

VIANOCE

BezLepku





Príjemné
vianočné
chvíle
vám želá
BezLepku



VIANOCE *BezLepku*

Milí čitatelia,

veľmi pekne ďakujem všetkým spolupracovníkom a klientom, ktorí sa podieľajú na realizácii špeciálneho vydania receptov VIANOCE BezLepku 2025. Spolu vám prinášame niekoľko vianočných receptov a veríme, že si medzi nimi nájdete aj tie, ktoré sa stanú vaše obľúbené nielen na sviatočné chvíle.

Príjemné sviatočné chvíle v zdraví, láske a v pohode
a Šťastný nový rok 2026 vám želá

Alena Sukupová
šéfredaktor

Redakcia

riaditeľ: Ing. Anton Sukup
e-mail: sukup@q-media.sk
šéfredaktor: Ing. Alena Sukupová
e-mail: sukupova@q-media.sk

Jazyková korektúra
PhDr. Martina Tainová

Adresa redakcie
Q – MEDIA
Jilemnického 3999/33
036 01 Martin

Inzercia a reklama
e-mail: info@bezlepku.sk
++421 905 34 90 54

Grafická úprava, layout
Michal Sukup
e-mail: grafik@bezlepku.sk

Vydavateľ
Q – MEDIA, Ing. Alena Sukupová
Jilemnického 3999/33
036 01 Martin
Slovenská republika, IČO: 34380337

Registrácia
ISBN 978 - 80 - 89912 - 26 - 1 pdf
ISBN 978 - 80 - 89912 - 27 - 8 epub
ISBN 978 - 80 - 89912 - 28 - 5 mobi
ISBN 978 - 80 - 89912 - 29 - 2 html



www.bezlepku.sk

www.facebook.com/BEZlepku.sk

www.instagram.com/bezlepku_magazin/



vianočná torta s medovníkmi podľa @ littlesweets_by_martina

Ingrediencie:

Korpus:

500 g Schär MIX C Pâtisserie
3 PL mlieko
2 PL med
1 celé vajce
150 g kryštálový cukor
50 g maslo
1 ČL sóda bikarbóna

Na krém:

400 ml mlieko
1 bal puding kokosový
3 PL kryštálový cukor
150 g maslo
maslo

Na potretie korpusev:

malinový džem

Na dozdobenie:

medovníčky

Postup:

1. Nad vodnou parou zahrievame za stáleho miešania 20 minút med, mlieko, vajíčko, kryštálový cukor a maslo.
2. Rúru si predhrejeme na 185°C
3. Múku preosejeme so sódou bikarbónou.
4. Ešte za horúca vylejeme zmes do múky a vypracujeme kompaktné cesto.
5. Rozdelíme si ho na 6 rovnakých kúskov.
6. Vyvaľkáme a vykrojíme kruhy s priemerom 18 cm.
7. Pečieme na papieri na pečenie pri teplote 185°C približne 7-8 minút (do zlatista)
8. Na prípravu krému budeme potrebovať hustý kokosový puding, ktorý si pripravíme z mlieka, pudingo-vého prášku a cukru, ktorý vychladíme za stáleho miešania.
9. Maslo musí byť izbovej teploty aby sa nám krém nezrazil musí byť puding aj maslo približne rovnakej teploty. Vymiešame krém.
10. Tortu skladáme vrstvením korpus-malinový džem-kokosový krém (tenká vrstva) a opäť korpus.
11. Tortu obtrieme zvyškom kokosového krému. Ak chceme mať dokonalú bielu tortu, použijeme švajčiarsky obterový krém.
12. Na dozdobenie použijeme medovníčky.



vianočný makový venček k štedrovečernej polievke podľa @littlesweets_by_martina

Ingrediencie:

300 g Schär MIX B Bread
100 ml smotana na šľahanie
12 g čerstvé kvasnice
1 PL psyllium
300 ml voda
2 PL olivový olej
1 ČL celý mak
1 ČL cukor
1 ČL soľ
1 žĺtko na potretie a celý mak

Tip:

namiesto maku môžete použiť celú rascu alebo sezamové semiačka

Postup:

1. Do 100 ml vody pridáme psyllium necháme pôsobiť aspoň 15 minút.
2. Do 100 ml smotany na šľahanie pridáme cukor, zahrejeme a pridáme rozdrvené čerstvé kvasnice a necháme pôsobiť približne 15 minút.
3. Navážime si múku, pridáme soľ, mak, olej a zvyšných 200 ml vody.
4. Psyllium aj nakysnuté kvasnice pridáme do múky a vypracujeme kompaktné cesto.
5. Z cesta tvarujeme venčeky tak, že si najskôr vytvoríme 2 rovnako dlhé a úzke šúľance.
6. Dva konce spojíme a postupne zapletieme a zvinieme do kruhu.
7. Potrieme žĺtkom, ktoré vymiešame s 1 PL smotany na šľahanie.
8. Posypeme celým makom.
9. Pečieme na papieri na pečenie pri teplote 200°C do zlatista, približne 15 - 20 minút.
10. Môžeme podávať k štedrovečernej polievke ako pečivo.



vianočné oriešky plnené bielou čokoládou, malinami a pistáciami podľa @ littlesweets_by_martina

Ingrediencie:

Cesto:

200 g Schär MIX IT Universal
125 g maslo
75 g mleté oriešky
50 g práškový cukor
1ČL kakaový prášok
1 celé vajíčko
6 g prášok do pečiva

Na krém:

300 g biela čokoláda
100 ml sladká smotana
1 ČL vanilkový extrakt
nasekané pistácie
lyofilizované maliny

Postup:

1. Všetky suroviny na cesto vypracujeme do kompaktnej hmoty, zabalíme do potravinárskej fólie a dáme do chladničky aspoň na 30 minút.
2. Rúru si nastavíme na teplotu 190°C.
3. Bielu čokoládou so smotanou a vanilkou roztopíme nad vodnou parou a necháme vychladnúť na izbovú teplotu. Následne odložíme do chladničky.
4. Cestom plníme formičky v tvare orieškov (medvedie labky).
5. Pečieme pri teplote 190°C maximálne 10 minút.
6. Vyberieme z rúry a necháme chvíľku vychladnúť a následne vyklápame z foriem.
7. Do krému z bielej čokolády pridáme nasekané oriešky a lyofilizované maliny.
8. Naplníme zdobiace vrečko a plníme oriešky, ktoré spájame do tvaru orieška.
9. Odložíme do uzatvorenej nádoby a necháme odležať aspoň do druhého dňa, aby oriešky jemne zmäkli.
10. Môžeme posypať práškovým cukrom, alebo ešte dozdobiť namáčaním v čokoláde.

vyberte si na svoje bezlepkové Vianoce tú správnu múku od Schär



made
with
the best
of us

Bezlepková múka Schär MIX C PÄTTISERIE

Bez nej si vianočné pečenie nevieme predstaviť. Je perfektná na sladké koláče a pokrmy z cesta s kypriacim práškom.

Bezlepková múka Schär MIX IT UNIVERSAL

Jedna z najuniverzálnejších bezlepkových múčnych zmesí na trhu, vhodná je tak pre sladké ako aj slané recepty.

Bezlepková múka Schär MIX B Bread

Dokonalá bezlepková múka na pečenie chleba a kysnutého pečiva. Využijete ju aj na pečenie koláčov a cukroví.

Bezlepková múka Schär Mix It Dunkel

Bezlepková zmes Mix It Dunkel je ideálna na prípravu tmavého pečiva.

Bezlepková múka Schär Mehl Farine

Bezlepková zmes Farine má univerzálne využitie, hodí sa napríklad prípravu palacínok, cestovín, zemiakového cesta alebo na zahustenie omáčok.



VYCHUTNAJTE SI VIANOCE PLNÉ SLADKEJ RADOSTI

Vianočná mágia sa ukrýva
v maličkostiach – nájdete ju
v slávnostne vyzdobenej
obývačke, v odraze svetielok
na stromčeku, či vôňach
šíriacich sa z kuchyne.
Sviatočné pečenie má
svoje špeciálne kúzlo,
keď chceme našim
blízkym dopriať
to najlepšie.
Vychutnajte si ho
spolu s nami.

Jedna z najznámejších slovenských cukrárok a sympatická porotkyňa zo známej televíznej šou o pečení, Petra Tóthová, si svoje sviatky nevie predstaviť bez tejto sladkej dobroty, ktorú, exkluzívne pre vás, napiekla tento rok aj v bezgluténovej verzii. Inšpirujte sa jej dokonalým cukrárskym umením, všetko potrebné na prípravu nájdete vo vašom Kauflande.

VIANOČNÝ DOMČEK

(BEZ LEPKU)

od Petry Tóthovej

INGREDIENCIE:

- 1 balenie bezgluténovej zmesi na čokoládové muffiny K-free
- 2 vajcia M
- 150 ml vody
- 125 ml slnečnicového oleja

Plnka:

- 300 ml šľahačkovej smotany 40 %
- 200 g mascarpone
- 60 g práškového cukru

Dokončenie:

- Marhuľový džem K-Favourites
- Bezgluténové sušienky



POSTUP:

Zmes vsypte do misky, pridajte vajcia, vodu a olej, premiešajte metličkou a nechajte 5 minút odstáť. Potom ju vylejte na plech vystlaným papierom na pečenie a pečte na 180°C pri klasickom ohreve. Na krém vyšlahajte v miske smotanu s mascarpone, cukrom a šľahačkou. Preložte krém do cukrárskeho vrečka.

Píškótu vyklopte na kuchynskú utierku a odstráňte papier na pečenie. Vykrojte tri rovnako veľké kusy na základ domčeka (cca 18 x 10 cm). Na strechu vykrojte píškóty o niečo užšie. Na podnos položte 10 cm široký píškótový korpus ako základ a potrite ho džemom, potom naneste vrstvu krému. Navrch položte druhú vrstvu píškótového korpusu a postupujte ako pri prvej vrstve. Pokračujte, kým nebude celý domček pokrytý vrstvami. Potom ho potrite krémom a trochu krému odložte aj na strechu. Dajte na noc do chladničky. Na vrch domčeka nalepte bezgluténové sušienky ako strechu. Tesne pred podávaním môžete zvyšný krém použiť ako sneh a dozdobiť strechu domčeka. **Prajeme dobrú chuť.**

OSLAVUJTE S NAMI

Aj keď si s gluténom príliš nerozumiete, pochutnať si na obľúbených dezertoch, vrátane tohto sladkého domčeka, môžete aj vďaka značke **K-free**, ktorú spolu so širokým bezgluténovým a bezlaktózovým sortimentom nájdete v každom Kauflande po celom Slovensku.

Už 25 rokov vám tento obľúbený predajca potravín z lásky k Slovensku každý deň prináša širokú ponuku kvalitných výrobkov za senzačne nízke ceny.



Vianočné cookies

Potrebuje:

125 g masla, 175 g bezgluténovej múky **Promix PK / PK špeciál**, 100 g čokoládových gombíčkov alebo nasekanej čokolády, 100 g trstinového cukru, 50 g sušených brusníc, 50 g kryštálového cukru, 1 vajce, 1 kopcovitá ČL perníkového korenia, ¼ ČL soli, ½ ČL kypriaceho prášku, ½ ČL sódy bikarbóny



Postup: Na kocky nakrájané maslo dáme do kastrólika, necháme zovrieť a potom necháme asi 4-5 min bublať, kým sa maslo nesfarbí do zlatista. Odstavíme a necháme vychladnúť a stuhnúť. Potom k maslu pridáme oba druhy cukru a vyšľaháme do krému. Zpracujeme vajce a napokon prisypeme premiešané suché přísady. Krátко premiešame, aby sa přísady prepojili (nešľaháme) a z cesta vytvarujeme guľky ako menší vlašský orech.

Poukladáme ich na plech s papierom a dáme na pol hodinu do mrazničky alebo min. hodinu do chladničky. Tento krok nevynecháme. Pred pečením necháme medzi guľkami cesta dostatočný odstup, lebo sa počas pečenia rozlejú. Cookies pečieme na 180 stupňoch asi 18-20 minút. V sklenenej uzatvárateľnej nádobe vydržia aj 2-3 týždne.

Slané tyčinky

Potrebuje:

300 g **bezgluténovej múky Promix T**
225 ml vody
50 g uvareného nastrúhaného zemiaku (môže byť aj zemiaková kaša z predošlého dňa)
25 g bravčovej masti
10 g čerstvého droždia
1 ČL soli
1 vajce na potieranie
50 g nastrúhaného tvrdého syra
2 ČL čierneho sezamu



Postup: V mise premiešame suché prísady na cesto, potom pridáme masť, nastrúhaný zemiak, vodu, na to rozdrobíme droždie a hnetáčom miesime 10 minút cesto. To potom poprášime bezgluténovou múkou a prikryté necháme vykysnúť. Vykysnuté cesto vyklopíme na pomúčenú dosku, premiesime a rozdelíme na 16 kúskov.

Z každého na pomúcenej doske vyšľáme tyčinky, poukladáme ich na plech vystlaný papierom na pečenie, potrieme rozšľahaným vajítkom, posypeme strúhaným syrom a sezamom a necháme ešte krátko na plechu podkysnúť. Pečieme vo vopred vyhriatej rúre na 200 stupňoch do zlatista asi 15 minút. Necháme vychladnúť na mriežke. Podávame k nápojom, napríklad s cesnakovým dipom.

Linecká torta

Potrebuje:

2 balenia bezguténového
lineckého cesta Novalim
1 väčší pohárik
ríbezľového lekváru
1-2 ČL mletej škorice

Na ozdobenie trochu
mandľových lupienkov
alebo hoblín, práškový
cukor na posypanie.



