

ŠKOLSKÝ ČASOPIS

2024 - 2025



Hotelák

2. ČÍSLO

Obsah

ÚVOD

A je to tu, priatelia!

HOTELKA TEAM DAY

Parádna zábava pre všetkých hotelákov

HOTELÁCI V TALIANSKU

Spoznávame svet

LYŽIARSKÉ VÝCVIKY PRVÁCKYCH TRIED

S úsmevom na horách

SLÁVNOSTNÝ BANKET

Gastronomický zážitok

WINTER CUP 2025

Ľudovít Winter by bol hrdý.

ZA BAROM S PRÍBEHOM

Talentovaná hoteláčka

TAJOMSTVO ŠKOLSKÉJ KAVIARNE

Zo života na škole....

PREČO BY SME MALI VIAC ČÍTAŤ

Marec - mesiac knihy

ANOTÁCIE KNÍH

Prečítajte si

EKO AKTIVITY

Úspešní Ekohoteláci

BÁSNE

Posledné...

ROZPRÁVANIE PRÍBEHU

Keď láska bolí

NÁPADY NA ZDRAVÉ RAŇAJKY

Hanka radí, čo raňajkovať

MANGOVÝ POHÁR

Recept Elišky Marlengovej

TIPY NA LETNÉ DOMÁCE LIMONÁDY

Osvieženie na horúce letné dni



A je to tu, priatelia!

Konečne nastáva ten magický čas, keď učebnice a zakladače s poznámkami miznú pod posteľ, zvonenie prestáva desiť a slovo test sa mení na testovanie chuti zmrzlín. Leto klope na dvere tak hlasno, že ho už počujú aj v školskom bufete.

V tomto vydaní nášho časopisu sme pre vás nachystali poriadnu jarno-letnú zmesku — básne, poviedky, tipy na limonády (ktoré vás osviežia viac než prievan na chodbe), tipy na raňajky, recept na dezert, ktorý by si zaslúžil vlastnú fanúšikovskú stránku, návody, ako prežiť stres bez toho, aby ste začali komunikovať len cez emoji. Keby vám to bolo málo, pozrieme sa aj do Talianska — áno, tej krajiny, kde je pizza oficiálny národný poklad, pripomenieme si lyžiarsky výcvik prvého ročníka, hotelka team day...



**TAKŽE SI NALEJTE NIEČO STUDENÉ, VYLOŽTE NOHY NA STÔL (KÝM VÁS NEVIDÍ UČITEĽKA)
A UŽITE SI NAŠE NOVUČIČKÉ ČÍSLO.**

**PRAJEME VÁM KRÁSNE PRÁZDNINY, VEĽA SLNKA,
DOBRODRUŽSTIEV A MINIMUM SPÁLENÝCH CHRBTOV.**

Vaša (už takmer prázdninová) redakcia

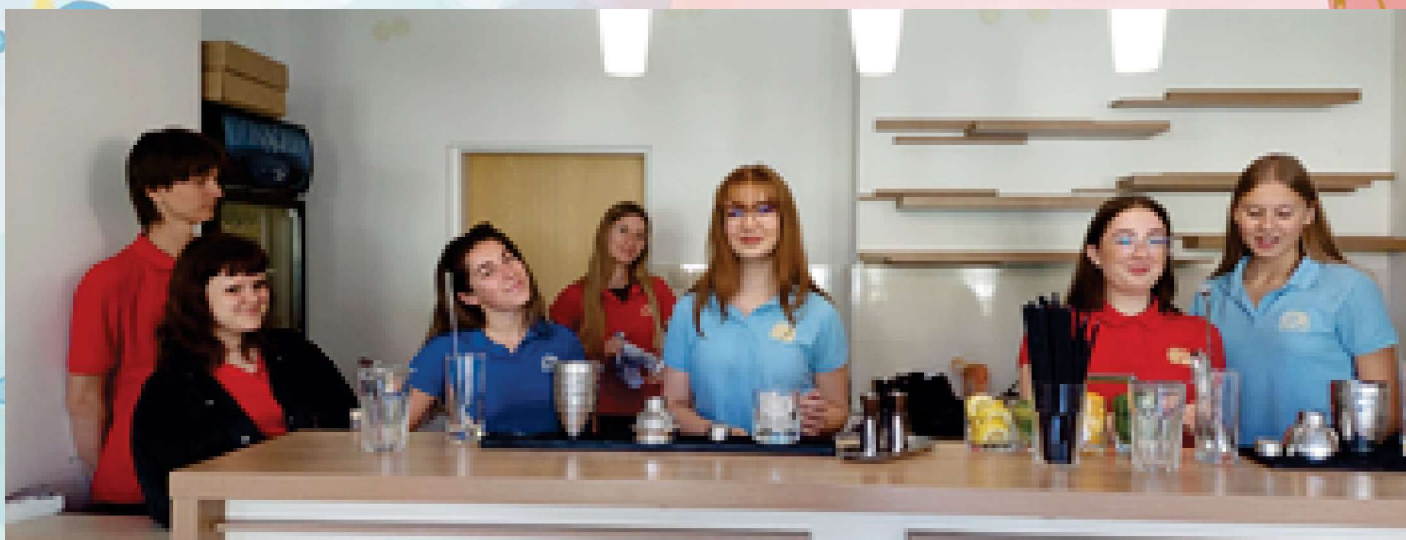
Hotelka Team Day



Vo štvrtok 12. 06. 2025 sa v areáli našej hotelky už po druhýkrát uskutočnil Hotelka Team Day. Tento deň je výnimočný najmä preto, že ho hoteláci môžu stráviť spoločne so svojimi spolužiakmi pri aktivitách podľa vlastného výberu. Aj tento rok si mali možnosť vybrať z bohatej ponuky – mohli tancovať či športovať, učiť sa jazyky zábavnou formou, vyskúšať a naučiť sa nové odborné zručnosti alebo sa porozprávať s výchovnou poradkyňou či pani psychologičkou o veciach, ktoré ich zaujímajú.

O tom, ako to vyzeralo, slovom i obrazom porozpráva nasledujúca reportáž.

NEALKO BAR



Dokonalé osvieženie v horúcom už takmer letnom dni priniesli nealko drinky namiešané hotelákmi v rámci aktivity „Šejkni si“.

R: Ako sa Vám pracuje?

NV: Veľmi dobre, študenti majú záujem miešať drinky, čo je veľké plus.

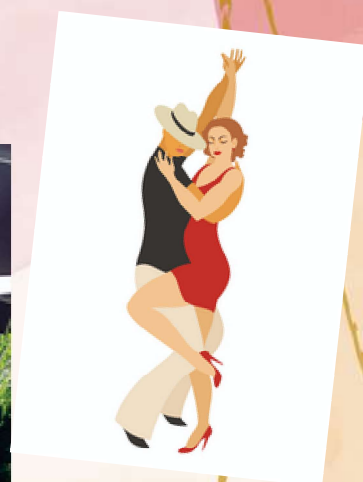
R: Aká je ponuka Vášho baru?

NV: Miešame nealko Piňa coladu z kokosového mlieka a ananásového džúsu a taktiež osviežujúci drink z broskyňového pyré a citrónovej šťavy.

SALSA



Temperamentné rytmy salsy rozhýbali asi päťdesiatku hotelákov v slnečnom átriu školy pod vedením kolegynky Katky Pechovej. Kombinácie krokov pomotali nielen nohy, ale mnohým tanečníkom aj hlavy. 😊



SILOVÝ TROJBOJ



Silový trojboj prilákal najmä chlapčenskú časť študentov. Svoje sily a schopnosti si zmerali pri zhyboch na hrazde, skoku do diaľky znožmo z miesta a v hode plnou loptou spoza hlavy z miesta. Záver predstavoval zápas dvoch družstiev vo futbale.

KÁVA A ČAJE NA L'ADE



Kávu i čaj netradičným spôsobom podávali v našej kaviarni. Študentov prilákala možnosťou naučiť sa i ochutnať niečo nové. V ponuke bolo napríklad obrátené cappuccino, frappe či espresso tonic.

ČARDÁŠ



Nielen tance Latinskej Ameriky dokázali rozhybať hotelku. Aj náš folklór preveril kondičku študentov. Veselý čardáš mnohých presvedčil, že ani „diskotéky“ našich predkov zďaleka neboli nudné.



JOGA



Harmonické prepojenie tela i duše mali možnosť zažiť hoteláci v príjemnom a pokojnom prostredí školského ovocného sadu počas cvičenia jogy. Namaste...



PEČENIE



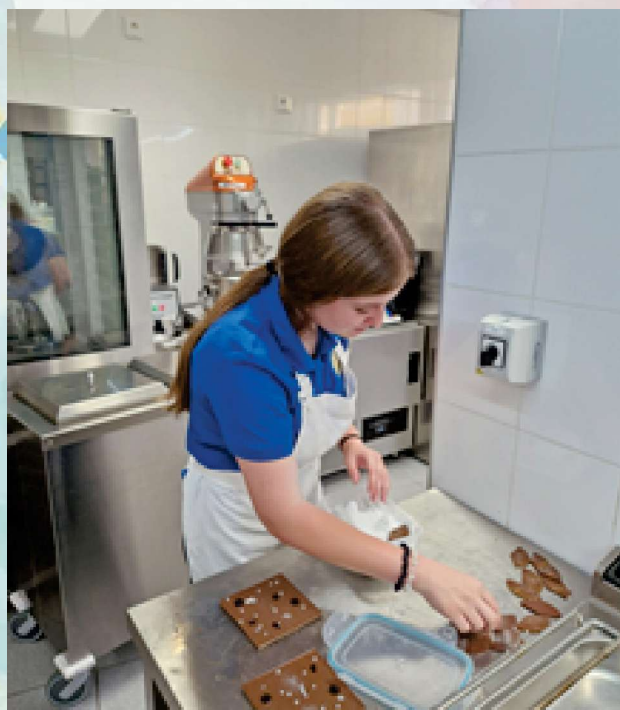
Sladké potešenie v podobe makróniek, choux au craquelin či pavloviiek si vychutnávali žiaci v pavilóne odborných predmetov pod vedením pani profesorky Sedlákovej, Španárovej a Jánoškovej.





