jen natolik rozsáhlé, že jsme si dnes určili základní členění tohoto širokého zdravotního problému. V dalších pokračováních se věnuji jednotlivým skupinám blíže. Přistě se podíváme na problém, který alespoň jedenkrát potká každého v životě, ať již z důvodu cestování nebo malého hříšku v životospřávně. Jde o poruchu vyprazdňování - zácpu.

Do nového roku vykročíme s chutí po naší cestě za zdravím a nebojme se předsevzeti, která mohou kladně ovlivnit kvalitu a délku našeho života.

Mgr. Petr Štola (lékárník)

hospody a hostinští



Lubeneč, kterým prochází hlavní tah Praha – Karlovy Vary, má restaurační zařízení tři. Prímov městečku najdete restauraci Včelín a pivnici V Bunkru. Směrem na Jelení je klasický Motorest Oasa.

■ **Motorest Oasa**

Motorest se nachází přímo u silnice I. třídy Praha – Karlovy Vary, sedmdesát procent návštěvníků tvoří lidé, kteří se zastaví cestou. Šedesát procent hostů jsou Češi, 25 procent Rusové, pak Angličané, Holanďané a Němci. Ve všední den je otevřeno od 9 do 21 hodin, o víkendu o hodinu déle. V Oase se stravují i zaměstnanci místních firem, například Lutosu či Lukry (motorest vznikl rekonstrukcí závodní jídelny Lutosu), ve všední den se uvaří na 150 jídel.

Jídelníček v češtině, angličtině, ruštině a němčině inzeruje desítku hotových jídel a bohatý výběr na objednávku, s cenou od 50 do

mecké kuřecí řezy (přírodní kuřecí plátek s vložkou z drůbežích jater a žampionů) jsou vyhlášené, podobně jako Medailonky Oasa s kuřecím masem, pravou svíčkovou a sázeným vajíčkem. Milovníky masa zaujme steak menu s osmi druhy. Porce o větší hmotnosti jsou připravovány z pravého roštěnce nebo vepřové pečeně. Myslí tu i na vegetariány – jídelníček nabízí čtyři bezmasé pokrmy, podle přání připraví hostu i zeleninovou mísu.

Pivo Krušovice 10 mají za 17 korun, stejně jako Mušketyra. V nabídce je i pivo tmavé a 12 druhů nealkoholických nápojů, nealko pivo je samozřejmostí. Z osmi



Živý inventář lubeneckého Bunkru - Jan Gucký a jeho nejvěrnější přítel - půllitr dobře ošetřeného Braníka.

český standard, „je přesvědčen po téměř třicetiletých zkušenostech vedoucí motorestu Josef Pospíšil. Je hrdý, že se kuchařem a číšníkem učil právě u pana Přemysla Králíčka, který dělal dlouholetě vedoucího u motorestu proti kostelu. Roku 1978 pan Pospíšil absolvoval střední hotelovou školu v Mariánských lázních. „Podnikání pohostinství je podobně složité jako v zemědělství, jen s tím rozdílem, že zemědělec má dotace, což v pohostinství nehrozí. Dělán tuhle práci celý život a dělám ji rád. Snad se časem situace zlepší.“

Celková kapacita je 90 míst u stolu (35 v restauraci, 30 v salonku, zbytek ve stylové pivnici s loveckými trofejemi). O provoz se stará sedm zaměstnanců. V salonku se konají rodinné oslavy, svatební hostiny. Silvestr tu neslaví. O letní sezóně je hodně napilno a tak zaměstnanci vybírají zasluženou

dovolenou většinou o Vánocích. Místní obyvatelé, hlavně nimrodí a myslivci, se scházejí v pivnici, kde je prostředí osobnější a domáctější. V neděli přicházejí na oblíbenou partičku mariáše. „Základem je kvalitní jídlo, kvalitní obsluha. Hosta nesmíte zklamat. Musí odcházet spokojený, s chutí se k nám vracet,“ uzavírá vedoucí.