Postup: Linecké cesto necháme pol hodinu pri izbovej teplote popustiť, aby sa s nimi lepšie pracovalo, Každé z nich potom premiesime. Jedno cesto vyvaľkáme a vykrojíme z neho kruh o veľkosti okrúhlej tortovej formy s priemerom 20-22 cm. Cesto vložíme na dno formy a dáme ho na 7-8 min zapieť na 180 stupňov do vopred vyhriatej rúry. Horúce cesto potrieme ríbezľovým džemom dochuteným 1 ČL mletej škorice.

Odrezky cesta spracujeme, pridáme ešte kúsok z druhého cesta a opäť vyvaľkáme a vykrojíme kruh. Položíme ho na džemovú vrstvu a dáme zapieť. Plát potrieme druhou polovicou ochuteného džemu. Zo zvyškov cesta vyšľáame pruhy a z nich na povrchu koláča spravíme mriežku. Okraje koláča posypeme mandľovými lupienkami alebo hoblínami.

Pečieme na 180 stupňoch asi 15-20 min do zlatista. Tortu oodávame posypanú práškovým cukrom.

Striekané koláčiky

Potrebuje:

300 g bezgluténovej múky
**Promix PK alebo PK
špeciál**, prípadne UNI
200 g masla alebo
margarínu
100 g práškoveho cukru
80 g horkej čokolády
3 bielky
štipka soli

Ešte pohárik kyslého
džemu, 100 g horkej
čokolády na polevu
a 30 g kokosového
tuku do polevy



Postup: Čokoládu roztopíme nad parou a necháme vychladnúť. Maslo s práškovým cukrom vyšľaháme do krému, primiešame roztopenú čokoládu. Ďalej pridáme bielky (nevyšľahané) a vmiešame ich do čokoládovej zmesi. Napokon prisypeme múku Promix PK a vymiešame mäkké cesto.

Pomocou zdobiaceho vrečka s hviezdicovou špičkou nanášame na plech s papierom na pečenie plné venčeky s priemerom asi 2-3 cm a pečieme vo vyhriatej rúre na 180 stupňoch asi 10 min. Po dopečení necháme koláčiky vychladnúť na mriežke. Vždy dva kusy spájame džemom a namáčame do polovice do čokoládovej polevy – ktorú si pripravíme roztopením čokolády a tuku nad parou.

Čedarové sušienky

Potrebuje:

- 4 bielky
- 20 g práškoveho cukru
- 20 g **Novalim Krupica** bezgluténová
- 80 g bezgluténovej múky **Promix UNI**
- 1 ČL soli
- 1 ČL sušeného oregana
- 120 g nastrúhaného parmezánu
- 3 PL rozpusteného masla
- 5 PL mlieka
- 70 g nastrúhaného čedaru



Postup: V mise vyšľaháme bielky spolu s práškovým cukrom do tuhých špičiek. Pridáme krupicu, Promix UNI, soľ, oregano, parmezán, rozpustené a vychladnuté maslo a mlieko. Všetko spolu dobre premiešame.

Z cesta lyžicou odoberáme a na plech vyložený papierom na pečenie ukladáme kôpky nie príliš blízko seba - počas pečenia sa cesto mierne roztečie. Každú kôpku posypeme strúhaným čedarom.

Vložíme do vopred vyhriatej rúry a pečieme na 200 °C približne 10 minút do zlatista. Sušienky necháme vychladnúť na plechu. Skladujeme v plechovej dóze.

Vianočná galetka

Potrebuje:

Na domáce lístkové cesto:
125 g bezgluténovú múku

Promix UNI + na
pomúčenie dosky
125 g studeného masla
125 g krémového tvarohu
štipka soli

200 g makovej plnky
cca 100 ml mlieka
trocha citrónovej kôry
¼ ČL mletej škorice
1 balenie vanilkového
cukru, slivky

Vajíčko na potretie
Práškový cukor na
posypanie



Postup: Promix UNI, soľ, na kocky nakrájané studené maslo a tvaroh spracujeme do kompaktného bochníka. Zabalení do potravinovej fólie ho odložíme do chladničky aspoň na 3 hodiny (pokojne však aj cez noc). Na plnku si v miske zmiešame balenie makovej plnky, vanilku, škoricu a citrónovú kôru. Zalejeme to prevareným mliekom a dobre premiešame. Necháme mierne vychladnúť.

Odpočínuté cesto rozvaľkáme na pomúčenej doske asi na hrúbku 7 mm. Vykrojíme kruhy. do stredu každého rozotrieme plnku tak, aby okraje ostali aspoň 2 cm voľné. Na ňu poukladáme do tvaru kvetiny na plátky pokrúpané slivky. Okraje cesta dvíhame a prekladáme kúsok po kúsku za sebou do tvaru vlnovky. Galetky poukladáme na plech s papierom na pečenie a okraje cesta potrieme rozšľahaným vajíčkom. Pečieme na 200 °C do zlatohneda približne 20-25 minút. Pred podávaním posypeme práškovým cukrom.



Perníkový stromček

Potrebujeme:

1 ks Novalim **Medové cesto** chladené
bezgluténové
Promix UNI na podsypanie
dosky

Na zasneženú polevu:

1 bielok
150 g práškoveho cukru
1 PL vriacej vody
1 PL citrónovej šťavy



Postup: Cesto vyberieme z chladničky a necháme povoliť pri izbovej teplote. Ručne ho ešte premiesime. Na pomúčenej doske vyvaľkáme na hrúbku 7 mm a vykrajujeme hviezdy rôznych veľkostí - ideálne si zadovážime sadu formičiek na výrobu stromčeka.

Vykrojené tvary ukladáme na plech vystlaný papierom na pečenie a pečieme vo vyhriatej rúre na 160 °C asi 12 minút. Necháme vychladnúť.

Medzitým si pripravíme polevu vyšľahaním všetkých prísad do mierne hustej konzistencie. Vložíme ju do cukrárskeho vrečka a zdobíme medovníky - prípadne ich len namáčame do polevy. Polevu necháme zaschnúť na chladnom mieste. Potom poskladáme z medovníkov stromček s darčekom.

Bezlepkové gulky

Potrebuje:

100 g odkôstkovaných
datlí
50 g vlašských orechov
1 balenie bezgluténové
keksy **Novalim Limky**
kakaové neplnené
1-2 ČL masla
strúhaný kokos na
obaľovanie



Postup: Datle vopred namočíme do vody aspoň na jednu hodinu. Potom ich scedíme a spolu s vlašskými orechami pomelieme v kuchynskom robote. Vznikne nám hustá kašovitá hmota.

Bezlepkové keksy tak isto pomelieme a pridáme k orechovo-datlovej zmesi. Napokon aj spolu s maslom vypracujeme lepkavejšiu hmotu. Z cesta odoberáme a tvarujeme guľičky asi ako vlašský orech, ktoré obaľujeme v strúhanom kokose a ukladáme do malých košíčkov. Na obaľovanie môžeme použiť aj kakaový prášok alebo strúhanú čokoládu.





Bezlepkové Vianoce bez stresu

Novalim myslí na ľudí, ktorí žijú bez lepku, aj počas Vianoc. Aby ste vianočné sviaty prežili v pokoji a bez stresu, máme pre vás hotové chladené bezlepkové cestá, s ktorými bude vianočné pečenie hračka.

S chladenými cestami Novalim napečiete jednoducho a rýchlo. Sú univerzálne a využijete ich na rôzne vianočné koláče, keksíky či dokonca slávnostné torty. V ponuke máme medové a linecké cesto na tie najlepšie vianočné dobroty bez lepku.

Chladené cestá NOVALIM kúpite teraz vo vybraných obchodoch so zdravou výživou alebo v potravinách YEME.

www.novalim.net





Bezlepkové Vianoce bez stresu

Novalim myslí na ľudí, ktorí žijú bez lepku, aj počas Vianoc. Aby ste vianočné sviaty prežili v pokoji a bez stresu, máme pre vás hotové chladené bezlepkové cestá, s ktorými bude vianočné pečenie hračka.

S chladenými cestami Novalim napečiete jednoducho a rýchlo. Sú univerzálne a využijete ich na rôzne vianočné koláče, keksíky či dokonca slávnostné torty. V ponuke máme medové a linecké cesto na tie najlepšie vianočné dobroty bez lepku.

Chladené cestá NOVALIM kúpite teraz vo vybraných obchodoch so zdravou výživou alebo v potravinách YEME.

www.novalim.net





Vianočná roláda bez lepku



INGREDIENCIE

4 balenia Vitacelia bezlepkový korpus
250 g mascarpone
200 ml smotany na šľahanie
2 PL práškového cukru
1 balíček vanilkového cukru
150 g kvalitnej horkej čokolády
100 ml smotany na šľahanie (na polevu)
Ovocie na dekoráciu
Čerstvý rozmarín (alebo mäta) na ozdobu
Práškový cukor na poprášenie



Sladké Vianoce na www.vitacelia.sk

POSTUP

Príprava plnky

Vyšľahajte mascarpone spolu s práškovým a vanilkovým cukrom. V inej miske vyšľahajte 200 ml smotany do polotuha a zľahka vmiešajte do mascarpone.

Plnenie korpusu

Korpusy položte na potravinársku fóliu alebo papier na pečenie spojte dokopy, rovnomerne potrite pripraveným krémom a opatrne zrolujte do rolády. Zabaľte do fólie a nechajte aspoň 1 hodinu chladieť v chladničke.

Čokoládová poleva

V hrnčeku zohrejte 100 ml smotany (nesmie vriieť), odstavte a pridajte nalámanú čokoládu. Miešajte, kým vznikne hladká ganache. Nechajte mierne vychladnúť, aby poleva trochu zhrstla.

Dokončenie rolády

Roládu rozbaľte, položte na tácku a potrite čokoládovou polevou. Vidličkou vytvorte „kôru stromu“.

Dekorácia

Navrch naaranžujte ovocie (jahody, čučoriedky, brusnice, mandarínky), dozdobte vetvičkami rozmarínu a jemne popraste práškovým cukrom, aby vytvoril efekt snehu.





Výkon 2000 W/1,7
HP v 6 úrovniach
s pulznou funkciou.



Miešiaci, hnietiaci
a šľahací hák
na prípravu cesta
a plniek.



Intuitívne
ovládanie a ľahká
manipulácia.

KUCHYNSKÝ
ROBOT



Bella Elegance

Zákaznícke hodnotenie: ★ 91%

Vďaka 6 rýchlostiam a pulznej funkcii je robot
Bella Elegance dokonale prispôsobený všetkým
požiadavkám moderných kuchýň.



KLARSTEIN

Kvalita v kuchyni



GLUTEN
FREE

Vianoce s Lianou

Všetko na sviatočné pečenie
a varenie bez lepku.

MÚČNE ZMESI A CESTOVINY

- **7** druhov zmesí a **13** druhov cestovín bez lepku
- nový moderný vzhľad obalov
- ideálne na perníky, linecké, kysnuté cesto



CUKRÁRSKE PRÍSADY

- kypriaci do perníka, až **9** korenín pre bohatú chuť
- salajka – tradičný pomocník starých mám
- vianočné chute a vône: škoricica, vanilka, perník
- do cesta, krémov aj na zdobenie



+ Viac ako
500
bezgluténových
receptov

ZADARMO



na liana.sk



EGG
FREE



SOY
FREE



ADDITIVES
FREE



SUGAR
FREE



LACTOSE,
MILK FREE



WHEAT
FREE



NUTS
FREE



GMO
FREE



100%
VEGAN

Objavte naše produkty

liana.sk

a recepty, ktoré chutia.

Kvalita v kuchyni



GLUTEN
FREE



BEZLEPKOVÉ KARAMELOVÉ VETERNÍKY

Aj Pali, víťaz Pečie celé Slovensko 4, tvorí s Lianou.



90 minút



15-20 ks

ODPALOVANÁ HMOTA

100 ml mlieka
100 ml vody
80 g masla
štipka soli
štipka cukru
160 g Liana Universal mix
250 g vajec

ZLATÝ KRÉM

50 g Liana Zlatý krém
125 g cukru krupice
450 ml mlieka
50 g masla
50 ml rumu
60 g žltok
100 g mascarpone
150 g šľahačkovej smotany

KARAMELOVÁ ŠĽAHAČKA

380 g šľahačkovej smotany
150 g mascarpone
50 g Liana Poleva karamelová
(2 balenia)
130 g práškového cukru

KARAMELOVÁ POLEVA

50 g Liana Poleva karamelová
(2 balenia)
400 g preosiaty práškový cukor
8-12 lyžíc voda / mlieko
40 g roztopené maslo
(len pre dosiahnutie hrubšej vrstvy polevy)



- Odpalovaná hmota:** V hrnci zahrejeme vodu, mlieko, maslo, soľ a cukor až do varu. Prisypeme Liana Universal mix, stiahneme teplotu, hmotu dôkladne rozmiešame a 2 minúty odpálime, kým vznikne kompaktná masa. Prenesieme do misy robota, necháme mierne vychladnúť a postupne po jednom zamiešavame vajcia, aby sme získali hmotu „lávovej“ konzistencie. Cesto naplníme do cukrárskeho vrečka, striekame veterníky (cca 5 cm) a pečieme pri 180 °C 40–45 minút, až sú tmavšie zlaté a praskliny nie sú svetlé. Necháme vychladnúť, potom prerežeme na polovice.
- Zlatý krém:** Časť mlieka zmiešame so žĺtkami a Zlatým krémom. Zvyšné mlieko zahrejeme s maslom, rumom a cukrom. Obe zmesi spojíme, vrátime na oheň a uvaríme hladký krém, ktorý minútu povaríme. Preložíme do nádoby, prikryjeme fóliou na kontakt a necháme vychladnúť. Po vychladnutí krátko prešľaháme a ručne vmiešame vyšľahanú smotanu s mascarpone.
- Rýchla karamelová šľahačka Liana:** Vyšľahanú smotanu s mascarpone ochutíme 2 baleniami karamelovej polevy Liana a práškovým cukrom – za pár minút vznikne hotová karamelová šľahačka.
- Karamelová poleva:** Pripravíme podľa návodu s pridaním preosiateho práškového cukru a vody (alebo mlieka). Hustotu regulujeme množstvom tekutiny alebo pridaním roztopeného masla na dosiahnutie hrubšej vrstvy polevy.