ČOKOLÁDA

Vôňa čokolády priviedla žiakov do priestorov K4. Tu si pod vedením pani profesorky Varšavovej prišli na svoje nielen maškrtné jazýčky. Čokoládové mandaly, pralinky, zdobené tabličky či srdiečka z horkej i mliečnej čokolády ulahodili i oku.



TALIANČINA, RUŠTINA A FRANCÚZŠTINA INAK



Takmer dovolenkovou atmosférou dýchala učebňa, v ktorej sa žiaci učili taliansky jazyk, a to hlavne vtedy, keď sa jej priestormi vznášala melódia známeho evergreenu „Che sará“.



Láska bola inšpiráciou pre umelcov už od nepamäti, preto určite mnohých ani neprekvapilo, že známa pesnička ruskej speváčky „Milión červených ruží“ sa zakladá na pravdivom príbehu nešťastnej lásky maliara k istej chudobnej speváčke.



Atmosféru parížskeho Champs-Élysées mohli zažiť žiaci v učebni Oxford. Francúzsku eleganciu, vkus a štýl napokon pretavili do podoby kvetinových ikebán z pestrých jarých kvetov.



Hoteláci v Taliansku

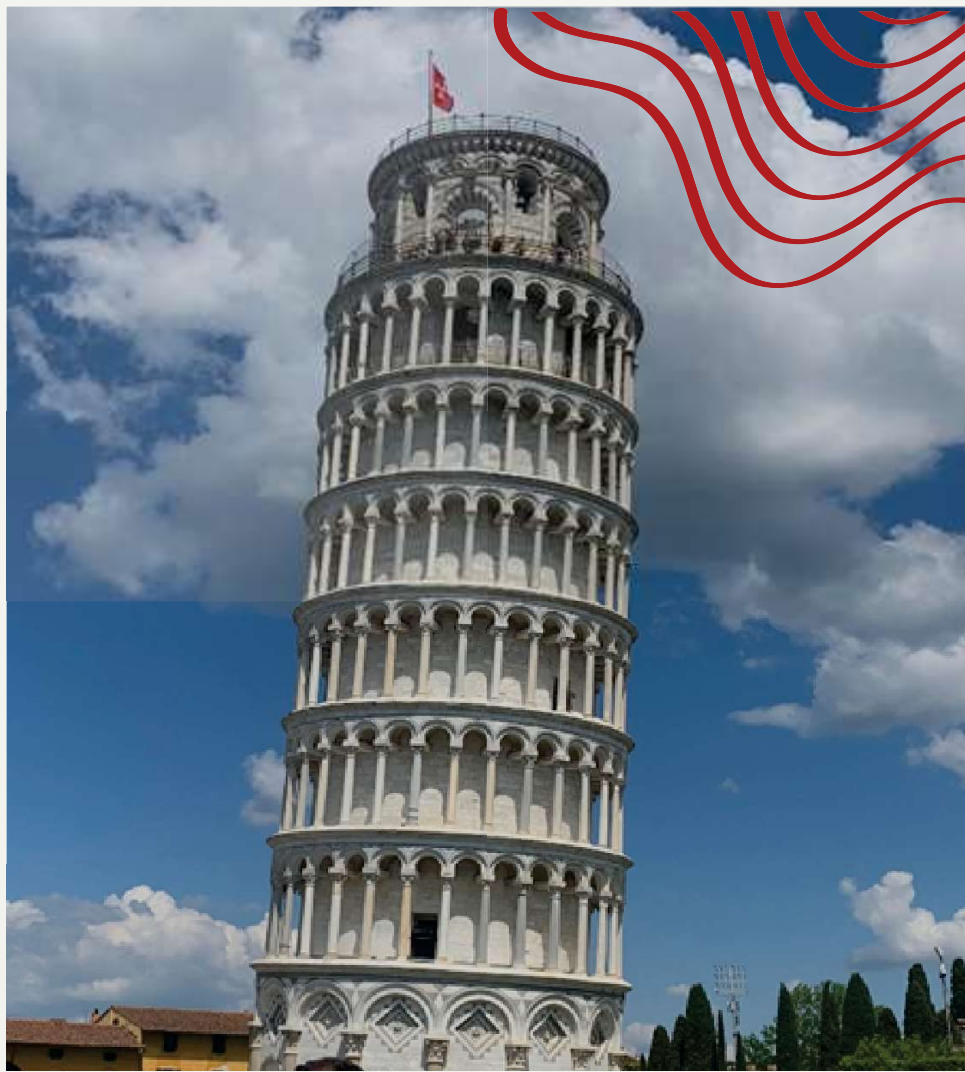


Výlety do zahraničia sú niečím, čo na našej škole skrátka nemôže chýbať. Ani tento rok tomu nebolo inak. Žiaci štvrtého a tretieho ročníka sa vybrali objavovať krásy a skryté zákutia Talianska.

Náš výlet začal v Piešťanoch vo večerných hodinách. Mali sme pred sebou dlhú a náročnú 12-hodinovú cestu, na konci ktorej nás, v ranných hodinách, privítalo toskánske mesto Lucca. Skrytými krásami tohto historického mesta nás sprevádzala naša milá sprievodkyňa. Našou prvou zastávkou sa stali hradby obkolesujúce celé mesto, postavené v období renesancie. Pokračovali sme prehliadkou Katedrály sv. Martina a Chrámu sv. Michaela na fóre. Dozvedeli sme sa veľa o ich histórii, vzniku a, samozrejme, neodišli sme bez prvej spoločnej fotky.

Nevynechali sme ani námestia a menšie kostolíky typické pre mesto. Na námestí Piazza dell' Anfiteatro nás čakal rozchod. Voľný čas sme využili na blúdenie uličkami mesta, nákup suvenírov, spoznávanie ďalších historických pamiatok a, samozrejme, na dlho očakávanú kávu a raňajky. Po rozchode nás čakal presun na vlakovú stanicu, odkiaľ sme sa vlakom presunuli do mesta Pisa.

Už počas cesty zo stanice nás Pisa víťala výhľadom na svoju ikonu - Šikmú vežu. Po niekoľko minútovej ceste sme dorazili na Námestie zázrakov, ktoré bolo plné dominant mesta. Okrem Šikmej veže sme videli katedrálu mesta a Baptisterium sv. Jána. Po oboznámení sa s ich históriou sme mali čas na preskúmanie námestia, fotenie a zaslúžený oddych. Následne sme sa spoločne vybrali do ulíc mesta, kde nám naša sprievodkyňa porozprávala o jeho histórii a o ďalších stavbách. Keďže sa blížil čas večere, čakal nás rozchod, počas ktorého sme mali možnosť ochutnať slávnu taliansku kuchyňu. Po rozchode naše ďalšie kroky smerovali k autobusu, ktorý nás zaviezol na ubytovanie v meste Montecatini-Terre.



Druhý deň sme strávili v pobrežnej oblasti Cinque Terre. Naše kroky smerovali do dedínok Riomaggiore, Vernazza a Monterosso al Mare. Medzi dedinkami sme sa presúvali vlakom. Prekvapilo nás teplé počasie a veľké množstvo schodov, no krása týchto dedínok všetko vynahradiť. Čakali nás úchvatné výhľady na more, farebné domčeky, kostoly a nové talianske špeciality. Deň sme zavřili vytúženým kúpaním v mori a unavení, no plní zážitkov, sme sa vo večerných hodinách presunuli späť do hotela.

Náš tretí a zároveň posledný deň sme zavřili dlho očakávanou návštevou perly Toskánska - Florencie. Dostať sa do centra mesta nebolo príliš zložitú, presúvali sme sa električkou. Po vystúpení na hlavnej stanici tak mohlo začať ďalšie objavovanie. Florencia nás víťala svojimi unikátnymi bazilikami a veľkým množstvom turistov v uličkách. Dozvedeli sme sa mnoho o histórii mesta a jeho známych osobnostiach. Navštívili sme napríklad Baziliku svätého Vavrinca, významnú stavbu kedysi mocného rodu Mediciovcov. Najviac nás však ohúrila najvýznamnejšia stavba mesta - Dóm Santa Maria del Fiore.

Nezabudli sme ani na významné námestie Piazza della Signoria s množstvom krásnych sôch a bývalým palácom rady mesta. Pokračovali sme na nádvorie známej galérie Uffizi, odkiaľ sme mali výhľad na najznámejší most Florencie – Ponte Vecchio. Tu vznikla posledná z mnohých spoločných fotiek nášho výletu a mohli sa začať naše posledné voľné chvíle v Taliansku. Počas rozchodu sme mali možnosť doplniť si sily obedom, preskúmať záhrady mesta, ďalšie pamiatky a v neposlednom rade dokúpiť suveníry. Následne nás čakal presun späť k autobusu električkou a dlhá cesta domov.



Z Talianska sme odchádzali plní zážitkov a krásnych spomienok. Mnohí z nás s pocitom túžby vrátiť sa. Veľká vďaka za tento úžasný výlet patrí našej sprievodkyni a, samozrejme, aj našim profesorkám, ktoré nám umožnili tento výlet absolvovať. Tešíme sa už na ďalšie podobné príležitosti spoznať svet!

Lyžiarsky výcvik v Jasnej



3. marca sme sa zúčastnili lyžiarskeho výcviku v Jasnej. Po ceste sa síce vyskytli kolóny, ale dobrá nálada nás sprevádzala celý čas.

Ubytovávanie bolo trochu hektické, ale so vzájomnou pomocou sme sa úspešne vylodili. Ešte v ten deň sme aj zašli na svah, sneh bol super.

Na ďalší deň sme sa nešťastne prebudili na zvuk budíka, pri informácii že ranná rozcvička bude o desať minút, bolo nejednému z nás zle. Na druhej strane sme lyžovali iba v tento deň dvakrát denne, snehové podmienky nám to, žiaľ, neskôr nedovolili.