■ **V Bunkru**

Útočiště místním pivařům skýtá ne příliš přepychová, o to však útulnější pivnice V Bunkru. Najdete ji hned přes ulici naproti Včelínu. Už při vstupu se ozývá bodrý hláhol. Nad zelenými kytičkovanými vixlajvantovými ubrusy družně besedují, pokušují a popíjejí chlapi nejruznějšího věku. Ti mladší byli zpočátku opatrní, a tak se slova ujal štamgast, který se představil jako Honza Gucký od Šluknova.

„Miluju tuhle hospodu. Míra vynikající, pivo dobře ošetřené. Mám tu kamarády. Pijem, hádáme se, usmíváme a je nám spolu krásně. Kam se hrabe manželství. A věřte, vím, o čem mluvím, rozvedený jsem potřetí. Já měl smůlu na ženský, i na soudkyně,“ rozpráví pan Gucký, který většinu života jezdí autem. Bunkr ho přitahuje pro srdečné prostředí, o ostatních restauračních zařízeních prohlašuje, že prý se tam drží „chladní Angličané“.

Mladá hostinská Michaela Čechová malovala původně porcelán, ale v porcelance propouštěli. Výpověď dostala i ona. „Od 1. prosince má Bunkr v pronájmu. Baví mne to víc než v porcelance. Navíc je to práce v místě,“ libuje si, když čepuje Braník. Desítku

pořídíte za 14, dvanáctku za 16 korun. Štamgasti se rekrutují z místních pracantů. Přicházejí i šipkaři, každý pátek tu pánové hrají karetní hry. Svůj kout mají fotbalisté, nad jejich stolem se tyčí celá stěna pohárů a soutěžních trofejí. „My jsme tady vlastně všichni fotbalisti, kopeme to do sebe!“ – hláholi chlapi jako jeden muž a stále přicházejí další. „Základ nabídky je pivo, z tvrdého se v Bunkru vypije nejvíce vodky a zelené. Každý večer se tu sejde tak patnáct hostů. Otevřeno je denně od 11 do 22, v sobotu do 23. A hladoví? Ti mohou dostat tlačenkou, utopence, anglickou slaninu nebo nakládaný hermelín,“

seznamuje s menu paní hostinská. „Co tu řešíme nejčastěji? Hodně se bavíme o práci, to vždycky všechno důkladně probereme. Taky rádi vaříme a tuhle s velkým mistrem se bavíme o velkých kozách. V neposlední řadě řešíme vládní politiku, zda bude vládnout to neštěstí, co tam teď je, nebo se smilujem a ujmeme se vlády my. A to všechno patří sem k nám, do Bunkru. A ještě vám povím tři hlavní pivařské lži. První zní: -Jdu na jedno.- Druhá lež: -Dopijem ajdem.- A ta třetí? No přeci -Zeitra přestanu chlastat!-“ poučuje mne pan Gucký a potutelně se culí pod kníry.

Píše Květa Tošnerová



Restaurace Včelín... Majitel si článek nepřál, takže jen orientačně: V tradiční lubenecké restauraci při hlavní silnici se nevaří, zato je v nabídce široký sortiment studené kuchyně. Čepují tu jedenáctku Žatec, Gambrinus a Staropramen. Z tvrdého oblibují hosté Stalinovy slzy. V 17 hodin ve výčepu seděli tři hosté, každý zvlášť. Vedle v salonku s „muzikboxem“ jsem nad collou zastihla Kamila Baiera a Václava Kolihu. „Je to kousek od baráku, není to tu zahulený, i když, jak kdy. Dá se tu sedět, poslouchat muzika,“ říká Kamil. „Také patřím k občasným víkendovým hostům, i mně vyhovuje zdejší jukebox,“ konstatuje Václav.



Pan vrchní Bohumil Holý pracuje v Oase dvanáctý rok, do práce dojíždí z Drahonice.

200 korun. V den méně návštěvy byla polévka hovězí, slepičí a gulášová. Pokud máte rádi ryby, vybírali byste ze tří různých úprav pstruhů, kaprů. Lákavá jsou jídla drůbeží, kterých je čtrnáct, přičemž Zá-

druhů teplých nápojů si řidiči nejčastěji dávají presso. Také jsem ochutnala, bylo znamenité, proto jsem se zeptala odborníka, jakou světovou značku upřednostňuje. „Nejlepší káva je kvalitní klasický