Objavte naše produkty

liana.sk

a recepty, ktoré chutia.

Kvalita v kuchyni



GLUTEN
FREE



Objavte naše produkty

liana.sk

a recepty, ktoré chutia.

Kvalita v kuchyni



GLUTEN
FREE



RECEPT NA UNIVERZÁLNE BEZLEPKOVÉ MEDOVNÍKOVÉ CESTO

Mladá pekárka Eliška z Pečie celé Slovensko 5 dôveruje pri pečení Liane.

 30 minút  30 ks

UNIVERZÁLNE CESTO

160 g med
160 g kryštálový cukor
120 g maslo
200 g Liana Fine mix
250 g Liana Cake mix
2 ks celé vajcia
1 žltok + 1 PL vody
(na potretie)

1. Med, cukor a maslo zohrejeme. V miske si zmiešame obe múky, prilejeme horúcu zmes.
2. Do vychladnutej zmesi pridáme vajcia a cesto vypracujeme. Zabalíme do fólie a uložíme do chladničky (ideálne cez noc).
3. Na druhý deň si na pomúčenej podložke rozvaľkame cesto ktoré vykrojíme.
4. Medovníčky preložíme na pečiaci papier. Pečieme 7 minút na 180 stupňoch.
5. Po upečení medovníčky potrieme vajíčkom zmiešaným s vodou.
6. Po vychladnutí medovníčky vložíme do uzatvárateľnej nádoby aby sme zachovali ich mäkkosť.

SUROVINY NA 3 VERZIE

200 g slivkový lekvár
50 g vlašské orechy
Liana Poleva citrónová
Liana Poleva karamelová

TRI PODOBY JEDNÉHO CESTA PODĽA ELIŠKY

1. Citrónová klasika: Medovníčky s citrónovou polevou Liana – svieža a jemná chuť.
2. Slivka & orech: Medovníčky so slivkovým lekvárom a orechmi – osvedčená vianočná kombinácia.
3. Slivka & karamel: Dva medovníčky plnené slivkovým lekvárom, navrchu karamelová poleva Liana.



Objavte naše produkty

liana.sk

a recepty, ktoré chutia.



Pohánkové linecké pečivo s makom

@sjuz

- 200 g hladkej pohánkovej múky
- 35 g nemletého maku
- 50 g práškového cukru
- 1 bal. vanilkového cukru
- kôra z 1 citróna
- 100 g masla
- 2-3 žltky (podľa veľkosti)

Na zlepovanie:

- džem

Na posypanie:

- práškový cukor

1. Všetky suroviny zmiešame, použijeme najprv len 2 žltky. Ak je cesto príliš suché, pridáme tretí žĺtok. Cesto zabalíme do potravinovej fólie a necháme v chladničke do druhého dňa.

2. Pred pečením cesto vyberieme a necháme pri izbovej teplote, aby trochu zmäklo. Potom cesto vyvaľkáme na hrúbku asi 3 mm a vykrajujeme ľubovoľné tvary, pričom do polovice kúskov vykrojíme v strede malé koliesko.

3. Vykrojené kúsky poukladáme na plech vystlaný papierom na pečenie a pečieme približne 10 minút v rúre vyhriatej na 160 °C na teplovzdušnom režime. Pečivo treba sledovať, každá rúra pečie inak.

4. Vychladnuté pečivo zlepíme ľubovoľným džemom a posypeme práškovým cukrom.



Bezlepkové vanilkové rožky

@ada2

- 100 g bezlepkovej múky MIX B
- 40 g amarantovej múky
- 100 g tuku na pečenie
- 20 g práškového cukru
- 60 g mletých orechov
- 1 žltok
- 1 bal. vanilkového cukru

Na obalovanie:

- práškový cukor
- vanilkový cukor

1. Zo surovín vypracujeme cesto, ktoré dáme do chladničky stuhnúť asi 30 minút.

2. Z cesta vyšľáme valček a nakrájame ho na kúsky, z ktorých vytvarujeme rožteky. Ukladáme ich na plech vystlaný papierom na pečenie. Pečieme pri 180 °C asi 20 minút.

3. Upečené rožteky necháme chvíľku ochladnúť a potom ich obalíme v zmesi práškového a vanilkového cukru.

Orechovo-čokoládové tortičky bez múky

@siuuu

Korpus:

- 150 g mletých vlašských orechov
- 2 PL medu alebo javorového sirupu
- 3 vajcia
- štipka soli

Plnka:

- pikantnejší džem (malinový, ríbezľový)
- roztopená čokoláda

Poleva:

- 100-150 g horkej čokolády
- 1-2 PL kokosového oleja
- 1-2 PL uvarenej kávy

Na zdobenie:

- vlašské orechy • cukrové perličky

1. Korpus: Z bielkov a štipky soli vyšľaháme tuhý sneh. Žltky zmiešame s mletými orechami a medom alebo javorovým sirupom. Do orechovej zmesi zľahka vmiešame sneh z bielkov. Hmotu vlejeme do menšieho pekáča vystlaného papierom na pečenie a rovnomerne rozotrieme. Pečieme v rúre zohriatej na 180 °C približne 15 minút.

2. Korpus necháme vychladnúť, odstránime papier na pečenie a okrúhlou formičkou vykrojíme kolieska. Kolieska po dvojiciach spájame zmesou roztopenej čokolády a džemu, do ktorej môžeme prípade primiešať aj rozmrvené odkrojky korpusu.

3. Čokoládu roztopíme s kokosovým olejom, na záver primiešame kávu. Takto pripravenou polevou tortičky polejeme a ozdobíme polovicami vlašských orechov a cukrovými perličkami.





Raw pistáciové guľky

@blissofplants

- 150 g nesolených pistácií
- 150 g mletých mandlí
- 250 g datlí
- 1 ČL mletej škorice
- 1 ČL jedlých sušených lístkov ruží

1. Všetky ingrediencie rozmixujeme v mixéri, kým nezískame hustú lepkavú zmes.

2. Zo zmesi vytvarujeme rovnako veľké guľky. Skladujeme v chlade.



Matcha šuhajdy

@zuzanka1367

- 200 g kvalitnej horkej čokolády
- 2 zarovnané PL kokosového oleja

Plnka:

- 120 g strúhaného kokosu
- 2 PL kokosovej smotany
- 1 PL vanilkového extraktu
- 2 zarovnané PL cukru muscovado
- 4 g čaju matcha
- 1 PL kokosového oleja

1. Nad parou rozpustíme čokoládu spolu s kokosovým olejom. Na pracovnú plochu rozložíme malé papierové košíčky. Na dno košíčkov nalejeme po troche čokolády a necháme stuhnúť. Druhú polovicu čokolády udržiavame v teple nad parou.

2. Plnka: Strúhaný kokos dáme do mixéra a mixujeme po dobu asi 10 minút, kým sa z neho spraví pasta, ak by sa mixoval

dlhšie, tak sa vytvorí kokosové maslo. Do vzniknutej pasty pridáme vanilkový extrakt, cukor, kokosovú smotanu, kokosový olej a matcha čaj, všetko spolu dobre premiešame.

3. Do každého košíčka so stuhnutou čokoládou na dne vtlačíme plnku a pozalievame zvyšnou tekutou čokoládou. Vrch ozdobíme podľa vkusu a šuhajdy necháme zatuhnúť.

Kokosové rožteky s kávovým krémom

@katarinalucanova

Cesto:

- 160 g bielkov
- 300 g kryštálového cukru
- 300 g strúhaného kokosu

Krém:

- 4 vajcia
- 150 g kryštálového cukru
- 400 g masla
- 1 PL instantnej kávy

Poleva:

- 200 g bielej čokolády
- 70 g rastlinného tuku na polevy
- 1/2 ČL instantnej kávy

1. Cesto: Bielky s kryštálovým cukrom šľaháme nad parou do hustej peny približne 10 minút. Odstavíme a necháme vychlaďiť. Do ešte trochu teplej bielkovej hmoty vmiešame strúhaný kokos.

2. Cesto preložíme do vrečka s okrúhlou špičkou. Na plech vystlaný papierom na pečenie nastriekame rožteky. Pečieme 6 minút v rúre vyhriatej na 200 °C. Potom rúru vypneme, otvoríme dvierka a ešte 15 minút rožteky dosušame.

3. Krém: Vajcia s cukrom šľaháme nad parou 15-20 minút. Necháme vychlaďiť. Do vychladeného vaječného základu pridáme instantnú kávu a po častiach postupne zašľaháme maslo.

Hotový krém nastriekame na vychladené rožteky. Dáme schlaďiť.

4. Poleva: Čokoládu s tukom roztopíme nad parou, dobre premiešame a pridáme instantnú kávu. Rožteky zvrchu namáčame do polevy. Čokoláda by nemala byť príliš horúca, aby sa nezačal krém na rožtekoch topiť.





Vianočný vajecný likér

@svetliii

- 250 ml rumu
- 5 žltkov
- 1 konzerva sladeného kondenzovaného mlieka
- 2 PL práškového cukru
- 1 bal. vanilkového cukru

1. Do hrnca dáme zovrieť vodu. Do misy dáme žltky, práškový a vanilkový cukor a mixérom nad parou poriadne vyšľaháme do hladkého krému.

2. Vyšľahaný krém preložíme do kuchynského robota a pridáme sladené kondenzované mlieko. Začneme šľahať na nižších otáčkach a pomaly postupne otáčky

zvyšujeme. Mixujeme 2 hodiny.

3. Potom prilejeme rum a ďalej mixujeme aspoň 1 hodinu. Čím dlhšie sa likér mixuje, tým je lahodnejší.

4. Nakoniec likér precedíme cez sitko, aby sme odstránili prípadné hrudky. Likér prelejeme do fľaše a skladujeme v chladničke. Takto pripravený likér vydrží týždeň.



Nepečené karamelové prekvapenie

@olinecka



- 350 g mliečnej alebo horkej čokolády
- 60 ml slnečnicového oleja

Karamelový krém:

- 250 g kryštálového cukru
- 60 g masla
- 200 ml smotany na šľahanie (33 %)

Plnka:

- hrst arašidov alebo orechov
- želé cukríky



1. Karamelový krém: Cukor na miernom plameni skaramelizujeme, pridáme maslo, za stáleho miešania varíme, pokiaľ sa všetko nespojí. Opatrne prilejeme smotanu a krátko povaríme. Horúce prelejeme do sklenenej misy, zakryjeme potravinovou fóliou a necháme 30 minút chladiť. Potom prešľaháme mixérom a opäť dáme do chladničky stuhnúť.

2. Čokoládu nasekáme, pridáme olej a rozpustíme vo vodnom kúpeli. Silikónové formičky vymažeme rozpustenou čokoládou a necháme stuhnúť, postup opakujeme dvakrát.

3. Stuhnutý karamelový krém prešľaháme mixérom a preložíme do cukrárskeho vrečka s rovnou špičkou. Na dno košíčkov naniesieme karamelový krém, pridáme nasekané arašidy a pokrúžané želé cukríky. Na plnku opäť dáme karamelový krém a vrch zalejeme alebo potrieme zvyšnou čokoládovou polevou. Hotové dáme do chladničky stuhnúť. Pred podávaním vyklopíme z formičiek, vrch ozdobne popráskame čokoládovou polevou a vložíme do papierových košíčkov.





Orieškové pusinky so škoricou

@zuzkabluzka

- 3 bielky
- 250 g práškového cukru
- 1 bal. vanilkového cukru
- 1-2 ČL mletej škorice
- 300 g najemno pomletých lieskových orieškov
- štipka soli

Na ozdobu:

- lieskové oriešky

1. Bielky so štipkou soli vyšľaháme na sneh a postupne, po troche pridávame cukor. Šľaháme, kým sa nevytvorí hustá snehová hmota, z ktorej si odložíme asi 4 lyžice bokom na záverečné ozdobenie pusínok. Do snehovej hmoty jemne primiešame pomleté oriešky a škoricu.

2. Plech vystelieme papierom na

pečenie. Za pomoci dvoch lyžíc tvarujeme na papier pusinky, asi pol lyžice hmoty na každú. Na každú do stredu dáme malú kávovú lyžičku odloženého bielkového snehu. Každú pusinku ozdobíme lieskovým orieškom, ktorý opatrne položíme na sneh.

3. Pusinky pečieme v rúre vyhriatej na 120 °C asi 25 až 30 minút.

Bezlepkové medové rezy

 @elisticka  **Cesto:**

- 450 g bezlepkovej múky Cake mix
- 2 vajcia
- 2 žltky
- 200 g práškového cukru
- 2 KL sódy bikarbóny
- 4 PL medu 
- 70 g tuku na pečenie

Krém:

- 400 ml mlieka 
- 1 bal. Zlatého klasu 
- 1 bal. vanilkového cukru
- 250 g masla
- 150 g práškového cukru

Na potretie:

- ríbezľový džem 

Poleva:

- 100 g bezlepkovej čokolády (70 %) 
- 50 g tuku na polevy 
- 10 g masla



1. Cesto: Do misy dáme múku, cukor, vajcia, žltky, med, zmäknutý tuk a sódu bikarbónu a rukou vypracujeme jemné cesto. Cesto rozdelíme na 4 diely. Každý kus cesta vyvalkáme na papieri na pečenie asi 1,5 cm od kraja a popicháme vidličkou. Takto pripravíme všetky 4 cestá naraz, lebo sa pečú rýchlo. Cesto s papierom dáme na obrátený plech alebo špeciálny plochý a pečieme na 200 °C asi 7 minút. Upečené pláty necháme na papieri.