Mali sme aj súťaž v choreografii, jediný právoplatný výherca bola choreografia „Jabĺčko” od Kristíny.

V stredu popoludní už boli horšie podmienky na svahu, tak sme išli na túru. Podobne tomu bolo aj vo štvrtok. Všetci sme sa však dostali aj na Chopok, odkiaľ bol nádherný výhľad na Vysoké aj Belianske Tatry, ba aj krásy Horehronia. Večer sme oslavovali spolužiačkine narodeniny, zabávali sme sa a smiali sme sa na spoločne prežitých zážitkoch. Bolo nám skvele a radi by sme si podobný výlet zopakovali. 😊

Ďakujeme za skvelú organizáciu pánovi profesorovi Berlanskému, pani profesorke Jánoškovej a pani profesorke Jančovej.

I. B + I. C



Naša lyžiarska jazda plná smiechu, zážitkov a tanca



Keď sme sa balili na lyžiarsky výcvik, málokto z nás tušil, čo všetko nás čaká. Sneh, lyže a zima – to sme čakali. Ale to, čo sme si z Jasnej odniesli, bolo oveľa viac než len pár vylepšených oblúčikov na svahu.

Hneď prvý deň nás privítali krásne zjazdovky rôznych úrovní – od modrých, kde sme si precvičovali techniku, až po náročnejšie červené a čierne svahy, ktoré dali zabrať aj tým najskúsenejším z nás. Každý deň sme objavovali nové možnosti a tajomstvá Jasnej, spoznávali terén, výhľady a atmosféru tohto úžasného strediska. Nezabudnuteľným zážitkom bola aj návšteva Chopku – stáť tam hore, obklopený bielou krajinou, bolo ako byť na vrchole sveta. Vietor, ticho a výhľad, ktorý sa nám navždy vryl do pamätí.

Po dni plnom športovania nás čakal večerný program – a ten stál za to! Jeden večer sme mali tému „Let’s dance“. Všetci sme sa zabávali, tancovali, smiali a, samozrejme, nevynechali sme ani legendárnu Makarenu! V tej chvíli nezáležalo na tom, kto tancuje dobre a kto nie – boli sme tam spolu, uvoľnení, šťastní a úplne bez hanby.

A keď program skončil, noci patrili nám. V izbách sme trávili čas s kamarátmi, rozprávali sa do noci, hrali spoločenské hry a smiali sa tak, že nás ráno boleli bruchá viac než nohy z lyžovania. Tie chvíle, keď sme len tak boli spolu, si budeme pamätať asi najviac.

Počas toho týždňa sme sa ako trieda neuveriteľne zblížili. Už to neboli len spolužiaci z lavíc, ale partia, ktorá spolu prežila niečo výnimočné. Lyžiarsky výcvik nebol len o športe – bol o priateľstvách, spoločných zážitkoch a pocite, že patríme k sebe.

I. D



Slávnostný banket 3.D



Kvetinová oáza

Dňa 21. marca 2025 o 17:00 sa trieda 3.D na Hotelovej akadémii Ľudovíta Wintera v Piešťanoch predviedla vo veľkom štýle. Slávnostný banket s témou Kvetinová oáza očaril všetkých prítomných svojou harmóniou farieb, chutí a atmosféry. Celý priestor bol nádherne zladený do ružovo-béžových tónov, ktoré sa odrážali nielen v dekoráciách, ale aj v kvetoch a sklenených bankách zavesených nad hlavami hostí.

Rodičia si vychutnali exkluzívne päťchodové menu. Najväčšie prekvapenie však vyvolal dezert, pri ktorom sa priamo pred očami hostí odohrala šou s horiacim špeciálnym papierom. Mnohí rodičia boli dojatí a v očiach sa im zaleskli slzy hrdosti.

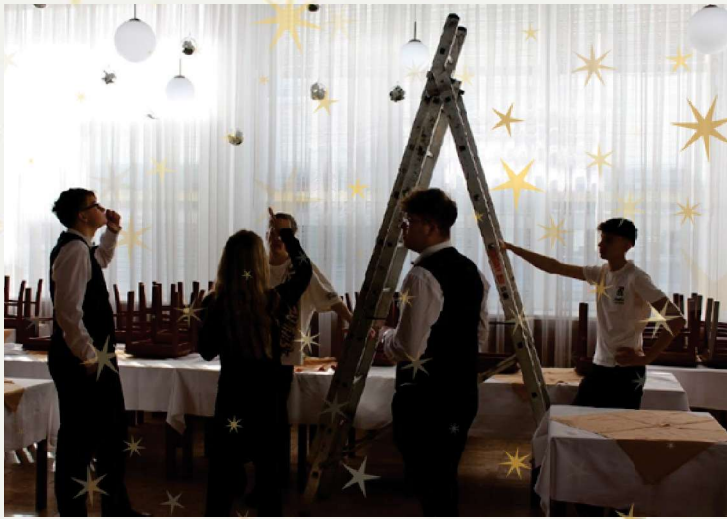
Celý večer spríjemňovala harfistka, ktorej talent vytváral čarovnú atmosféru. Nielen hostia, ale aj my, žiaci, sme si tento výnimočný deň naplno užili – od ranných príprav až po posledné minúty banketu medzi nami panovala dobrá a uvoľnená nálada. Hoci sa krátko pred začiatkom dostavil mierny stres, spoločná práca nás ešte viac zbližila a nakoniec všetko dopadlo na jednotku s hviezdikou.

Na záver banketu pán Milan Elčík, zástupca riaditeľa školy, zhodnotil celý priebeh a pochválil nás za výborne odvedenú prácu. Ako malé poďakovanie si rodičia odniesli na pamiatku kvetinky a fľaštičky.

Po dôkladnom uprataní sme odchádzali domov s krásnymi spomienkami. Celá trieda sa zhodla na tom, že aj napriek menšiemu stresu by sme si tento jedinečný zážitok radi zopakovali.

3.D – TRIEDA, KTORÁ SPOLOČNE DOKÁZALA VYTVORIŤ

NEZABUDNUTELNÝ VEČER!



WINTER CUP 2025

Naša škola zorganizovala výnimočné podujatie, ktoré spojilo vône, chute a mladé talenty zo Slovenska a Česka.

Dňa 15.4.2025 sa na pôde Hotelovej akadémie Ľudovíta Wintera uskutočnil Winter Cup 2025 – jedinečná a prestížna súťaž, ktorú s hrdosťou organizovala naša škola. Toto podujatie nebolo len bežnou súťažou, ale skutočným sviatkom gastronómie a pohostinského umenia. Zišli sa tu mladé talenty z celého Slovenska aj z Českej republiky, aby si zmerali sily vo svojich odbornostiach, zdieľali skúsenosti, a čo je najdôležitejšie – aby sa navzájom inšpirovali.

Do súťaže sa zapojilo približne 140 súťažiacich zo 43 stredných odborných škôl, čo svedčí o tom, že Winter Cup si už vybudoval rešpekt a meno aj za hranicami našej krajiny. Súťažné disciplíny boli rozdelené do piatich hlavných kategórií: čokoláda, čaj, káva, barmanstvo a somelierstvo. Každá z nich priniesla nezabudnuteľné výkony, vysokú úroveň prípravy a predovšetkým nadšenie, ktoré bolo cítiť v každom kúsku vytvoreného dezertu, každej šálke čaju či každom precízne pripravenom drinku.

Naši študenti sa na túto súťaž pripravovali týždne. Každý deň trénovali, skúšali nové techniky, ladili detaily a snažili sa dostať zo seba to najlepšie. Príprava prebiehala pod vedením skúsených pedagógov, ktorí im boli oporou a zároveň sprievodcami na ceste k úspechu. Počas príprav vládla medzi žiakmi výborná atmosféra – nechýbala motivácia, odhodlanie ani radosť z toho, že môžu reprezentovať školu na tak významnom podujatí. Veľmi sa na súťaž tešili a bolo vidieť, že si tento deň chceli naozaj užiť – a aj si ho užili.



Výnimočné výsledky našich študentov

Sme nesmierne hrdí, že Hotelová akadémia Ľudovíta Wintera súťaž nielen organizovala, ale zároveň dosiahla aj krásne úspechy:

V kategórii čaj získala Ninka Canigová skvelé 3. miesto. Jej prezentácia, precíznosť pri príprave a elegantný servis očarili porotu aj publikum.

*V disciplíne barmanstvo sa predviedla Ninka Vlasaková, ktorá svojím profesionálnym prístupom, istotou a pôsobivým vystúpením získala **1. miesto** – čím sa stala doslova hviezdou súťaže!*

Celý deň sa niesol vo veľmi príjemnej a profesionálnej atmosfére. Každá súťažná kategória mala svoj vlastný priestor, odbornú porotu a starostlivo pripravený priebeh. Vzduchom sa niesla vôňa čerstvo pripravenej kávy, sladkej čokolády, voňavého čaju aj kvalitných vín. Barmani predvádzali svoje umenie s gráciou, súťažiaci si navzájom fandili a publikum žilo každou disciplínou.

Nechýbali ani sprievodné aktivity, možnosť ochutnávok a priestor na výmenu skúseností medzi školami, študentmi a odborníkmi z praxe. Všetci účastníci si pochvaľovali organizáciu a vysokú úroveň podujatia, čo nás ako školu veľmi teší a zároveň motivuje do budúcnosti.

Ďakujeme všetkým.

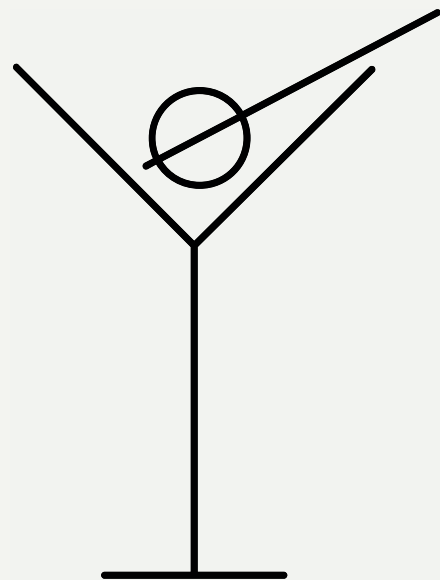
Zvláštne poďakovanie patrí pedagógom, ktorí s obrovským nasadením pripravovali študentov a zároveň pomáhali pri organizácii celej súťaže. Ďakujeme aj partnerom a sponzorom, ktorí nám pomohli vytvoriť prostredie hodné takéhoto významného podujatia.

Winter Cup 2025 bol nezabudnuteľný deň plný talentu, emócií a inšpirácie. Sme hrdí na to, že sme mohli hostiť tolko výnimočných mladých ľudí a zároveň ukázať, že naša škola je miestom, kde sa rodí kvalita, vášeň a budúcnosť slovenskej gastronómie.

Už teraz sa tešíme na ďalší Winter Cup – veríme, že bude ešte väčší, ešte silnejší a opäť plný krásnych momentov.

Nikita Rigová

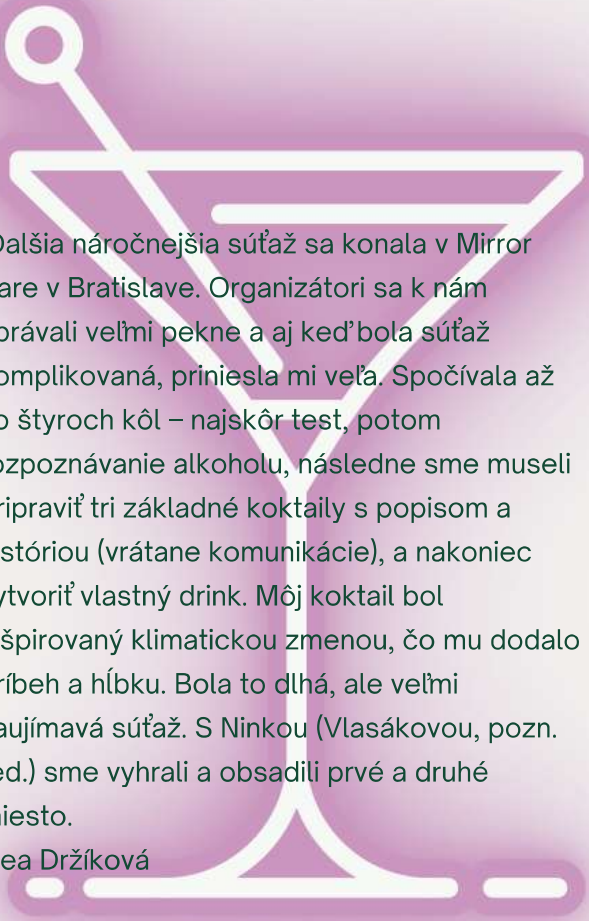
ZA BAROM S PRÍBEHOM



MOJA CESTA BARMANSKÝMI SÚŤAŽAMI

V poslednej dobe som sa zúčastnila viacerých barmanských súťaží, ktoré mi priniesli veľa skúseností, výziev aj radosti. Prvou bola súťaž v Prahe, ktorá ma veľmi príjemne prekvapila. Vládla tam uvoľnená atmosféra, komisári boli veľmi milí a profesionálni, a prostredie, kde sa súťaž konala, sa mi veľmi páčilo.

Cítila som sa tam dokonca uvoľnenejšie ako na domácich slovenských súťažiach. Jednou z náročnejších častí tejto súťaže bolo, že som počas celého kola musela rozprávať, no zároveň to bola zaujímavá výzva a posun na vyššiu úroveň. O to viac ma potešilo, že som získala krásne druhé miesto – bola som prekvapená a nadšená. Veľké poďakovanie patrí pani profesorke Krahulcovej, ktorá ma vždy dôsledne pripravuje.



Ďalšia náročnejšia súťaž sa konala v Mirror Bare v Bratislave. Organizátori sa k nám správali veľmi pekne a aj keď bola súťaž komplikovaná, priniesla mi veľa. Spočívala až zo štyroch kôl – najskôr test, potom rozpoznávanie alkoholu, následne sme museli pripraviť tri základné koktaily s popisom a históriou (vrátane komunikácie), a nakoniec vytvoriť vlastný drink. Môj koktail bol inšpirovaný klimatickou zmenou, čo mu dodalo príbeh a hĺbku. Bola to dlhá, ale veľmi zaujímavá súťaž. S Ninkou (Vlasákovou, pozn. red.) sme vyhrali a obsadili prvé a druhé miesto.

Lea Držíková





Tajomstvo školskej kaviarne

Každý z nás má miesto, kde sa cíti prijatý, kam prichádza so smútkom alebo hnevom, ale vychádza odtiaľ radostný a pokojný. Pre niekoho je takýmto miestom jeho izba, obľúbená reštaurácia či kaviareň. Takú kaviareň máme u nás v škole aj my...

Na prvý pohľad len obyčajná miestnosť - pár stolíkov so stoličkami, barový pult, kávovar, šálky... Avšak pre mnohých z nás je to miesto, kde vzniká stres, strach z neúspechu, z kritiky, z chaosu. Mnohí sem vkročia len zriedka a sú šťastní, keď po skončení vyučovacej hodiny už konečne odchádzajú. No verte či nie, táto kaviareň skrýva omnoho viac než len vôňu kávy či atmosféru stresu. Je plná príbehov, ktoré sa nehovoria nahlas. Príbehov plných slz pred súťažou, príbehov o veciach, ktoré záhadne miznú, príbehov o smiechu uprostred zúfalstva. Je to miesto, kde sa človek učí, zlyháva, ale hlavne rastie.

A možno je teraz ten správny čas odhaliť aspoň jedno z jej tajomstiev.



Najväčším tajomstvom tejto zázračnej miestnosti je to, čo robí s ľuďmi. Z nesmelých prvákov, ktorí sa boja dotknúť kávovaru, pomaly formuje niekoho iného. Niekoho, kto vie, čo robí, niekoho, kto drží konvičku istou rukou, niekoho, kto vie, kedy mlieko spieva a nie kričí. Nie je to však rýchla cesta a rozhodne ani ľahká. Každý z nás vie, že prvé kávy sú horúce - občas viac vďaka nervozite než teplote. Ruky sa klepú a latte art vyzerá ako nešpecifikované abstraktné umenie. Isté však je, že každým ďalším pokusom niečo sadne. pena je krajšia, espresso chuť lepšie a hlavne pocity už nie sú neisté. A práve tu to začína. Nie pri dokonalkej káve, ale pri nedokonalých pokusoch - tie človeka ničia, zneisťujú, ale zároveň posúvajú. Z chýb sa rodí odvaha, každá zlá káva je lekcja, a každá dobrá káva malým triumfom. A takto sa postupne rodí viac než len skvelý barista. Zrodí sa človek, ktorý si začne veriť. Niektorí študenti prichádzajú ako tichí pozorovatelia, boja sa opýtať, skláňajú hlavu a držia sa v úzadí. A o pár mesiacov? Učia iných, radia, stoja za barom so vztýčenou hlavou. Z neistých študentov sa stávajú smelí mladí ľudia, ktorí vedia, čo chcú. A práve toto je skutočné tajomstvo školskej kaviarne. Lekcie v nej nie sú len o tom, ako správne napeniť mlieko. Ale predovšetkým o tom, ako správne napeniť sebadôveru, ako z trémy vyvariť odvahu.

Preto nabudúce, keď vkročíš do školskej kaviarne, možno s obavou či strachom, spomeň si, že každý z nás tam bol prvýkrát. Všetci sme niekedy dávno nevedeli, báli sa a cítili sa stratení. Ale to je súčasť cesty. Školská kaviareň vychováva a vzdeláva ľudí, ktorí sa neboja skúsiť veci po nezdare znova, ľudí, ktorí rastú. A možno raz budeš aj ty človek, ktorý sa sem rozhodne vstúpiť, aby si objavil tajomstvo školskej kaviarne...

Adam Botka

The word "Coffee" is written in a large, elegant, cursive script. A green line, resembling a heartbeat or ECG trace, starts on the left, passes through the letters, and ends on the right. The background of the entire page is a repeating pattern of coffee beans in a light brown color.