2. Krém: Z mlieka, Zlatého klasu a vanilkového cukru uvaríme pudink, ktorý necháme vychladnúť. Maslo rozšľaháme s práškovým cukrom a pridáme vychladnutý pudink.



3. Začneme plniť medové pláty. Na prvý plát natrieme krém, priložíme druhý plát, ktorý natrieme džemom. Priložíme tretí plát, natrieme krémom a priložíme štvrtý plát. Zákusok zaťažíme (asi 1 kg záťaže) a dáme na pol hodinky schlaďiť.

4. Čokoládu, maslo a tuk roztopíme nad parou. Vrch zákuska natrieme zvyšným krémom a polejeme čokoládovou polevou, necháme stuhnúť.





Vianoce bez lepku? Žiaden problém!

„A ty čo budeš jesť?“ – táto otázka sa ozýva pri každom stravovaní, nielen počas Vianoc. Kým sa ostatní napchávajú už tretím vanilkovým rožekom, vy skúmate a pýtate sa, či v tom koláčiku určite nie je ani smietka múky. Znie vám to povedome? Vitajte v klube! Ale máme pre vás dobrú správu: Vianoce bez lepku nemusia byť Vianoce bez chuti, radosti a tradícií.

Zabudnite na predstavu, že bezlepková diéta znamená sedieť pri vianočnom stole so smutným pohľadom. **Časy, keď ste museli odmietať babičkino pečivo s výrazom obetného baránka, sú preč!** Dnes môžete mať všetko – od medovníkov cez vanilkové rožky až po vianočnú štolu. Stačí vedieť ako na to a kde hľadať.

Tip číslo 1: Plánujte vopred (a nenechávajte to na Štedrý deň)

Prvé pravidlo bezlepkových Vianoc? Nečakajte do poslednej chvíle. Kým vaša teta môže kúpiť cesto na štrúdl'u hodinu pred pečením, vy potrebujete trochu viac stratégie. **Vytvorte si zoznam všetkého, čo budete potrebovať** – od múky na pečenie cez hotové bezlepkové koláče až po chlieb. A tu prichádza na scénu Bezlepkáč.sk – eshop, ktorý vám ušetrí obchádzanie siedmich obchodov s nádejou, že niekde nájdete tú správnu bezlepkovú múku.

Tip číslo 2: Staňte sa šéfkuchárom svojich Vianoc

Aký je najlepší spôsob, ako mať istotu, že budete mať čo jesť? Upečte si to sami! A nebojte sa, bezlepkové pečenie nie je raketová veda. Dnes existujú hotové zmesi na všetko možné – medovníky, linecké koláčky... **Na Bezlepkáč.sk nájdete všetko. Od múk až po zmesi, ktoré vám garantujú, že vaše pečivo bude rovnako chutné ako to "s lepkom".** Možno aj chutnejšie – aspoň tak to budete tvrdiť rodine.



Bezlepkáč.sk

Tip číslo 3: Vybavte sa pre host'ov (a hlavne pre seba)

Keď k vám príde návšteva, nechcete predsa len tak sedieť a pozeráť, ako si ostatní pochutnávajú na koláčikoch. **Natlačte do špajze poriadnu zásobu.** Bezlepkové oblátky alebo vianočné perníčky – to všetko dnes existuje v bezlepkovej verzii a je rovnako návykové ako originál. A keď niekto povie "ale ved' to určite nechutí tak dobre," jednoducho mu nedajte ochutnať. Nech sa páči, viac pre vás!

Tip číslo 4: Komunikujte jasne (ale s úsmevom)

Keď vás svokra pozve na vianočnú večeru, neváhajte a povedzte jej vopred, čo môžete a čo nemôžete jesť. **Skúste jej ponúknuť, že niečo prinesete.** Väčšina ľudí ocení, že to nemusia celé riešiť sami, a vy budete mať istotu, že nebudete hladovať.

Tip číslo 5: Nájdite si spojenca v online svete

V dnešnej dobe nemusíte behať po obchodoch a študovať etikety ako detektív. Bezlepkáč.sk vám umožní nakúpiť všetko pohodlne a prehľadne z domu. Potrebujete múku? Klik. Hotové pečivo? Klik. Nové recepty a inšpiráciu? Tiež ich tam nájdete. Je to ako mať bezlepkového pomocníka, ktorý je k dispozícii 24/7 a nikdy vás nesúdi za nákup piatich balení čokoládových keksíkov naraz.

Záver(alebo skôr začiatok vašichbezlepkových Vianoc)

Vianoce sú o tom byť spolu, smiať sa a užívať si chvíle s blízkymi. Nie o tom, čo nemôžete jesť, ale o tom, čo môžete. S trochou plánovania a pozitívnym prístupom môžu byť vaše bezlepkové Vianoce rovnako bohaté, chutné a radostné ako ktorékoľvek iné.

Tak poďte na to – naplánujte si menu, objednajte si ingrediencie a ukážte svetu, že Vianoce bez lepku sú proste úžasné. A keď vás niekto znovu opýta "A ty čo budeš jesť?", usmejte sa a povedzte: "Všetko. Len lepšie."



Získaj zľavu 10% s kódom*

BEZLEPKU10



*Akcia platí pri nákupe nad 30€



Bezlepkáč.sk





Happylife

— ORGANIC —

**ZĽAVA 10% NA CELÝ SORTIMENT V E-SHOPE:
ZĽAVOVÝ KÓD: HAPPYVIANOCE**

WWW.HAPPYLIFE.EU/OBCHOD

PLATNOSŤ KÓDU: DO 31. 12. 2025



To pravé kokosové!

WWW.HAPPYLIFE.EU



ODŠŤAVOVAČ

NÍZKOOTÁČKOVÝ

- VIAC VITAMÍNOV
- MAXIMUM ŠŤAVY
- KAŽDODENNÝ DETOX
- EKOLOGICKÁ VOČBA
- JEDNODUCHÁ ÚDRŽBA
- ZERO WASTE
- TICHÝ CHOD



Bravčové karé s glazúrou a pečenými zemiakmi



Ingrediencie (pre 4 osoby):

Na mäso:

1 kg bravčového karé v celku
soľ, čierne korenie
2 PL olivového oleja
2 PL medu
2 PL kečupu Tomata
2 PL plnotučnej horčice Tomata
1 PL sójovej omáčky
cibuľový prášok

Na prílohu:

700 g menších zemiakov
2 jablká
2 PL olivového oleja
soľ, čierne korenie

Postup:

Mäso osolíme, okoreníme a vložíme do zapiekacej misy. V miske zmiešame kečup, horčicu, med a cibuľový prášok. Vzniknutou zmesou mäso dôkladne potrieme. Necháme marinovať aspoň 1 hodinu, ideálne cez noc v chladničke.

Rúru predhrejeme na 180 °C. Do pekáča s mäsom priložíme zemiaky a jablká nakrájané na mesiačky. Pokvapkáme ich oli-

vovým olejom a osolíme. Pečieme približne 70–80 minút, podľa veľkosti. Počas pečenia mäso niekoľkokrát potierame výpekom, aby sa vytvorila krásna lesklá kôrka.

Servírovanie:

Po upečení necháme mäso 10 minút odpočívať. Nakrájame na plátky a podávame so zemiakmi a pečenými jablkami. Na záver posypeme čerstvou petržlenovou vňaťou.

Slovenské výrobky od Tomaty - to pravé do vašich receptov

Rodinná firma s tradíciou od roku 1991

Tomata s.r.o. je slovenská rodinná spoločnosť, ktorá už viac ako 30 rokov prináša na trh paradajkové produkty vyrábané z prvotriednych surovín. Tomata nie je iba ľudom výroby paradajkového pretlaku. Ich kečupy, omáčky, pomazánky či horčice naplnia očakávania aj tých najnáročnejších gurmánov, pretože sú vyrábané z kvalitných surovín bez zby-

točných umelých prísad a farbív.

Spoločnosť Tomata s.r.o. kladie skutočne veľký dôraz na kvalitu svojich produktov. Tajomstvo vynikajúcej chuti výrobkov spočíva okrem iného aj v ich úzkej spolupráci s overenými a spoľahlivými pestovateľmi. Ich portfólio zahŕňa viac ako 40 produktov, ktoré sú dnes distribuované do všetkých hlavných obchodných sietí s vynikajúcou dostupnosťou.

100% kvalita a chuť v každom produkte

Pýchou spoločnosti sú vlastné polia rajčín, kde pestujú pravé, šťavnaté a slnkom dozreté paradajky. Samozrejme spolupracujú aj so spoľahlivými zahraničnými pestovateľmi, pri tých je taktiež pôvod garantovaný - vysoká kvalita. V spoločnosti sa neustále sleduje kvalita

surovín v každej fáze od pestovania až po spracovanie. Tomata výrobky sú tou najlepšou voľbou pre každého = bez lepku, umelých farbív, lokálne a hlavne vo vysokej kvalite. Ich dôraz na kvalitu a bezpečnosť robí z Tomaty s.r.o. jedinečného partnera pre tých, ktorí dbajú na svoje zdravie.

Tip:

Ak chceš intenzívnejšiu chuť, môžeš do minády pridať trochu balzamického octu.



Vedeli ste, že...?

Paradajkový pretlak od Tomaty obsahuje až 95 % paradajok – bez zahusťovadiel a umelých prísad.

Všetky produkty sú prirodzene bezlepkové, vhodné aj pre ľudí s intoleranciou na lepok.

Tomata nepoužíva geneticky modifikované suroviny, čím zaručuje prirodzenú kvalitu a autentickú chuť.



Dokonalá voľba pre obed
alebo večeru počas týždňa.
Príprava v rúre alebo teplo-
vzdušnej fritéze bez oleja.

Oslava či rodinné stretnutie? S pečenými zemiakmi
McCain zabodujete u malých i veľkých. Pre všetkých,
ktorí majú radi chuť domácej kuchyne.

Chutné a extra
chrumkavé prílohy
k obľúbeným
jedlám alebo len
tak, ako odmena
po náročnom dni.
Stanú sa ďalším
členom vašej
rodiny.

**AKO
OD
MAMIČKY**

**JEDNODUCHÉ
A
AUTENTICKÉ**

**CHUTNÉ
A CHRUMKAVÉ
ZEMIAKOVÉ DOBROTÝ
McCain**

**POTEŠENIE
NA KAŽDÝ
DEŇ**

**PRE VŠETKY
PRÍLEŽITOSTI,
KTORÉ VÁM
ŽIVOT
PRINESIE**

**VÝNIMOČNÁ
CHVÍĽA**

Preneste si street
food k vám domov!
S hranolčkami McCain
zažijete chutný
a chrumkavý zážitok,
či ich naservírujete ako
pohostenie pre priateľov
alebo ako zaujímavú
prílohu pre vašich
blízkyh. Stačí si
užívať len zemiakovú
chuť a intenzívnu
chrumkavosť.

CRISPERS A RUSTIC CHIPS
Tieto výrobky sú atestované.

www.mccain.sk

Vianočná nepečená smotanová torta bez lepku s piškótami, s tvarohom a s čerstvými jahodami



Na formu s Ø 24 cm potrebujeme 200 g okrúhlych piškót bez lepku, 800 g kyslej pochúťkovej smotany, 250 g jemného tvarohu, 70 - 80 g práškového vanilkového cukru, 400 g čerstvých jahôd. **Na ozdobenie potrebujeme** 200 g čerstvých brusníc a 9 čerstvých vetvičiek rozmarínu.

Na dno okrúhlej formy poukladáme ako prvú vrstvu okrúhle piškóty plochou vrstvou nadol. Na piškóty navrstvíme smotanový krém, ktorý si pripravíme tak, že v miske zmiešame kyslú smotanu, jemný tvaroh a práškový cukor podľa chuti. Na smotanový krém poukladáme nakrájané kúsky jahôd na rovnako hrubé plátky, aby sa na ne dobre ukladali piškóty. Na jahody poukladáme znovu piškóty a prekryjeme ich smotanovým krémom. Na krém poukladáme opäť jahody, na jahody navrstvíme piškóty a prekryjeme poslednou vrstvou smotanového krému. Krém uhladíme špachtľou alebo lyžicou a takto pripravenú smotanovú tortu odložíme do chladničky najlepšie na celú noc. Tortu môžeme pred podávaním ozdobiť čerstvými brusnicami a vetvičkami rozmarínu.

Hamánek



www.hamanek.cz

Taliansky bezlepkový koláč Panettone

Kvások: 100 ml vlažného mlieka, 1 PL kryštálového cukru, 50 g Mix per pane, 16 - 18 g čerstvého droždia. 1. cesto: kvások, 350 g Mix per pane, 100 g kryštálového cukru, štipka soli, 1 vanilínový cukor, 2 čl xantánovej gumy (8 – 9 g), 1 čl sušenej pomarančovej kôry, 1 PL psyllia + 100 ml vody vopred zamočiť, 140 – 150 ml mlieka, 1 vajce, 2 žĺtky a 2. cesto: 1. cesto, 1 PL medu, 50 g roztopeného masla, 100 g hrozienok, 100 g kandizovaného ovocia, 5 PL rumu

Zo surovín na 1. cesto vymiesime cesto a necháme ho kysnúť 12 h. Po 11 hod. kysnutia namočíme hrozienka a kandizované ovocie do rumu. Necháme ich namočené 1 hodinu a potom ich pridáme spolu s ostatnými surovinami do cesta a urobíme 2. cesto. Cesto preložíme do 1 väčšej formy na Panettone alebo dvoch menších a necháme kysnúť ďalšie 3 až 4 h, objem by sa mal strojnásobiť. Potom ho dáme piecť na spodnú úroveň rúry na teplotu 180 stupňov cca na 45 minút (pri menších Panettone je doba pečenia kratšia). Po upečení Panettone prepichnete v spodnej časti ihlicami, otočíme ho dnom hore a takto ho o niečo zavesíme a necháme vychladnúť pri izbovej teplote.

Alena Kurucová, autorka blogu **Bezlepkové mňamky od Alenky**



Bezlepkové vanilkové rožky

Na cesto potrebujeme: 250 g hladkej ryžovej múky, 100 g mandľovej múky, 50 g práškového cukru, 1 vanilkový cukor (nie vanilínový), 1 vajce, 175 g povoleného masla, 1 čl xantánovej gumy (3 g) a Obalenie: 30 g práškového cukru + 2 ks vanilkový cukor.

Suroviny na cesto zmiešame, rozdelíme na 4 časti, z každej časti vytvarujeme valček s priemerom asi 3 cm, zabalíme ho do potravinovej fólie a dáme do chladničky schlaďiť asi na 1 h. Po schladení z každého valčeka nakrájame 10 ks a vytvarujeme rohlíčky. Dáme piecť na 180 stupňov na 8 - 10 minút. Po upečení necháme vychladnúť a obalíme ich v cukre.

Alena Kurucová **Bezlepkové mňamky od Alenky**





Madlenky

24 – 30 ks (záleží od veľkosti formy)

Cesto

- 200 g maslo
- 150 g celé vajíčka (cca 3 vajíčka)
- 150 g bezlepková múka Schär mix C Pâtisserie
- 130 g kryštálový cukor
- 70 g kokosové mlieko
- 50 g kakao
- 30 g med
- 7 g prášok do pečiva
- 1 ČL mletá vanilka + 1/3 ČL soľ

Čokoládová ganache

- 150 g čokoláda
- 50 g bezlaktózová smotana (kokosové mlieko)
- 1 PL vanilkový extrakt alebo 1 ČL mletej vanilky

Zdobenie

- Biela čokoláda
- jedlé kvety
- jedlé zlato

Ak chceme Madeleines zdobiť jedlými kvetmi, odporúčam pred samotným pečením: Jedlé kvety poukladať medzi 2 papiere na pečenie a zaťažiť napríklad knihou aspoň na 24 hodín.



**MARTINA
IGONDOVÁ**



@littlesweets_by_martina



Postup

- 1. Maslo rozpustíme a necháme vychladnúť na izbovú teplotu.
- 2. Celé vajíčka vymiešame s cukrom ručne metličkou (nie v kuchynskom robote!).
- 3. Primiešame mlieko, med a maslo.
- 4. Všetky suché ingrediencie zmiešame a preosejeme cez sitko a zapracujeme do tekutej zložky.
- 5. V uzatvorenej nádobe uskladníme v chladničke na 24 hodín.
- 6. Cesto pred pečením necháme pri izbovej teplote približne 1 hodinu.
- 7. Naplníme do formy na Madeleines (približne do ¾ každej madlenky). Rada: Ak použijete silikónovú formu, cesto môžete priamo naplniť do formy. Ak použijete kovovú formu, treba vymastiť maslom.
- 8. Pečieme pri teplote 210 °C 2 minúty, potom stiahneme teplotu na 170 °C a pečieme ďalších 8 minút.
- 9. Ešte do teplých madleniek pomocou cukrárskej špičky a vrečka naplníme ganache alebo džemom.
- 10. Rozpustíme si čokoládu a do formy na madlenky dáme približne 1 ČL roztopenej čokolády.
- 11. Naplnené madlenky vložíme opäť do formy a jemne pritlačíme, tak aby sme videli, že čokoláda vystúpila jemne po okrajoch.
- 12. Necháme v chladničke stuhnúť aspoň 1 hodinu.
- 13. Madlenky vyberieme z formy a môžeme dozdobiť kvetmi, zlatom alebo kúskami lyofilizovaného ovocia.



Bezlepkové zázvorníky

Potrebujeme: 2 vajcia + 1,5 až 2 hrnčeky hladkej ryžovej múky + 0,5 hrnčeka cukru + 2 ČL mletého zázvoru + 1 ČL kypriaceho prášku do pečiva bez lepku a štipku soli

Zmiešame sypké suroviny. Pridáme vajíčka a vymiesime kompaktné cesto. Ak sa príliš lepí, pridáme ešte trochu ryžovej múky. Hotové cesto dáme oddýchnuť aspoň na 1 - 2 hodiny do chladničky, no pokojne aj na celú noc. Cesto vyberieme z chladničky, vyvaľkáme na podložke posypanej ryžovou múkou, povykrajujeme, poukladáme na plech vystlaný papierom na pečenie a pečieme pri 180° dozlatista tak, aby aj zo spodnej strany mierne klopkali, no pritom boli v strede vláčne mäkké. *Dobrá chuť vám želá Beátka Petrová*





Dokonalé zdravé včelie úliky s malinami BRIX

Sladké nemôže byť zároveň zdravé?

O tom, že opak je pravdou sa Vás my v BRIXe snažíme presvedčiť už nejaký ten piatok. Použite zdravé, kvalitné a chutné suroviny a jedinečný zdravý pôžitok bude na svete! Pripravili sme pre Vás recept na náherné **včelie úliky**, ktoré zároveň vyzerajú ako malé vianočné stromčeky. Ich výrazná malinová chuť Vás naozaj dostane a vychutnať si ich môžete bez výčitiek svedomia.

Príprava včelích úlikov je síce pracnejšia, no výsledok stojí za tú námahu a čas. Ide o nepečený dezert, ktorý je vo svojej podstate naozaj veľmi jednoduchý. Nezabudnite si vopred zabezpečiť **formičku na včelie úliky**. Tú zakúpíte v bežnej predajni s domácimi alebo cukrárskymi potrebami vo Vašom meste, prípadne online.

Na prípravu budete potrebovať

na cesto:

- 120 g kukuričných piškót
- 100 g práškového cukru
- 90 g zmäknutého masla
- 3 PL mlieka
- 30 g preosiatej drte z lyofilizovaných malín BRIX

na podstavu úlikov:

- 20-25 ks bezlepkových piškót



na plnku:

- 40 g drte z lyofilizovaných malín BRIX
- 100 ml vody
- 1 PL pomarančovej šťavy
- 70 g zmäknutého masla
- 1 PL práškového cukru

Postup

Najprv si pripravíme cesto na úliky.

V mixéri rozmixujeme piškóty na prach, pridáme práškový cukor, preosiatu malinovú drť (alebo lyofilizované maliny, ktoré sme podrviли napr. v mažiari), zmäknuté maslo, mlieko a vypracujeme hladké cesto. Ak nechceme v ceste malinové zrníčka, je dôležité použiť iba preosiaty prášok. Cesto odložíme na hodinu do chladničky, aby sa nám s ním dobre pracovalo pri plnení formičky.

Následne pripravíme náplň.

V menšom hrnci na chvíľu zohrejeme spolu malinovú drť (aj so zrníčkami), práškový cukor a vodu. Zahrievame iba dokým sa nám rozpustí cukor a získame tak jednotnú hmotu. Určite zmes nechceme priviesť do varu - inak by sme stratili niektoré vitamíny z lyofilizovaných malín a to by bola škoda.

Plniacu zmes necháme chvíľu postáť, aby vychladla na izbovú teplotu a malinová drť nasiakla vodu. Do zmesi prišľaháme zmäknuté maslo a pomarančový šťavu. Plnku odložíme do chladničky približne na 30 minút.

Keď máme cesto vychladené, pripravíme si formu na úliky a vysypeme ju práškovým cukrom.



Odoberieme si približne 13 g cesta a vtlačíme ho do formičky.



Druhým dielom formičky vtlačíme dierku na náplň a zvyšok vytlačeného cesta odložíme bokom.



Hotový úlik opatrne vyberieme a tento postup opakujeme až kým minieme cesto. Nám vyšlo približne 23 úlikov.



Pripravené úliky začneme plniť malinovou plnkou pomocou cukrárskeho vrecka.



Naplnený úlik uzavrieme bezlepkovou piškótou a máme hotovo! V chladničke Vám vydržia týždeň. :)



Všetky produkty BRIX - Grown for flavour sú vhodné pre celiatikov i ľudí s alergiou na lepok.
V našich prevádzkach sa nespracúvajú žiadne potraviny obsahujúce lepok.

MEDOVÁ TORTA

s vanilkovým krémom

NÁROČNOSŤ: stredne náročné

ČAS PRÍPRAVY: 20 minút

VYSTAČÍ NA: 8-12 porcií

Potrebuje:

NA CESTO:

220 g masla
110 g trstinového cukru
1 balíček Trstinového cukru
s arómou rum Dr. Oetker
70 g medu
3 vajce
70 g mletých vlašských orechov
150 g hladkej pohánkovej múky
170 g hladkej kukuričnej múky
0,75 KL Sódy bikarbóny
Dr. Oetker
1 KL Perníkového korenia
Dr. Oetker
štipku soli

NA KRÉM:

1 balíček Zlatého klasu
Originál Dr. Oetker
400 ml plnotučného mlieka
½ plechovky Salko
2-3 balenia Vanilínového cukru
Dr. Oetker
2 PL rumu
4 PL marhuľového džemu
1 balenie Polevy tmavej
Dr. Oetker

Príprava:

1. Nad parou v miske rozpustíme maslo s medom a cukrom. Do trochu vychladnutej zmesi metličkou primiešame vajcia. V samostatnej miske zmiešame múky, mleté orechy, sódu, perníkové korenie a štipku soli. Potom po častiach zapracujeme do tekutej zmesi. Vznikne nám redšie cesto.
2. Na papier na pečenie obkreslíme dno tortovej formy s priemerom 21 cm. Z tohto množstva by malo vyjsť 5 plátov. Cesto rovnomerne naniesieme stierkou na kruhy v čo najtenšej vrstve tak, aby kúsok presahovalo. Po upečení totiž budeme z cesta vykrajovať.
3. Teplota rúry: 175 °C
4. Doba pečenia: asi 9 - 10 minút
5. Pláty necháme vychladnúť ešte na papieri na pečenie a až potom ho opatrne odstránime. Pomocou tortovej obrúče vykrojíme z plátov rovnaké kruhy.
6. Maslo necháme zmäknúť. Z krémového prášku pripravíme hustejší krém so 400 ml mlieka podľa návodu na obale. Krém prikryjeme fóliou, aby sa ho dotýkala a necháme vychladnúť. Maslo vymiešame ho spolu s cukrami, pridáme Salko a premiešame. Po častiach vmiešavame aj puding. Takto vzniknutý krém dáme do chladničky.
7. Spodný plát pokvapkáme rumom a pomocou cukrárskeho vrečka naniesieme vrstvu krému. Prikryjeme druhým kruhom a ten natrieme džemom. Naniesieme krém, tretí plát, rum, krém, štvrtý plát, džem, krém a na koniec posledný plát. Rukou pritlačíme a dáme stuhnúť do chladničky. Polevu pripravíme podľa návodu na obale, polejeme ňou tortu a rozotrieme. Môžeme ozdobiť orechmi.

Tip:

Tortu podávame ideálne až na druhý deň. Krájame nahriatým nožom, aby nám poleva nepopraskala.



BEZGLUTÉNOVÁ maková bábovka

NÁROČNOSŤ: jednoduché

ČAS PRÍPRAVY: 40 minút

VYSTAČÍ NA: asi 16 porcií

Potrebuje:

NA CESTO:

250 g zmäknutého masla
70 g práškového cukru
6 žĺtkov
1 balíček Trstinového cukru
Citrón Dr. Oetker
6 bielok
štipku soli
60 g cukru
300 g 100 % Maku mletého
Dr. Oetker
100 g mletých pražených
lieskových orechov

NA OZDOBENIE:

2 zarovnané PL Holandského
kakaa Dr. Oetker

EŠTE POTREBUJEME:

formu na bábovku (Ø 23 cm)
šľahač

Príprava:

1. Na prípravu cesta v mise vyšľaháme maslo s cukrom, žĺtkami a trstinovým cukrom elektrickým ručným šľahačom nastaveným na najvyšší stupeň do peny. V inej mise vyšľaháme bielky so soľou a cukrom na tuhý sneh. Do žĺtkovej zmesi striedavo ručne primiešavame mak s orechmi a sneh a vymiešame dohľadka.
2. Cesto nanesieme do vymastenej a múkou vysypanej formy. Vložíme do predhriatej rúry a pečieme.
3. Doba pečenia: asi 60 minút
4. Elektrická rúra: 180 °C
5. Teplovzdušná rúra: 160 °C
6. Bábovku necháme asi 10 minút vo forme ochladnúť. Potom ju opatrne vyklopíme.

Tip:

Pred podávaním
bábovku pocukrujte.
Zaujímavou alternatívou
je tiež použitie vašej
obľúbenej Polevy
Dr. Oetker





Medvedie labky mojej babky

v bezlepkovej a bezmliečnej verzii



350 g bezlepková zmes na prípravu jemného pečiva

250 g mletých škvarkov

120 g práškový cukor

80 g mleté orechy

1 ks vajce

1 lyžica kakaa

strúhaná kôra z polovice citróna

1 vanilkový cukor

½ čl mletej škorice



Na obalenie: 7 PL práškového cukru

½ čl muškátového orieška + 1 vanilkový cukor

Zo surovín v miske ručne spracujeme cesto. Cesto je drobivé, necháme ho v miske, obalíme potravinovou fóliou a necháme postáť do druhého dňa v chladničke. Potom cesto natlačíme do suchých formičiek. Pečieme na 180°C cca 20 - 25 minút. Medvedie labky nevyklepujeme teplé. Mrvia sa. Studené obalíme v cukrovej zmesi.