Prečo by sme mali viac čítať

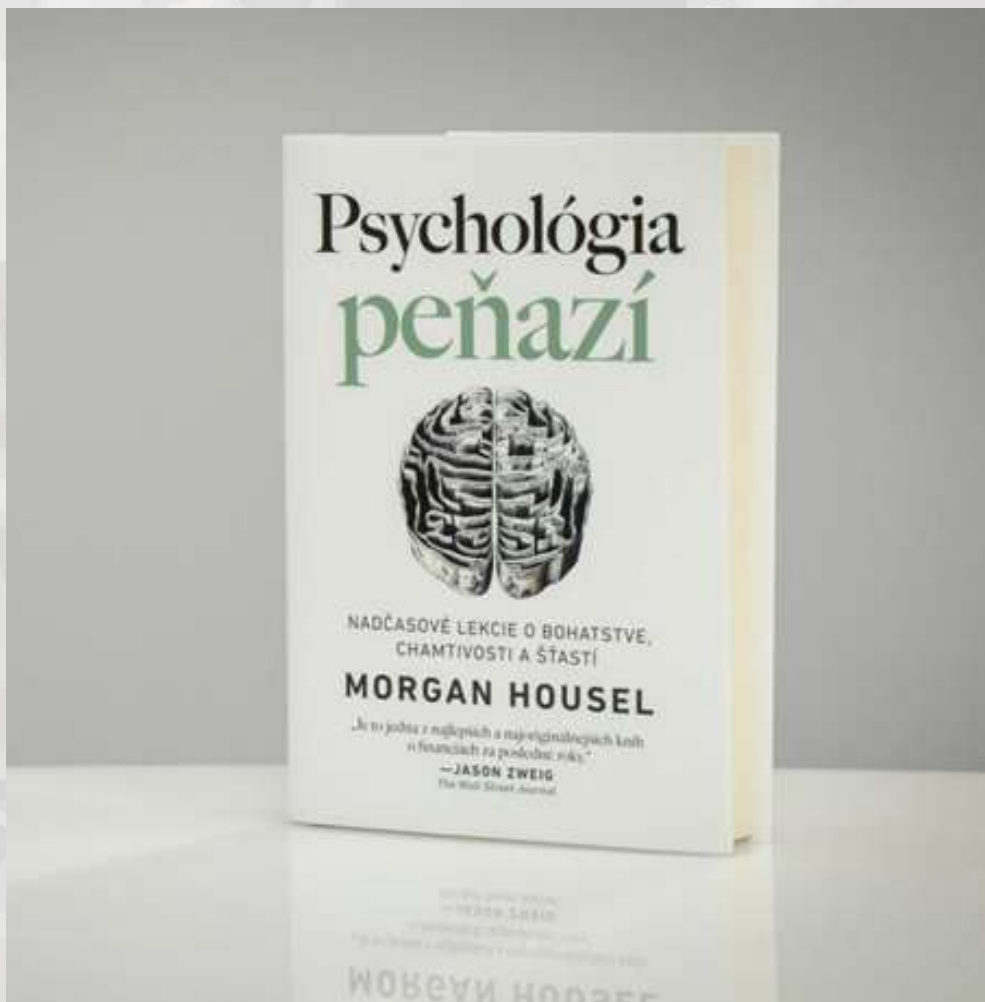
V dnešnej dobe plnej obrazoviek, videí a nekonečného scrollovania na sociálnych sieťach sa čítanie kníh často odsúva na vedľajšiu koľaj. Mnohí z nás siahnu skôr po telefóne ako po knihe, pretože sa zdá, že všetko dôležité a zábavné sa odohráva práve online. No aj napriek tomu všetkému existuje množstvo dôvodov, prečo by sme sa k čítaniu mali vrátiť – a možno mu venovať viac času ako doteraz.

V prvom rade, čítanie rozvíja našu slovnú zásobu a schopnosť vyjadrovať sa. Čím viac čítame, tým viac slov a výrazov si osvojujeme. Knihy nám ukazujú, ako sa dá hovoriť aj písať presne, zaujímavo a kultivovane. Pomáha to nielen pri písaní slohových prác, ale aj v bežnej komunikácii, pri odpovediach na hodinách, ústnych skúškach či pri rozhovoroch so spolužiakmi a učiteľmi.

Ďalšou veľkou výhodou čítania je, že rozvíja našu fantáziu a tvorivosť. Zatiaľ čo film alebo seriál nám všetko ukáže priamo pred očami, pri čítaní si musíme dej, postavy a prostredie predstaviť sami. Vďaka tomu pracuje naša myseľ oveľa aktívnejšie a učí sa vytvárať vlastné obrazy, predstavy a nápady. Práve to je základom tvorivého myslenia, ktoré sa hodí nielen v škole, ale aj v bežnom živote.

Čítanie nás tiež učí sústrediť sa a byť trpezlivejšími. Kniha si vyžaduje čas, pozornosť a schopnosť sledovať dlhší text, čo sú zručnosti, ktoré sa nám v rýchlom svete digitálnych technológií často strácajú. Keď si však zvykneme pravidelne čítať, zistíme, že sa vieme lepšie koncentrovať a zvládnuť aj náročnejšie úlohy bez neustálej straty pozornosti.

A nakoniec – čítanie je aj skvelý spôsob oddychu. V dnešnom svete plnom stresu a informácií je kniha tichým útočiskom, kde si môžeme na chvíľu vydýchnuť, vypnúť od reality a načerpať novú energiu.



Psychológia peňazí

Autor: Morgan Housel

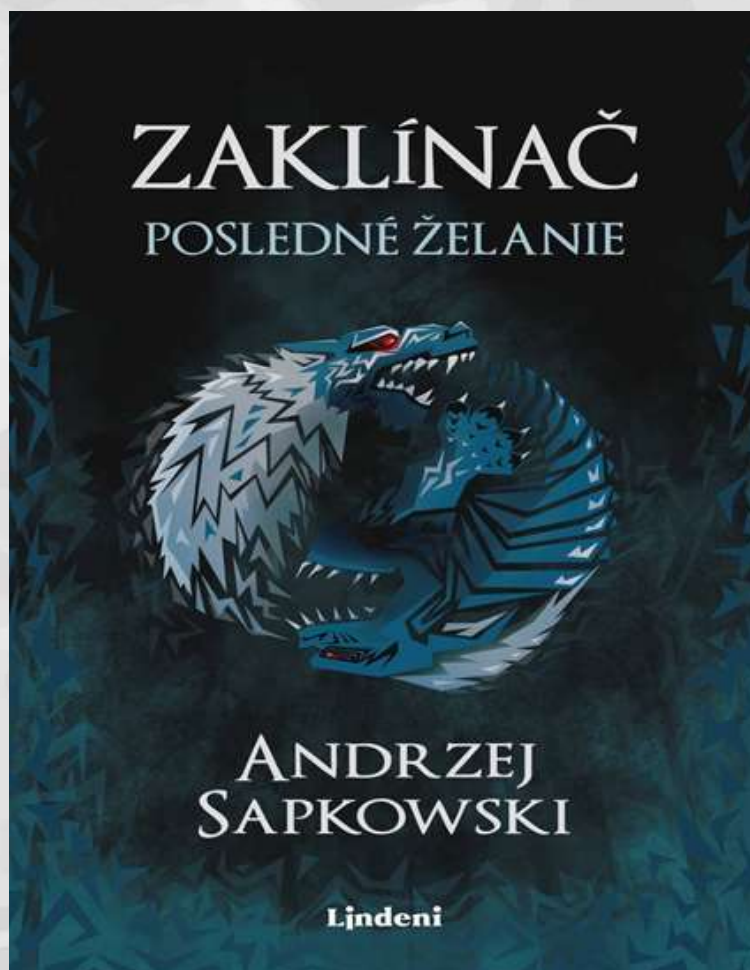
Žáner: populárno-náučná literatúra

Rok vydania: 2020 (slovenský preklad 2022)

Kniha Psychológia peňazí skúma, ako ľudia premýšľajú o peniazoch a prečo sa často správajú nelogicky, keď ide o finančné rozhodnutia. Investície, osobné financie a obchodné rozhodnutia sa bežne učíme ako matematickú oblasť, kde nám dáta a vzorce presne povedia, čo máme robiť. Ale v skutočnom svete ľudia nerobia finančné rozhodnutia prostredníctvom tabuliek. Robia ich pri spoločnom stolovaní alebo v zasadačkách, kde sú ich osobné skúsenosti, vlastné jedinečné videnie sveta, ego, hrdosť, marketing a iné neobvyklé podnety zmiešané do jedného celku. Autor Morgan Housel vysvetľuje, že úspech vo financiách nezávisí len od vedomostí, ale najmä od správania, disciplíny a schopnosti robiť rozumné rozhodnutia v neistých situáciách.

Prostredníctvom krátkych, výstižných kapitol plných príkladov a reálnych príbehov ukazuje, prečo niektorí ľudia dosahujú finančný úspech, aj keď nemajú vysoký príjem, zatiaľ čo iní s veľkým bohatstvom zlyhávajú kvôli zlým návykom. Housel zdôrazňuje význam dlhodobej trpezlivosti, pokory, schopnosti ovládať emócie a rozumne hospodáriť s peniazmi.

Kniha je napísaná zrozumiteľne, bez odborných výrazov, a je vhodná nielen pre ľudí z oblasti financií, ale pre každého, kto sa chce zlepšiť vo vzťahu k peniazom a naučiť sa s nimi zaobchádzať rozumne.



Zaklínač I: Posledné želanie

Autor: Andrzej Sapkowski

Žáner: fantasy

Rok vydania: 1993 (slovenský preklad 2001)

Zaklínač I: Posledné želanie od poľského autora Andrzeja Sapkowského je prvou knihou zo série o zaklínačovi Geraltovi z Rivie, ktorý sa živí lovom príšer. Geralt nie je obyčajný človek – v detstve prešiel náročným výcvikom a rôznymi mutáciami, vďaka čomu má nadľudské schopnosti, no zároveň bojuje aj s vlastnou identitou. Kniha má formu poviedok, ktoré sú prepojené. V jednotlivých príbehoch sledujeme

Geraltu pri rôznych dobrodružstvách, kde bojuje s netvormi, ale často sa stretáva aj s krutosťou, predsudkami a nespravodlivosťou zo strany ľudí. Dalo by sa povedať, že Geralt niekedy nebojuje len proti príšerám, ale aj ľuďom či už metaforicky alebo reálne. Autor do deja zakomponoval rôzne prvky zo známych rozprávok a mýtov. Pri čítaní je z nádychu sveta cítiť silnú slovanskú kultúru, z ktorej autor veľmi čerpal, či už z ľudí, s ktorými sa Geralt stretne, alebo zo samotného opisovania sveta, ktoré nie je vždy pekné lež pravdivé. Aj keď ide o fantasy, príbehy pôsobia veľmi realisticky, a to nielen vďaka opisu sveta, ale aj kvôli tomu, ako sú postavy psychologicky prepracované. Autor tak isto zdôrazňuje aj dôležitosť vedľajších postáv, hlavne Garelatových kamarátov a známych, ktorí ho na cestách sprevádzajú, alebo ich stretne, keď sa túla po svete. Geralt je hrdina, ktorý síce pôsobí chladne a rezervovane, no v skutočnosti má svoj vlastný kódex a snaží sa konať správne, aj keď to nie je vždy jednoduché. Kniha zaujme každého čitateľa, ktorý má rád akčné scény, na knižné pomery veľmi prepracované opísané súboje s monštrami, premyslený svet, napätie, ale aj hĺbku. Posledné želanie je skvelým úvodom do zaklínačského sveta, ktorý je plný mágie, intríg, silných postáv a nečakaných zvrátov. Je to čítanie, ktoré núti zamyslieť sa, no zároveň aj vtiahne do úplne iného sveta, z ktorého sa človeku nechce odísť.

EKO AKTIVITY



01 Enviropátračka “DOPRAVA”

Cieľom súťaže bolo poukázať na dopad dopravy na životné prostredie.

03 Enviropátračka “VODA”

Aká je naša vodná stopa a aký máme pitný režim?

05 Višňová alej

Sladké višne budeme využívať pri pečení koláčikov, výrobe ovocných štiav, sirupov a limonád, ...

07 Ekotopfilm

Zachráňme ORIGINAL



02 Enviropátračka “STROMY”

Stromy sú veľmi dôležitou súčasťou nášho sveta, sú kľúčové pre život na Zemi.

04 Záhrada, ktorá učí

Ekohoteláci vysadili jedlé rastlinky a bylinky

06 Eco H2O tour

interaktívny program, súťaže, ekopesničky, eko-fakty, kvíz a krátke videá so známymi osobnosťami zo šou biznisu

Enviropátračka “DOPRAVA”



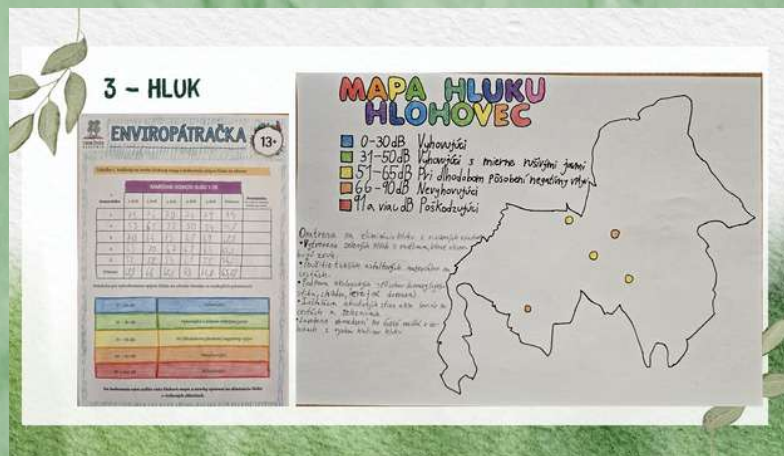
1 – AKTIVNE FORMY DOPRAVY



1 – AKTIVNE FORMY DOPRAVY



3 – HLUK



Ekohoteláci vyhrali súťaž a získali 1. miesto.

Tvorili videá, vymýšľali básne, navrhovali dopravné prostriedky budúcnosti, hodnotili aktuálne stavy verejných komunikácií v mestách, merali hluk pomocou aplikácie, ...

Zisteniami sa dozvedeli sa rôzne skutočnosti, ktoré je potrebné zmeniť, aby bol život v mestách pokojnejší, bezpečnejší, zdravší a celkovo pre všetkých lepší.

4 – AKO JE TO U NÁS ?



ENVIROPÁTRAČKA

“STROMY”

Stromy sú veľmi dôležitou súčasťou nášho sveta. Sú kľúčové pre život na Zemi a plnia zároveň aj estetickú funkciu – skrášľujú naše prostredie, svojim tieňom ochladzujú rozpálené chodníky a cesty v lete, a na jeseň nás očaria svojou farebnou rozmanitosťou. Pobyť medzi stromami, či už je to prechádzka lesom alebo mestským parkom zlepšuje aj naše psychické zdravie, pomáha nám cítiť sa lepšie, načerpať energiu a mentálne si oddýchnuť.

Krásna jeseň
v našom školskom areály

Ekohoteláci v súťažných úlohách lúštili tajničky, robili pokus so semenkom fazule, určovali vek stromov v okolí školy, využili vizuálnu techniku „Hero moment“, navrhovali výsadbu aleje a stromoradia v meste, písali úvahu o atmosfére stromu, maľovaním graficky stvárňovali majestátnosť stromu a zrealizovali výsadbu stromu.

Úlohy boli ako vždy veľmi zaujímavé a poučné. Vďaka nim si žiaci rozvíjali kompetencie potrebné pre náš lepší a zdravší život.



ENVIROPÁTRAČKA VODA

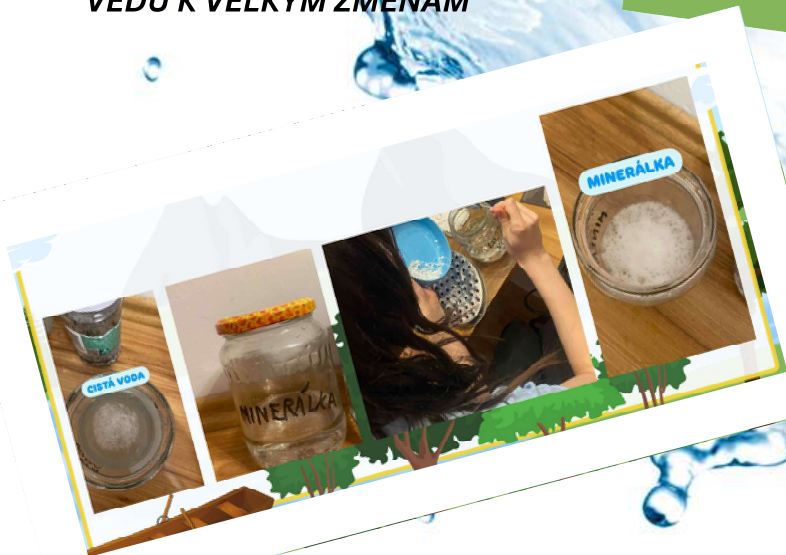
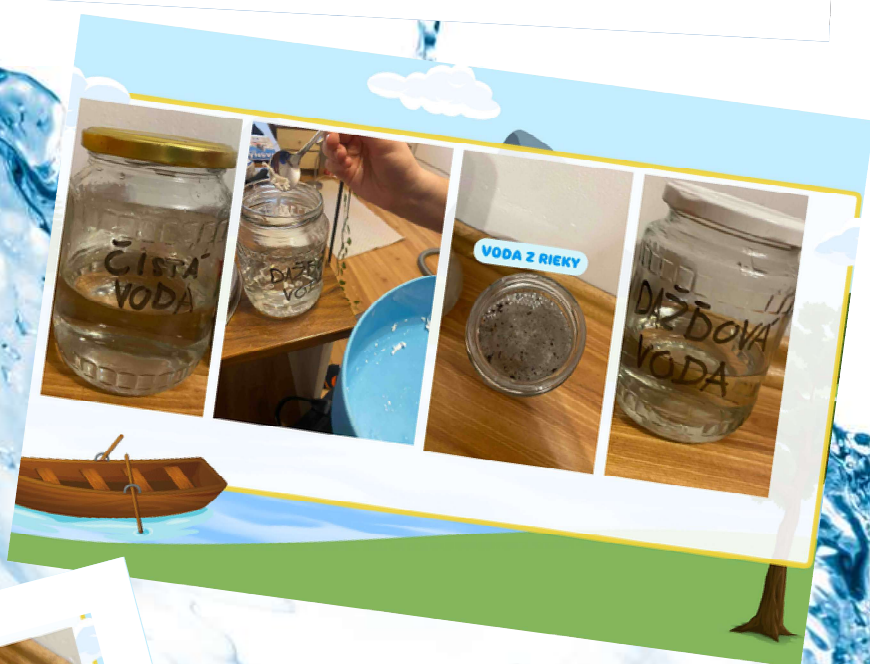


Ekohoteláci vytvorili vedomostnú hru, zisťovali vodnú stopu a tvrdosť vody, vymysleli vodný vynález, vytvárali 5 - dňový pitný režim, predstavili potok Dubová, zamýšľali sa ako môžeme šetriť vodou,....

A záver?

Každý z nás môže prispieť k ochrane vodných zdrojov aspoň malými zmenami v životnom štýle.

**AJ MALÉ KROKY
VEDÚ K VEĽKÝM ZMENÁM**



Ekohoteláci zrealizovali projekt Záhrada, ktorá učí

Cieľom nášho projektu bola výsadba jedlých rastlín a bylín do stojanového dreveného rebríkového kvetináča v záhradnej časti areálu školy.

Výsadba prebiehala výmenou kvetináčov z pôvodných do väčších, doplnením zeminy do kvetináčov, pridali sme aj mykorhízne huby, ktoré sa napoja na korene sadených bylín a jedlých rastlín. Mikorhízne huby budú postupne rásť, čerpať živiny z pôdy a podporovať rastlinky počas ich celého života.

Nasledovalo premiestnenie bylín do dreveného rebríkového kvetináča a finálna zálievka. Vysadili sme tieto bylinky - kôpor, byzalku, kari, saturajku, tymián, petržlen, paštnák, medovku, pažitku, trebulku, jedlé kvietky,...

Okrem úžitkovej a vzdelávacej funkcie výsadba vytvorila farebne príjemné a voňavé prostredie.



Višňová alej

Cieľom nášho projektu bola výsadba mladých stromčekov višní v záhradnej časti areálu našej školy tak, aby sme vytvorili višňovú alej. Teší nás, že sa to podarilo.



Výsadbu zrealizovali žiaci 1. A triedy.

Višňové stromy sú menšieho veku a plodia už na jednoročnom dreve, väčšina z nich je samoopelivá a sú viac odolné voči jarným mrazom. Sladké višne žiaci využijú v predmetoch odbornej praktickej prípravy pri pečení koláčov, výrobe ovocných štiav alebo zaváraní kompótov, výrobe džemov, čerešňového likéru, či sirupov na limonádu, vykôstkované ovocie je možné tiež zamraziť.

Eco H2O Tour

Zamysleli ste sa niekedy nad tým, čo sa deje po otočení vodovodným kohútikom?