Jana Tesák Potomová - Brusnica bakery



Bezlepkové mandľové cookies

Rýchly a jednoduchý recept len s 3 ingredienciami

Tieto neuveriteľne ľahké a vlhké mandľové sušienky, ktoré sú bez mlieka a lepku, sa pripravujú rýchlo a jednoducho. Po ich vyskúšaní ich budete chcieť mať nie len na Vianoce, ale aj kedykoľvek cez rok. **Tento recept si vyžaduje iba tri ingrediencie:**

350 g mandľovej múky alebo pomletých mandlí
100 g práškového cukru
3 vajcia
30ks mandlí (voliteľné)

1. Práškový cukor: Uistite sa, že je dobre preosiaty, pretože tento typ cukru má tendenciu vytvárať hrudky pri skladovaní.
2. Mandľová múka: je možné použiť aj pomleté mandle. Cesto sa spojí, iba mierne zmení textúru.
3. Vajcia: 3 ks strednej veľkosti a izbovej teploty.
4. Na ozdobenie sušienok môžete pridať celé mandle.



Ak chcete, môžete si prispôbiť alebo pridať ďalšie ingrediencie. Napríklad vanilkový extrakt alebo mandľový extrakt do cesta pre viac chuti, alebo trochu citrónovej kôry. Tieto sušienky sú naozaj veľmi jednoduché a rýchle na prípravu.

POSTUP:

1. Predhrejte rúru na 180°C .
2. Do veľkej misky dajte mandľovú múku a preosejte práškový cukor. Zmiešajte ich spolu, kým sa nespoja.
3. V samostatnej miske rozšľahajte vajcia. Nalejte ich na suché ingrediencie a premiešajte, kým nezískate husté, mierne vlhké cesto. Bude trochu lepivé, čo je úplne normálne.
4. Pomocou malej naberačky na zmrzlinu si naberte časť cesta a vytvorte z nej malé guľičky.
5. Guľičky uložte na plech vystlaný papierom na pečenie alebo silikónovou podložkou. Každú sušienku jemne sploštite prstami.
6. (Voliteľne) Na každú sušienku môžete umiestniť sušnú mandľu.
7. Pečte asi 15 minút, alebo kým nebudú zafarbené do zlatista. Potom ich nechajte úplne vychladnúť na chladiacej mriežke.

Vaše mandľové sušienky budú na vonkajšej strane jemne chrumkavé, no vo vnútri ľahké, vláčne. Tieto sušienky sú ideálnym rýchlym občerstvením bez lepku, ktoré môžete pripraviť kedykoľvek máte chuť na sladkú pochúťku!



Udržte čerstvosť potravín s vákuovými dózami Status

Skvelý darček pre každú domácnosť!

Premýšľate nad praktickým a zároveň originálnym darčekom pre svojich blízkych? Vákuové dózy Status sú tým pravým riešením!

- Predĺžte životnosť potravín: vydržia čerstvé až 4x dlhšie
- Udržujte chute a vône: Vákuové dózy zabráňujú oxidácii a absorpcii pachov
- Praktické na cesty: Kompaktný a ľahké dózy sa ľahko prenášajú a skladujú

STATUS

Developed & made in Slovenia

VYROBENÉ
V SLOVINSKU

3 ROKY
ZÁRUKA

sú vhodné do:



Vyberte si z ponuky STATUS – špecialista na vákuovanie zo Slovinska:

PLASTOVÉ VÁKUOVÉ DÓZY STATUS FRESKO

- Ľahké a praktické
- Inovatívny dvojité ventil zabráňuje pretečeniu
- Moderný design
- Ideálne na cesty aj ako krabičky na obed

TRITÁNOVÉ VÁKUOVÉ DÓZY STATUS

- Vysoko odolné a nerozbitné
- Tritan nenasáva pachy ani farby
- Ekologické riešenie
- Pre náročného zákazníka

SKLENENÉ VÁKUOVÉ DÓZY STATUS

- Prírodné borosilikátové sklo
- Odolávajú teplotám od -20 °C do 300 °C
- Vhodné aj na pečenie v rúre
- Maximálne univerzálna

NEZABUDNITE – VÁKUOVÉ DÓZY STATUS SÚ PERFEKTNÝM VIANOČNÝM DARČEKOM, KTORÝ POTEŠÍ KAŽDÉHO MILOVNÍKA ČERSTVÉHO JEDLA A PRAKTICKOSTI V KUCHYNI!

Význam vianočných ruží:



ich symbolika,
pôvod a inšpirácia,
ako ich využiť
v adventnom období





Vonku je síce nevlúdne a sychravo, no vo vnútri veselo! Vianočné ruže prinášajú do zimných mesiacov farbu a spájajú celú Európu.

Vianočné ruže sú oveľa viac než len krásne okrasné rastliny. Pre mnohých ich žiarivá červená farba symbolizuje teplo, nádej a svetlo počas tmavých zimných mesiacov. Pripomínajú nám veci, na ktorých v tomto ročnom období najviac záleží: ľudskú blízkosť, malé gestá vďaka a pocit bezpečia, ktorý pramení zo spoločne stráveného času.

SPOLOČNÍK POČAS ADVENTNÉHO OBDOBIA

Príbeh vianočných ruží sa začína v Mexiku, no ich symbolika sa už dávno rozšírila do celého sveta a získala si srdcia ľudí, najmä v Európe. Vianočné ruže sú neoddeliteľnou súčasťou vianočného obdobia. Sú zmysluplným darčekom a tradičnou dekoratívnou rastlinou, ktorá nás sprevádza počas celého adventného obdobia. Pôvod a význam vianočných ruží spája príbeh nádeje a dôvery, vďaka čomu si vyslúžila nevídanú pozornosť počas vianočného obdobia.

VIANOČNÉ RUŽE – RASTLINY SO SYMBOLICKOU SILOU

Vianočné ruže (botanický názov: *Euphorbia pulcherrima*), známe aj pod názvami ako poinsettia, prýštec najkrajší či hviezda lásky, sú jednými z najobľúbenejších izbových rastlín počas vianočného obdobia v mnohých krajinách. Ich výrazné, hviezdicovité listene z nich robia pútavý vianočný symbol.

PRINÁŠAJÚ SVETLO A RADOSŤ DO ZIMNÝCH MESIACOV

V mnohých krajinách sú známe aj pod názvom vianočné hviezdy. Vychádza z ich charakteristického

sfarbenia listeňov v tvare hviezdy a tiež načasovania ich objavenia – práve na Vianoce sa totiž nádherne sfarbia do červena. Pre mnohých ľudí sú dnes vianočné ruže neoddeliteľnou súčasťou tohto ročného obdobia, predstavujú ľudskú blízkosť a dodávajú domovu teplo a žiarivý nádych farieb, ktoré prinášajú svetlo a radosť do tmavých zimných mesiacov. Vianočné ruže jednoducho spájajú dekoratívnu krásu s hlbokým symbolickým významom.

SYMBOLIKA ČERVENEJ A ZELENEJ FARBY

Tradičné farby vianočných ruží – jasne červená farba listeňov a sýtozelená farba listov sú späté s Vianocami na celom svete. V mnohých kultúrach žiarivá červená symbolizuje lásku a život a v kresťanskej tradícii predstavuje Kristovu krv. Táto farba tiež predstavuje teplo a priateľstvo a je tiež symbolom života a obetí mučeníkov. Červené akcenty vianočných ruží sa odrážajú aj v mnohých vianočných tradíciách, keď k nám v červenom šate napríklad zavíta svätý Mikuláš alebo Santa Claus a červené jablká zdobia vianočné stromčeky.



SYMBOL VITALITY A OPTIMISMU

Sýta zelená farba listov sa považuje za symbol nádeje, obnovy a večného života. Najmä počas tmavých zimných mesiacov sú zelené listy vianočných ruží pripomienkou vitality a optimizmu. Sú prísľubom nového života a nádeje a pomáhajú nám nezabudnúť, že aj v čase chladu a tmy môže nový život prekvitať a nádej vie pretrvať.

BETLEHEMSKÁ HVIEZDA: SYMBOLIKA A PÔVOD

Okrem rastliny existuje aj ďalšia významná vianočná hviezda, a to Betlehemska hviezda. Podľa biblického vianočného príbehu skupina mudrcov nasledovala jasnú hviezdu na oblohe. Táto hviezda ich priviedla k rodisku Ježiša. „A hľa, hviezda, ktorú videli na východe, išla pred nimi, až kým nezastavila nad miestom, kde bolo malé dieťa.“ (Matúš 2:9) V priebehu storočí sa táto hviezda stala mocným symbolom nádeje, vedenia a božského svetla.

POZNÁMKA K VIANOČNÉMU ZÁZRAKU

Názov rastliny je tiež inšpirovaný týmto príbehom. Listene vianočných ruží v tvare hviezdy pripomínajú znamenie na oblohe, vďaka čomu je rastlina symbolom vianočného zázraku. Predstavuje Betlehenskú hviezdu, ktorá spájala ľudí a prinášala svetlo do temných čias.

LEGENDA O PEPITE

Vianočné ruže pôvodne rástli v Mexiku, kde sú známe aj ako „Flor de Nochebuena“, čo znamená „kvet Štedrého večera“. Známy príbeh rozpráva príbeh dievčaťa menom Pepita. Bola veľmi chudobná a nemala nič, ani len jedlo. Niekedy ani len netušila, kde nájde kúsok chleba alebo pohár vody alebo ako prežije najbližších pár dní.

DAR OD CHUDOBNÉHO DIEVČATKA

Jedného dňa Pepita započula, že sa neďaleko narodilo veľmi výnimočné dieťa. Narodilo sa v jaslích. Rozhodla sa, že chce tomuto dieťaťu dať dar, no nemala nič, čo by mohla podarovať. Cestou natrhala niekoľko rastlín, priniesla ich dieťaťu a položila ich do jaslí. Hneď ako to urobila, na stonkách vykvitli bohaté sýtočervené kvety.

TÁTO LEGENDA MÁ RÔZNE VERZIE

Rastliny boli nádherné na pohľad. Boli nádherným darom pre dieťa v jaslích. Od toho dňa sa rastlina, ktorú Pepita natrhala, volala „Flor de Nochebuena“ (kvet Štedrého večera). Tento príbeh o Pepite a Flor de Nochebuena je tradičným mexickým vianočným príbehom. Existuje mnoho verzií, každá s vlastnými variáciami. V niektorých verziách Pepita prišla do kostola namiesto do jaslí. V niektorých zbiera trávku alebo rozsýpa semená.



SYMBOL VITALITY A OPTIMISMU

Sýta zelená farba listov sa považuje za symbol nádeje, obnovy a večného života. Najmä počas tmavých zimných mesiacov sú zelené listy vianočných ruží pripomienkou vitality a optimizmu. Sú prísľubom nového života a nádeje a pomáhajú nám nezabudnúť, že aj v čase chladu a tmy môže nový život prevkitať a nádej vie pretrvať.

BETLEHEMSKÁ HVIEZDA: SYMBOLIKA A PÔVOD

Okrem rastliny existuje aj ďalšia významná vianočná hviezda, a to Betlehemska hviezda. Podľa biblického vianočného príbehu skupina mudrcov nasledovala jasnú hviezdu na oblohe. Táto hviezda ich priviedla k rodisku Ježiša. „A hľa, hviezda, ktorú videli na východe, išla pred nimi, až kým nezastavila nad miestom, kde bolo malé dieťa.“ (Matúš 2:9) V priebehu storočí sa táto hviezda stala mocným symbolom nádeje, vedenia a božského svetla.

POZNÁMKA K VIANOČNÉMU ZÁZRAKU

Názov rastliny je tiež inšpirovaný týmto príbehom. Listene vianočných ruží v tvare hviezdy pripomínajú znamenie na oblohe, vďaka čomu je rastlina symbolom vianočného zázraku. Predstavuje Betlehenskú hviezdu, ktorá spájala ľudí a prinášala svetlo do temných čias.

LEGENDA O PEPITE

Vianočné ruže pôvodne rástli v Mexiku, kde sú známe aj ako „Flor de Nochebuena“, čo znamená „kvet Štedrého večera“. Známy príbeh rozpráva príbeh dievčaťa menom Pepita. Bola veľmi chudobná a nemala nič, ani len jedlo. Niekedy ani len netušila, kde nájde kúsok chleba alebo pohár vody alebo ako prežije najbližších pár dní.

DAR OD CHUDOBNÉHO DIEVČATKA

Jedného dňa Pepita započula, že sa neďaleko narodilo veľmi výnimočné dieťa. Narodilo sa v jasliach. Rozhodla sa, že chce tomuto dieťaťu dať dar, no nemala nič, čo by mohla podarovať. Cestou natrhala niekoľko rastlín, priniesla ich dieťaťu a položila ich do jaslí. Hneď ako to urobila, na stonkách vykvitli bohaté sýtočervené kvety.

TÁTO LEGENDA MÁ RÔZNE VERZIE

Rastliny boli nádherné na pohľad. Boli nádherným darom pre dieťa v jasliach. Od toho dňa sa rastlina, ktorú Pepita natrhala, volala „Flor de Nochebuena“ (kvet Štedrého večera). Tento príbeh o Pepite a Flor de Nochebuena je tradičným mexickým vianočným príbehom. Existuje mnoho verzií, každá s vlastnými variáciami. V niektorých verziách Pepita prišla do kostola namiesto do jaslí. V niektorých zbiera trávu alebo rozsýpa semená.