Asi každý očakáva také množstvo pitnej vody, koľko potrebuje. Málokto sa zamyslí, odkiaľ voda pochádza, kam odteká, čo obsahuje, akú má čistotu, kedy sa z nej stane odpadová voda a akým spôsobom ju my sami znečisťujeme. Zriedkavo rozmýšľame nad tým, ako dlho vydržia jej zásoby a či nám v blízkej budúcnosti nehrozí jej nedostatok.

Aj na tieto otázky odpovedal interaktívny program, ktorého súčasťou boli súťaže, eko-pesničky, eko-fakty, kvíz či krátke videá so známymi osobnosťami zo šou biznisu. Na záver sa uskutočnila autogramiáda Thomasa Puskailera a Ondreja Antáleka.



Festival Ekotopfilm



Hlavná téma tohtoročného festivalu je „ZACHRÁŇME SPOLU ORIGINAL“. Organizátori formou besedy informovali o stave našej planéty, poukázali na ohrozené druhy lesných živočíchov na Slovensku, upozornili na zvýšenú opatrnosť pri využívaní umelej inteligencie AI.

Dôraz sa kladie na výchovu mladej generácie: „V ich rukách bude svet o pár rokov, preto práve pre nich organizujeme špeciálny Junior festival“.



Báseň posledná 1

Čierna

Čierna farba, taká krásna
farba nočnej oblohy, čo na nej mesiac pláva
na žene však ešte krajšia
aj to sa občas stáva
Čierne oči, čierny tuš
jej pery zdobí ten nádherný čierny rúž
no nie je to všetko, čo mi za ňou oči ťahá
avšak cena za ňu je pre mňa drahá
No nevadí, aspoň nie si ako každá druhá
viem, že s tebou nie je žiadna nuda,
aj keď mi hrozí, že ma zničíš, nekričím
ale to, že ťa mám rád, do sveta vykričím
Je cool, že nie sme podľa ľudskej normy
k slobode prejavu patria všetky formy
no a čo, že sme od vás iní
rešpekt každému, no keď nás súdiš, si ty ten divný

Dominik S. Raven



Báseň posledná 2

Realizmus

Viem, že byť ideál je mega kliše
no uvedomíš si to, až keď to s tebou kníše,

že život nie je hra ako šach,
že som zabudol, aké normálne je mať strach

Už vlastne neviem, čo je vlastné
no aj tak bežím za tým stále márne
ved'čo je na tom zlé, že naháňam šťastie
chcem ho nájsť teraz, než to bude ťažšie

Nie som ideál, nemám významný dar
využívam iba to, čo mi niekto dal,
asi preto žijem v tieni vlastnej mysle
hlava v oblakoch, nohy visia zvisle

Ľudia sa ma pýtajú, či som ok
vravím, že hej, aj keď visím za šnúrky od topánok
snažím sa prehlúšiť vlastné trápenie
ved'bolo by krásne aj v tom nájsť krásu, nie?

No už som si zvykol, že realita býva krutá
no bez toho by tu bola aj tak nuda
a tak vstávam, špinavý od prachu
nech sa páči, môj obraz v štýle realizmu

Dominik S. Raven



Báseň posledná 3

M.R.

Vo svete, kde sa schováme za pretváрку
aby sme neohrozili našu bezchybnú morálku
bojíme sa systému a toho, čo v ňom drieme
aj tak vravíme to, čo niekto iba zmoralizuje
Nechcem toho veľa, len slobodu a vlastný názor
som len básnik, žiadny vzor,
ktorý zhmotňuje všetky emócie
tej našej stratenej generácie
Už začínam chápať ideu punku
tak ťa prosím, zachráň ma aspoň na deň
nech sa nezaseknem vo večnom spánku
nech viem, že stále existuje nádej
Svet nenazývam miestom, je to skôr diera
načo nám je svet, kde nám nikto nerozumie
keď už v dušiach býva len mŕtva viera
preto som aj ja členom Mŕtvej revolúcie

Dominik S. Raven



Rozprávanie príbehu



Myslel som, že nastala moja posledná hodina

Pamätám. Tri tridsať. Konečne mi s plačom zodvihla a roztraseným hlasom hovorí:

„Prepáč, Nie je to tvoja chyba, ale moja, prepáč, toto si si nezaslúžil. Prepáč, milovala som ťa, ale už som to nevládala.“ Spýtam sa jej:

„Láska, prečo plačeš? Čo sa stalo? Aj ja ťa milujem.“ Ona odpovedá:

„Podviedla som ťa. Nedokážem sa na seba ani pozrieť. Nezaslúžim si ťa. Ďakujem a ahoj. Milujem ťa,“ zložila a môj ďalší pokus volať bol presmerovaný do odkazovej schránky.

Svet sa mi zo sekundy na sekundu rozsypal pod rukami, jediné, na čo som sa zmohol, bolo zapáliť si cigaretu, ktorej filter mi rozmáčali slzy stekajúce po tvári. Nevedel som, čo mám robiť, so slzami v očiach som sa pozrel na kľúče od auta na mojom nočnom stolíku. Vedel som, že potrebujem utiecť, neviem pred kým ani pred čím, ale vedel som, že musím ísť... Zobral som kľúče, peňaženku a mobil, za posledné peniaze som natankoval a kúpil balíček cigariet. Buď sa vrátim s prázdnu nádržou a bez cigariet, alebo sa nevrátim vôbec.

Prvá zástavka bola jej dom na predmestí Žiliny. Väčšinou dvojhodinová jazda mi dnes trvala len štyridsaťpäť minút, keď som si to pred jej domom uvedomil. Zapálil som si a pozerajúc do neba si hovorím, že môj anjel strážny asi stíha.

„Ďakujem, starký. Dnes sa možno uvidíme.“

Dúfal som, že zvuk môjho auta ju zobudí a zastaví ma, nádej umiera posledná.



Tento príbeh nevymýšľam, bohužiaľ. Ďalej som šiel na všetky naše obľúbené miesta, najprv v okolí Žiliny a Piešťan. Všetky krásne spomienky a zážitky zrazu také krásne nie sú. Cestou na každé miesto skoro letím, už viem, pred čím utekám. Sú to jej oči, pery, hlas a smiech. Zatiaľ vyhrávam. Dokedy? V piešťanskom parku si sadám na lavičku, kde sme sa prvýkrát pobozkali. Zapálil som si ďalšiu cigaretu. Až tu ma všetko, pred čím utekám, dohnalo. Ďalší rozmočený filter a horká pachuť cigariet v ústach sprevádzajú film o nás, jedenásť mesiacov v jednej minúte.

Cestou domov som v pripájacom pruhu z Piešťan na diaľnicu dostal šmyk. Zrazu som bol v protismere, anjel strážny už asi nestíha.

„Nevadí, starký, aj ja ťa chcem spoznať.“ Po tejto vete mi došlo, že spomienky na ňu už tiež nestíhajú.

Pri míňaní tabúl označujúcich začiatok a koniec krajov a okresov som si pripadal bližšie a bližšie k cieľu, utiecť a zabudnúť. Keď som už na okresných cestách videl tabuľu Banskobystrický kraj, okres Krupina, cítil som, že ma spomienky dobiehajú, pridala som.

„Starký, už sme skoro doma, verím ti.“

Posledných pár kilometrov som mal oči plné slz a na ceste som sa držal viac menej po pamäti. Keď som zaparkoval, rozsvietila sa kontrolka nádrže a ja som si vytiahol poslednú cigaretu. Znova s rozmočeným filtrom. Pozerám do neba a s plačom hovorím:

„Ďakujem, starký, ruky si podáme neskôr.“

Ľahol som si do postele. Až neskôr mi došlo, čo sa stalo. Začal som znovu plakať, no nie však kvôli nej, ale kvôli jej absencii.

R.K. IV.A



Nápady na zdravé raňajky

1. Yogurt Bowl

Grécky jogurt (alebo kokosový) + med, chia semienka, čerstvé ovocie (maliny, čučoriedky, banán) + lyžička orieškového masla + granola.

Recept na domácu granolu:

Ingrediencie:

2,5 šálky ovsených vločiek

½ šálky orechov

¼ šálky semienok

⅓ šálky medu alebo javorového sirupu

¼ šálky kokosového oleja

štipka soli, vanilka, škoric (podľa chuti)



Postup:

Všetko zmiešaj, rozlož na plech a peč pri 160 °C asi 25 minút. Po vychladnutí môžeš pridať sušené ovocie alebo čokoládu.

Tip: Použi priehľadnú misku a naaranžuj do polkruhu topping.



2. Ovsená kaša

Do malého hrnca nasyp jemné ovsené vločky (cca ½ šálky na porciu) a zalej ich približne šálkou rastlinného mlieka – mandľové, ovsené alebo kokosové fungujú skvele. Pomaly zohrievaj na miernom ohni, občas premiešaj. Pridaj štipku škorice a lyžičku javorového sirupu (alebo medu), aby mala kaša jemne sladkú, príjemne korenenú chuť.

Var približne 5–7 minút, kým vločky nezmäknú a kaša nebude hustá a krémová. Ak ju chceš redšiu, pridaj ešte trochu mlieka.

Hotovú kašu prelej do misky a ozdob podľa chuti – napríklad plátkami banánu alebo bobuľovým ovocím, lyžicou bieleho jogurtu, nasekanými mandľami a pár kvapkami horkej čokolády.





3. Banana Pancakes (3 ingrediencie!)

Zmiešaj 1 zrelý banán, 1 vajíčko a 2 PL ovsených vločiek. Rozmixuj alebo dobre roztlač vidličkou, aby vznikla hladká zmes. Na panvici s trochou oleja opekaj malé lievance z oboch strán dozlata.

Podávaj s jogurtom, ovocím a kvapkou medu alebo orieškového masla. Lievance sú rýchle, prirodzene sladké a výživné.

4. Smoothie Bowl

Do mixéra daj 1 mrazený banán, ½ šálky mrazených čučoriedok (alebo iného bobuľového ovocia) a len trochu rastlinného mlieka – stačí pár lyžíc, aby si dosiahla hustú, krémovú textúru.