ÚZKO SPOJENÉ SO ŠTEDRÝM VEČEROM

Jedna vec, ktorá zostáva v príbehu vždy rovnaká, je, že Pepita daruje alebo zaseje skromnú rastlinku a vykvitne z nej krásny „kvet“ s červenými lupeňmi. Touto rastlinou je vianočná ruža a tento vianočný zázrak ju spojil so Štedrým večerom viac, než kedykoľvek predtým.

BOHYŇA, KTORÚ ZABILO ZLOMENÉ SRDCE

Iná legenda hovorí o aztéckej bohyni, ktorá zomrela pre zlomené srdce. Zomrela od žiaľu a hovorí sa, že všade, kde sa jej slzy dotkli zeme, rástli rastliny s červenými „kvetmi“. Táto legenda vysvetľuje žiarivo červenú farbu listeňov: symbol lásky a bolesti. Legenda sa rozšírila do Európy, kde sa rastlina na francúzskych kráľovských dvoroch stala známou ako „Hviezda lásky“ (Etoile d'amour).

VÝZNAM VIANOČNÝCH RUŽÍ VO SVETE

Vianočné ruže sú úzko spájané s Vianocami, a to nielen v Mexiku, odkiaľ pochádzajú, ale aj vo svete. Ich prirodzená červená a zelená farba sú klasickými vianočnými farbami a ich listene v tvare hviezdy symbolizujú toto špeciálne obdobie aj v mnohých iných krajinách.

NEMECKO

V Nemecku sú vianočné ruže obľúbeným darčekom počas adventného obdobia aj Vianoc. Symbolizujú lásku, vďačnosť a dobrú vôľu. Najmä počas tmavých a chladných zimných mesiacov sa hovorí, že žiarivé vianočné ruže prinášajú do domova nádej, sebavedomie a teplo Vianoc. Či už ako dekorácia na stôl alebo okno, alebo ako darček rodine, priateľom a kolegom, vianočné ruže sú neoddeliteľnou súčasťou vianočného obdobia v Nemecku a šíria radosť každý rok.

VEĽKÁ BRITÁNIA

Vo Veľkej Británii sú vianočné ruže obľúbenou vianočnou dekoráciou, ktorá často zdobí okenné parapety, jedálenských stoly a kostoly. Rastlina tam symbolizuje predovšetkým radosť, pohostinnosť a kúzlo Vianoc. Vianočné ruže sú tiež obľúbeným darčekom počas zimných návštev ako poďakovanie hostiteľom za ich pohostinnosť.

FRANCÚZSKO

Vo Francúzsku sa vianočné ruže nazývajú „Étoile de Noël“ alebo poetickejšie „Étoile d'Amour“, čo znamená „Hviezda lásky“. Tieto rastliny sú spájané s rôznymi legendami, často o zázrakoch a charite. Počas vianočného obdobia možno vianočné ruže nájsť v mnohých domácnostiach. Symbolizujú lásku, šťastie a svetlo, ktoré Vianoce prinášajú svetu.

TALIANSKO

V Taliansku sú vianočné ruže známe ako „Stella di Natale“. Mnoho rodín používa túto rastlinu ako vianočnú dekoráciu na stôl alebo farebnú výzdobu miestnosti, najmä na Vianoce. Považuje sa za symbol nádeje, prosperity a nových začiatkov – hodnôt spojených s narodením Krista. Vianočné ruže sa využívajú aj na zdobenie kostolov a námestí.

ŠPANIELSKO A KANÁRSKE OSTROVY

V Španielsku a na Kanárskych ostrovoch sú vianočné ruže známe ako „Flor de Pascua“ (veľkonočný kvet) alebo „Estrella de Navidad“ (vianočná hviezda). V mnohých španielsky hovoriacich krajinách sa „Pascua“ vzťahuje na širšie obdobie slávností okolo Vianoc aj Veľkej noci. Počas adventu a Vianoc sú tieto žiarivé rastliny súčasťou verejných a súkromných vianočných dekorácií. Na mnohých miestach sa vianočné ruže vysádzajú aj vonku, čím zaplňajú námestia a ulice vianočnou červenou farbou.

ŠKANDINÁVIA

Vo Švédsku a ďalších škandinávskych krajinách sú vianočné ruže známe ako Julstjärna (vianočná hviezda). Predstavujú predovšetkým svetlo a nádej. Počas dlhých zimných nocí na tmavom severe je dôležitým symbolom. Ako neoddeliteľná súčasť tradičných adventných dekorácií je často aj darčekom pre priateľov a rodinu.

STREDNÁ A VÝCHODNÁ EURÓPA

Vianočné ruže sa tiež bežne využívajú na zdobenie domov na Vianoce v mnohých krajinách strednej a východnej Európy. Symbolizujú Betlehenskú hviezdu, ktorá podľa kresťanskej tradície viedla troch mudrcov k jasliam. Jej tmavočervená farba je veľmi významná a predstavuje lásku, Kristovu obeť a nádej na nový život.

LATINSKÁ AMERIKA

Okrem Mexika sa vianočné ruže rozšírili aj v latinskoamerickej kultúre. Na mnohých miestach je táto rastlina vnímaná ako univerzálny symbol Vianoc a jej farby predstavujú počas osláv narodenia Krista radosť, nádej a nové začiatky. V prevažne katolíckych krajinách tohto kontinentu sa vianočné ruže využívajú ako vianočná výzdoba kostolov.

SPOJENÉ ŠTÁTY AMERICKÉ

V Amerike sú vianočné ruže obľúbenými darčekom. Dokonca existuje aj oficiálny Deň vianočných ruží, ktorý pripadá na 12. decembra. V tento deň si priatelia a rodina navzájom darujú vianočné ruže. Deň vianočných ruží sa stáva čoraz populárnejším aj v Európe.

VIANOČNÉ RUŽE: ICH PÔVOD, NÁZOV A HISTÓRIA

Vianočné ruže (*Euphorbia pulcherrima*) pochádzajú z Mexika. Tam rastú na slnečných svahoch ako kríky, ktoré môžu dosahovať výšku až 5 m. Aztékovia si vianočné ruže veľmi vážili, a preto sú známe aj ako „Hviezdy Aztékov“. Nazývali ich „cuetlaxōchitl“, čo znamená „kožený kvet“. Podľa tradície bola Cuitlaxochitl obľúbeným kvetom posledného aztéckeho vládcu Moctezumu II. (1480 – 1520). Údajne ich dal priniesť do svojho hlavného mesta, dnešného Mexico City, kde vianočné ruže vo voľnej prírode nerastú kvôli vysokej nadmorskej výške.

LIEČIVÁ RASTLINA A OBETY

V aztéckej kultúre sa červené listene používali ako farbivo a liek na horúčku. Vianočné ruže zohrávali úlohu aj pri náboženských obradoch. Aztékovia ju používali na zdobenie rituálnych obetí a na uctievanie boha svetla Nanahuatzina. Rastlina bola považovaná za symbol čistoty a znak nového života pre bojovníkov, ktorí padli v bitke.

MISIONÁRI IM DALI NOVÉ MENO

Po španielskom víťazstve misionári rastlinu pomenovali „Estrella de Navidad“. Vianočné ruže sa prvýkrát objavili v procesii františkánskych mníchov neďaleko Taxca v 17. storočí. Odvtedy sa rastlina stala čoraz významnejším kresťanským symbolom, známym ako „Flor de Nochebuena“ alebo „kvet Štedrého večera“.

OD CUETLAXŌCHITL PO VIANOČNÚ RUŽU

V roku 1828 Joel Roberts Poinsett, americký politik, lekár a amatérsky botanik, priniesol vianočné ruže do Spojených štátov amerických. Rastliny objavil v oblasti okolo Taxca, keď pôsobil ako veľvyslanec v Mexiku (1825 – 1830). Očarený ich žiarivou červenou farbou, priniesol odrezky späť do Spojených štátov. Tam boli tieto rastliny pomenované po ňom.

VÍTAZNÝ POCHOD NAPRIEČ USA

Rastlina bola čoskoro vyšľachtená a prvýkrát vystavená na výstave kvetov vo Philadelphii v roku 1829. Odtiaľ začala svoju víťaznú cestu naprieč celými Spojenými štátmi americkými, neskôr sa rozšírila do Európy. V priebehu 19. storočia sa rýchlo rozšírila po celej Amerike. V teplých oblastiach, ako je Kalifornia, sa vianočné ruže často pestovali vonku. V roku 1834 obchodník s rastlinami Robert Buist vyviezol prvé vianočné ruže z botanickej záhrady Bartram vo Philadelphii do Európy. Po Poinsettovej smrti v roku 1851 americký kongres vyhlásil na jeho počesť 12. december za Deň vianočných ruží. Botanický názov *Euphorbia pulcherrima* je tiež výstižný a znamená „najkrajší prýštec“.

BOLI OBJAVENÉ UŽ SKÔR, NO TAKMER ZABUDNUTÉ

Málokto vie, že európski botanici objavili vianočné ruže skôr ako Poinsett. Medzi rokmi 1787 a 1803 cestovali španielsky lekár Martín de Sessé y Lacasta a mexický botanik José Mariano Mociño naprieč celým Mexikom. Ich cieľom bolo vedecky zdokumentovať flóru a faunu Nového Španielska. Táto expedícia, známa ako „Kráľovská botanická expedícia do Nového Španielska“, zdokumentovala vianočné ruže po prvýkrát v Európe. Dvaja výskumníci zbierali rastlinné vzorky, sušili ich a lisovali do herbára a pritom vytvorili najstaršiu známu ilustráciu tohto druhu. Niektoré z týchto originálnych exemplárov sa dodnes uchovávajú v Botanickej záhrade v Madride, kde sú známe ako *Euphorbia fastuosa*.

DIVOKÝ KRÍK SA STAL VIANOČNOU KLASIKOU

V 50. rokoch 20. storočia spopularizovalo celosvetovo vianočné ruže záhradkárstvo Paul Ecke Ranch v Kalifornii. Spočiatku predávali ich stonky, ktoré rástli nadivoko, ako rezané kvety na Hollywood Boulevard počas Vianoc. Neskôr rodina Eckeovcov vyšľachtila nové odrody, ktoré boli menšie, košatejšie a odolnejšie – ideálne do obývacích izieb. Rastlinu tiež propagovali v televízii a posielali ju do veľkých obchodných domov po celej Amerike ako dekoráciu. Vianočné ruže sa tak postupne stali neoddeliteľnou súčasťou vianočného obdobia, najprv v Amerike a potom v Európe.

DNES SÚ FAREBNEJŠIE A ROZMANITEJŠIE AKO KEDYKOLVEK PREDTÝM

Vianočné ruže sú teraz dostupné v rôznych farbách a veľkostiach, od tradičnej červenej až po bielu, ružovú, marhuľovú a fľakaté odrody. Či už chcete malú rastlinu na stôl alebo jednu veľkú ako ozdobu miestnosti, každý si nájde niečo pre seba. Vianočné ruže sú vhodné ako tradičné aj moderné, udržateľné alebo kreatívne nápady na dekorácie.

LOKÁLNE PESTOVANÉ VIANOČNÉ RUŽE: DOBRÉ PRE ŽIVOTNÉ PROSTREDIE

V dnešnej dobe sa veľa ľudí zaujíma o to, odkiaľ pochádzajú ich vianočné ozdoby. Vianočné ruže sú v Európe pestované v miestnych záhradkárstvach. Má to mnoho výhod; prepravné vzdialenosti sú kratšie, produkuje sa menej CO₂ a rastliny sú aj čerstvejšie. Navyše, kúpa lokálne pestovaných rastlín podporuje miestnych

podnikateľov. Vďaka tomu sú vianočné ruže dobrou voľbou pre moderný a udržateľný domov.

ČO PREDSTAVUJÚ VIANOČNÉ RUŽE DNES?

V súčasnosti sú vianočné ruže predovšetkým všestranným symbolom, ktorý je otvorený mnohým interpretáciám a životným štýlom. Sú prispôsobivé, vynikajú ako moderný dizajnový prvok a farebný akcent v domácnostiach; taktiež vytvárajú tradičnú vianočnú atmosféru; niekedy sú súčasťou jesennej alebo zimnej výzdoby; a niekedy je to jednoducho osobný favorit na okennom parapete. Bez ohľadu na tradíciu alebo vieru, tí, ktorí majú doma vianočné ruže, vyjadrujú zároveň aj svoj osobný postoj.

ZMENY V SPOLOČNOSTI – PRIESTOR PRE VLASTNÚ INTERPRETÁCIU

Pre veriace rodiny vianočné ruže často reprezentujú Betlehemskú hviezdu symbolizujúcu svetlo a božie sprevádzanie, najmä na Vianoce. V kostoloch a iných náboženských miestach je neoddeliteľnou súčasťou vianočných dekorácií a je pripomienkou tohto biblického príbehu. Mimo náboženských zvyklostí, spájajú ľudia s touto rastlinou svetské hodnoty a vnímajú ju ako symbol radosti a pohody a hľadania tepla v zime.

OBLÚBENÁ JEDNODUCHÁ A NENÁROČNÁ RASTLINA PRE VŠETKÝCH

Niektorí ľudia si ju jednoducho cenia ako krásnu nenáročnú izbovú rastlinu, zbavenú akejkoľvek symboliky. Je to dlhotrvajúca rastlina nenáročná na starostlivosť a môže po celé týždne prinášať radosť. Dnes sa vianočným ružiam darí vďaka ich všestrannosti. Či už ako duchovný symbol, vianočná dekorácia, moderný bytový doplnok alebo dotyk prírody v zime, jej význam je vo vašich rukách.

VIANOČNÉ RUŽE AKO DARČEK: SYMBOLICKÝ DAR

Vianočné ruže sú perfektným darčekom na adventné aj vianočné obdobie. Ich žiarivé farby a symbolický význam z nich robia skvelú voľbu. Vianočné ruže sú často starostlivo vyberané, krásne balené a darované s láskou ako malý prejav uznania, poďakovania alebo prejav náklonnosti.