Mixuj dohľadka a hneď nalej do misky. Ozdob tým, čo máš po ruke – granolou, strúhaným kokosom, čerstvým ovocím, chia semienkami alebo kúskami čokolády.



5. Chia puding

Do misky alebo pohára pridaj 3 lyžice chia semienok a zalej ich 1 šálkou kokosového mlieka. Pridaj pár kvapiek vanilkového extraktu a podľa chuti trochu medu alebo javorového sirupu. Dobre premiešaj, aby sa semienka rovnomerne rozložili, a nechaj puding cez noc v chladničke.

Ráno bude mať chia puding krásnu hustú textúru. Ozdob ho čerstvými malinami, kúskami manga, strúhaným kokosom alebo orechmi podľa chuti. Ak chceš, môžeš pridať aj kúsok tmavej čokolády alebo granolu, aby sa docielila chrumkavosť.



Mangový pohár

INGREDIENCIE

Piškóty

- -120g hladká múka
- -70g práškový cukor
- -6ks vajce
- -8g kardamóm
- Mangová šťava
- -70ml mangové pyrė
- -200ml horúca voda
- -10g mangový likér

Mangový krém

- -350g mascarpone
- -2PL kryštálový cukor
- -210g mangové pyrė
- -350g smotana na šľahanie 33%
- -1/2ks šťava z limetky
- -1ks kôra z limetky

Mangovo-limetkový vklad

- -200g mangové pyrė
- -1/2ks kôra z limetky
- -15g kryštálový cukor
- -3g pektín NH
- Ozdoba
- -kôra z limetky
- -mangovo-limetkové compotée



Postup

1. Začneme prípravou piškót. Rúru predhrejeme na 175°C. Žĺtky vyšľaháme s cukrom do peny. Primiešame k nim múku. Bielky vyšľaháme do peny a zapracujeme do žĺtkovej zmesi. Zmes nalejeme do cukrárskeho vrečka s hladkou guľatou špičkou a striekame na plech do tvaru kruhov (cca o 0,5 cm viac ako je priemer vášho pohára). Pečieme 10–15 minút. Hneď po upečení vykrojíme kolieska pomocou pohárov, ktoré budeme plniť.

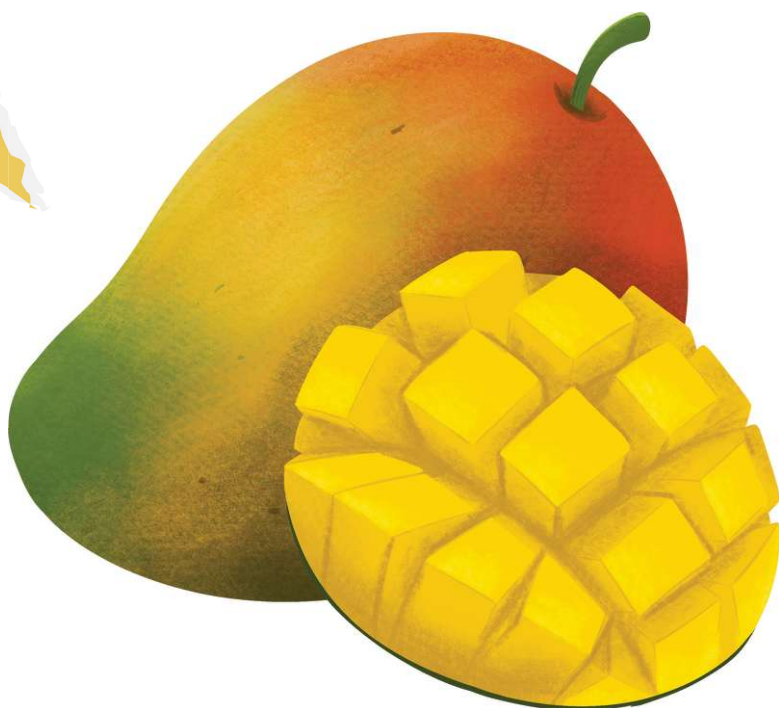
2. Mangová šťava – Pyrė, horúcu vodu a likér zmiešame a necháme lúhovať.

3. Mangový krém – Mascarpone, cukor, pyrė, limetku a limetkovú kôru zašľaháme. Prilejeme smotanu na šľahanie a vyšľaháme do hustého krému. Krém prekryjeme fóliou a necháme chladiť v chladničke. Po vychladnutí preložíme do cukrárskeho vrecúška s hladkou špičkou.

4. Mangovo-limetkový vklad – Pyrė a kôru začneme pomaly variť. Primiešame cukor zmiešaný s pektínom. Varíme asi 30 sekúnd. Rovnomerne rozlejeme na silikónovú podložku (výška cca 0,3 cm). Dáme chladiť.

5. Vrstvenie – Piškóty namáčame do mangovej šťavy, uložíme do pohára. Na piškótu položíme man.-limet. vklad. Navrstvíme 25g mangového krému a takto vrstvíme až po okraj pohára. Na povrchu pohára navrstvíme krém (v tvare kvapky). Pomocou lyžičky spravíme jamku, do ktorej nalejeme mangové pyrė. Nastrúhame limetkovú kôru a môžeme podávať.

Eliška M.



TIPY NA LETNÉ DOMÁCE LIMONÁDY

Máš chvíľu voľno a chceš sa nejak počas horúcich letných dní osviežiť?
Priprav si päť limonád, ktoré hravo zvládneš spraviť doma.

1. BAZOVO-MÄTOVÁ LIMONÁDA

Budeme potrebovať: 180 ml bazového sirupu, 180 ml citrónovej šťavy, 1 l perlivej alebo neperlivej vody, citrón, mäta, kocky ľadu

Príprava: Citrón umyjeme a nakrájame na kolieska. Pripravíme si mätové lístky tak, že stonku mäty si chytíme a rukami stiahneme lístky. Do džbánu pridáme mätové listy a ľad. Postupne prilievame bazový sirup a citrónovú šťavu. Premiešame tak, aby mäta na spodku pustila chuť a vôňu. Nakoniec zalejeme vodou.



“

Limonádu podávame s kolieskami citróna, dozdobenú mätovou hlavičkou



“

Nalievame do pohárov s ľadom.

2. MELÓNOVÁ LIMONÁDA

Budeme potrebovať: 500 g melónovej dužiny, 100 ml pomarančového džúsu, 1 ks citróna, 1 l vody, medovku, ľad

Príprava: Melónovú dužinu narežeme na menšie časti a nasypeme do mixéra. Pridáme džús, šťavu z polovice citróna a trochu vody. Všetko spolu rozmixujeme a cez sitko precedíme do džbánu. Zalejeme vodou, pridáme plátky citróna a pár lístkov medovky.

3. KÁVOVÁ LIMONÁDA

Budeme potrebovať: 100 ml silnej kávy, 40 ml limetkovej šťavy, 100 ml sódy, podľa chuti cukrový sirup, ľad, limetku na ozdobu

Príprava: Pohár, v ktorom budeme nápoj servírovať, naplníme ľadom. Nalejeme vychladenú kávu a limetkovú šťavu. Podľa chuti pridáme cukrový sirup a dobre premiešame. Nakoniec prilejeme sódu.



“

Ozdobíme limetkou a môžeme podávať.

4. ČERNICOVÁ LIMONÁDA

Budeme potrebovať: 8 ks černíc, 12 g trstinového cukru, 15 ml limetkovej šťavy, 1 ks limetky, mäta, ľad

Príprava: V mažiari spolu popučíme černice a cukor. Môžeme ich tiež rozdeliť medzi dva poháre a rozdrviť ich priamo v nich. Prilejeme limetkovú šťavu, kolieska limetky, ľad a všetko dolejeme vychladenou sytenou vodou.

“*Môžeme zdobiť celými černicami a mäťou.*



5. POMARANČOVÁ LIMONÁDA

Budeme potrebovať: 1 pomaranč, 1 limetku, 1 citrón, 1 l perlivej vody, 30 ml bazového sirupu, 25 g trstinového cukru, mäta, ľad

Príprava: Citrusy umyjeme pod tečúcou vodou. $\frac{1}{3}$ pomaranča vytlačíme, pričom zvyšnú časť nakrájame na plátky a necháme na ozdobenie. Z citróna vytlačíme šťavu, limetku nakrájame na kolieska. Do džbánu nalejeme minerálnu vodu, pridáme sirup a cukor. Postupne miešame a pridáme aj šťavu z citrusov. Miešame až do úplného rozpustenia cukru. Vmažiari spracujeme listy mäty.

“*Pridáme do džbánu a na koniec doplníme ľad.*

Veríme, že sme ťa inšpirovali a pomohli ti lepšie stráviť a vychutnať si prázdninové dni, ktoré nás čakajú.

Sofia Vlasáková



MILÍ ŠTUDENTI,

PO MESIACOCH USILOVNEJ PRÁCE, UČENIA, TESTOV A VÝZIEV JE TU KONEČNE
ZASLÚŽENÝ ČAS ODDYCHU – LETNÉ PRÁZDNINY! ☀️

PRAJEME VÁM, ABY STE SI LETO UŽILI NAPLNO – NECH JE PLNÉ SLNKA, SMIECHU,
DOBRODRUŽSTIEV, ALE AJ PRÍJEMNÉHO NIČNEROBENIA.

NABERTE NOVÉ SILY, OBJAVUJTE, CESTUJTE, TRÁVTE ČAS S PRIATEL'MI A RODINOU A
ROBTE VŠETKO, ČO VÁM ROBÍ RADOSŤ.

NEZABUDNITE, ŽE ODDYCH JE DÔLEŽITOU SÚČASŤOU CESTY K ÚSPECHU.
TEŠÍME SA NA VÁS OPÄŤ V NOVOM ŠKOLSKOM ROKU – ODDÝCHNUTÝCH, USMIATYCH
A PLNÝCH ENERGIE!

KRÁSNE PRÁZDNINY! ☀️🍦🌴