ČO ŇOU CHCETE POVEDAŤ

Odroda alebo farba, ktorú si vyberiete, môže mať svoj vlastný význam: napríklad bledoružová vianočná ruža predstavuje ľahkosť a sviežosť; biela pokoj a jasnosť; a červená teplo a priateľstvo. Výber kvetináča, balenia či kartičky má tiež svoj význam, ktorým viete veľa povedať.

KAŽDÝ MÁ RADOSŤ – ZARUČENE

Pre niektorých je každoročnou tradíciou darovať vianočné ruže rodine a priateľom, niektorí si ich berú do kancelárie počas adventu, na návštevu k príbuzným alebo ako malý suvenír. Iní sa rozhodnú vianočné ruže darovať, pretože vydržia dlhšie ako kytica kvetov.

ČO ROBÍ Z VIANOČNÝCH RUŽÍ TAK ŠPECIÁLNY DARČEK?

- Dajú sa ľahko zohnať, napríklad v kvetinárstve alebo záhradkárstve. Napriek tomu zostávajú výnimočné



a v žiadnom prípade nie sú obyčajné.

- Keďže je zasadená v kvetináči, tak nepotrebuje vázu. Po ich kúpe ich stačí už len vystaviť.
- O vianočné ruže sa ľahko stará a s trochou starostlivosti budú vyzeráť krásne týždne alebo dokonca mesiace, často aj po skončení vianočného obdobia.
- Vďaka širokej škále farieb, tvarov a veľkostí, ako aj rôznych kvetínáčov si môžete vybrať takú, ktorá najviac vyhovuje vášmu vkusu. Hodia sa do akéhokoľvek interiéru a berú ohľad aj na rozpočet. S ľahkosťou dokážu vyjadriť špecifické posolstvo alebo náladu.

VIANOČNÉ RUŽE: PERFEKTNÉ NA TOTO OBDOBIE

Pri dobrej starostlivosti môžu vianočné ruže vydržať celú zimu a poskytovať dlhotrvajúci nádych krásy a symboliky. Regionálne pestované vianočné ruže predstavujú kvalitu; sú starostlivo pestované, odborne prepravované a šľachtené tak, aby boli odolné a krásne a prinášali pozitívny vplyv na životné prostredie u vás doma.

KONTROLOVANÉ PESTOVANIE:

Rastliny sa pestujú v moderných skleníkoch s cieľným osvetlením. To im umožňuje rozvíjať silné korene, pevné stonky a rovnomerne sfarbené listene.

ENVIRONMENTÁLNE NORMY:

EÚ má jasné smernice na ochranu rastlín a výrobné podmienky. Mnohé spoločnosti tiež dodržiavajú dobrovoľné environmentálne normy alebo získavajú certifikáciu.

KRÁTKE PREPRAVNÉ TRASY:

Skrátené prepravné vzdialenosti znamenajú menší stres pre rastlinu a nižšie emisie CO₂.

ODRODY S EURÓPSKYMÍ ŠTANDARDMI:

Vianočné ruže vyšľachtené pre európsky trh sú kompaktné, odolné a prispôbené interiéru. Sú ideálne do vykurovaných domovov.

TIP: Spýtajte sa svojho predajcu na pestovateľa vianočných ruží. Mnohé záhradkárstva dodávajú rastliny priamo do maloobchodných predajní. Týchto pestovateľov často identifikujete podľa štítku na kvetináči alebo podľa označení umiestnených priamo na mieste.

VIANOČNÉ RUŽE AKO DEKORÁCIA: NÁPADY PRE VÁŠ DOMOV

TRADIČNÉ A VIANOČNÉ

Pre vytvorenie tradičnej vianočnej atmosféry si vyberte veľkú červenú vianočnú ružu v kvetináči. V kombinácii s neopadavými vetvičkami, sviečkami a orechmi vytvoríte nádhernú adventnú dekoráciu na prestierací stolík, poličku alebo okenný parapet.

MINIMALISTICKÉ V ŠKANDINÁVSKOM ŠTÝLE

Biele alebo krémové odrody vianočných ruží sú ideálne na vytvorenie pokojného a vzdušného interiéru. V jednoduchých keramických kvetináčoch na svetlých drevených povrchoch pôsobia decentným dojmom.

Doplnené eukalyptom, sušenými kvetmi alebo papierovou hviezdou môžu byť vianočné ruže súčasťou prírodnej a modernej estetiky domova.

KREATÍVNE A ZÁBAVNÉ

Milovníci farieb si môžu vybrať z lososovej, svetloružovej alebo flakatej farby. Umiestnite na stôl malé vianočné ruže, či už v starom hrnčeku alebo na tanieri, aby ste im ako darčeku dodali farebný nádych. Dokonca aj mini vianočné ruže na poličke môžu rozjasniť každodenný život.

VÝRAZNÉ A MESTSKÉ

Vianočné ruže vyzerajú skvele v čiernych alebo kovových kvetináčoch v domácnostiach s čistými líniami a modernými materiálmi, ako je betón, oceľ alebo sklo. Skvele vyniknú aj v kombinácii s bujnými zelenými rastlinami.

UDRŽATELNÉ A UVEDOMELÉ

Ak vám záleží na životnom prostredí, využívajte kvetináče vyrobené z keramiky, dreva alebo recyklovaných materiálov. Kúpa rastlín a dekoratívnych predmetov vyrobených z prírodných, lokálne získaných materiálov môže pomôcť dosiahnuť ekologické ciele.

TIPY AKO SA O NE STARÁ A UDRŽIAVAŤ: AKO ZABEZPEČIŤ, ABY VAŠE VIANOČNÉ RUŽE VYDRŽALI KRÁSNE ČO NAJDLHŠIE

DOBRE ICH CHRÁŇTE NA CESTE DOMOV

Vianočné ruže sú citlivé na chlad. Teploty pod 12 °C ich môžu poškodiť. Preto ich na cestu domov z kvetinarstva dobre zabaľte – napríklad do papiera – a nenechávajte ich dlho vonku ani v aute.

VHODNÉ UMIESTNENIE: SVETLÉ A TEPLÉ MIESTO

Vianočné ruže uprednostňujú svetlé prostredie, ale mali by byť chránené pred prievanom. Ideálne je miesto pri okne, no za predpokladu, že cez škáry nepreniká studený vzduch. Ak je to možné, listy rastliny by sa nemali dotýkať okien. Použitie podmisky môže pomôcť zabrániť premokreniu koreňov. Priamym zdrojom tepla, ako sú radiátory alebo krby, by ste sa mali vyhýbať.

ZALIEVAJTE STRIEDMO, ALE SPRÁVNE

Zalievajte ich iba vtedy, keď je pôda suchá. Namiesto zalievania zhora skúste zalievanie zospodu. Ak je to potrebné, ponorte kvetináč do vody, dokým sa prestanú tvoriť bublinky. Potom nechajte rastlinu dobre odkvapkať, aby ste zabránili stojatej vode v kvetináči.

SKONTROLUJTE IZBOVÚ TEPLOTU

Vianočným ružiam sa darí pri bežnej izbovej teplote v rozmedzí od 15 do 22 °C. Tiež nemajú rady extrémne teplotné výkyvy. Ak máte pochybnosti, umiestnite ich do chladnejšej miestnosti, napríklad do spálne, nie do prehriatej obývačky.

DLHŠIE POTEŠENIE – UDRŽATELNÉ MYSLENIE

Vianočné ruže, o ktoré je dobre postarané, vydržia podstatne dlhšie ako kytica, často až do Nového roka

alebo dlhšie. Môžete si ich dokonca nechať aj cez leto, aby vám nasledujúcu zimu opäť rozkvetli. Vďaka tomu sú tieto rastliny krásnou a udržateľnou voľbou.

RÔZNORODOSŤ VIANOČNÝCH RUŽÍ: FARBY, VZHĽAD AJ NOVÉ NÁPADY

Vianočné ruže už dlho nie sú len sýtočervené a tradičné. Moderné odrody ponúkajú širokú škálu farieb, tvarov aj štýlov. Dnes sú vianočné ruže dostupné vo farbách ako krémová, biela, svetloružová, lososová, marhuľová a citrónovožltá, ako aj viacfarebné odrody s fľakatými alebo mramorovanými vzormi pripomínajúcimi akvarely. Každá farba rozpráva svoj vlastný príbeh!

Či už chcete niečo pôsobivé do chodby alebo niečo menšie na poličku, vianočné ruže sú dostupné v mnohých veľkostiach a vzhľadoch. Môžu byť kompaktné alebo rozrastené, pestované jednotlivo alebo v aranžmánoch. Sú rovnako všestranné ako váš domov.

NOVÉ NÁPADY: PREMYSLENÉ A SVIEŽE KOMBINÁCIE

Prečo nezasadiť dve vianočné ruže rôznych farieb do jedného kvetináča? Alebo prečo neurobiť z niekoľkých mini vianočných dekorácií na stôl? Vianočné ruže vyzerajú skvele aj v závesných košoch, vintage kvetináčoch či moderných dekoratívnych miskách. Buďte kreatívni a urobte z vianočných ruží pútavý dekoratívny prvok!

ČASTO KLADENÉ OTÁZKY O VIANOČNÝCH RUŽIACH

PREČO ĽUDIA DARUJÚ VIANOČNÉ RUŽE?

Sú obľúbeným darčekom počas adventného obdobia. Vyzerajú krásne, vydržia dlho a dávajú najavo: „Myslel(a) som na teba.“ Ľudia ich často darujú ako poďakovanie, gesto ospravedlnenia alebo jednoducho preto, že sa im páčia. Rastlina symbolizuje teplo, nádej a náklonnosť. Presne to chce veľa ľudí na Vianoce vyjadriť. 12. decembra je Deň vianočných ruží a v tento deň sa vianočné ruže tradične aj darujú.

MAJÚ TRAJA MUDRCI NIEČO SPOLOČNÉ S VIANOČNÝMI RUŽAMI?

Nie priamo, ale existuje tu istá súvislosť. Podľa Biblie traja mudrci nasledovali hviezdu na oblohe, ktorá ich priviedla k jasliam. Táto hviezda sa často označuje ako Betlehemska hviezda. Svojím tvarom a názvom v mnohých krajinách ako „vianočná hviezda“ pripomínajú vianočné ruže toto nebeské teleso. Je teda vhodným symbolom Vianoc a považujú sa aj za tradíciu v kresťanských domácnostiach.

SÚ VIANOČNÉ RUŽE SYMBOLOM JEŽIŠA?

Hoci vianočné ruže nie sú oficiálnym symbolom Ježiša Krista, majú silné spojenie s vianočným príbehom. Predstavujú nádej a božie sprevádzanie, rovnako ako sa v Biblii hovorí o hviezde, ktorá viedla ľudí k Ježišovmu rodisku. Z tohto dôvodu ich mnohé cirkvi používajú ako vianočnú rastlinu. Aj farby majú svoj význam: červená predstavuje lásku a Kristovu krv, zatiaľ čo zelená predstavuje večný život. Pre mnohých ľudí sú vianočné ruže preto viac než len krásnou rastlinou.

PREČO EXISTUJE RASTLINA AJ HVIEZDA S NÁZVOM VIANOČNÁ HVIEZDA?

Hviezda na oblohe sa nazýva aj vianočná hviezda, pretože podľa vianočného príbehu priviedla troch mudrcov k jasliam. Rastlina dostala svoje meno podľa toho, že počas Vianoc vytvára červené listene, ktoré vyzerajú ako žiariace hviezdy. Preto dostala rovnaké meno. Názov vianočná hviezda (u nás známa ako vianočná ruža) sa teda vzťahuje na dve veci: nebeský symbol a krásnu rastlinu.

SÚ VIANOČNÉ RUŽE JEDOVATÉ?

Vianočné ruže patria do čeľade Euphorbiaceae. Rovnako ako mnoho iných rastlín v tejto skupine, aj ony pri poškodení vylučujú bielu miazgu. Vo voľnej prírode táto šťava obsahuje dráždivé látky. Moderné odrody, ako sú tie, ktoré sa dnes bežne predávajú ako izbové rastliny, však tieto látky vo svojej miazge neobsahujú, čo znamená, že vianočné ruže sa vo všeobecnosti považujú za bezpečné pre ľudí. Napriek tomu by sa rastlina nemala jesť.

Miazga môže veľmi citlivú pokožku podráždiť. Ľudia s alergiou na latex by mali byť opatrní, pretože existujú dôkazy o možných nežiaducich reakciách. Neexistujú žiadne presvedčivé štúdie o tom, aké citlivé sú psy, mačky alebo vtáky na vianočné ruže, no konzumácia môže spôsobiť problémy, preto uchovávajte vianočné ruže mimo dosahu domácich zvierat.

SÚ VIANOČNÉ RUŽE NÁBOŽENSKÝM SYMBOLOM?

Áno, pre mnohých ľudí majú dodnes náboženský význam. V kresťanských domovoch a kostoloch často predstavuje vieru, lásku a nádej. Môžu byť využívané aj ako krásna vianočná dekorácia.

AKO SA VIANOČNÉ RUŽE HODIA DO MÔJHO ŠTÝLU?

Vianočné ruže sú veľmi všestranné, takže sa hodia do akýchkoľvek interiérov. Klasická červená odroda navodzuje teplý a vianočný efekt. Biele alebo krémové odrody dopĺňajú modernú škandinávsku estetiku, zatiaľ čo pre kreatívnejší vzhľad sú k dispozícii aj nezvyčajnejšie farby, ako je svetloružová, lososová a viacfarebné fľakaté alebo melírované odrody. So správnym kvetináčom a doplnkami, ako aj s prírodnými dekoráciami, sa vianočné ruže môžu stať skutočnými pútačmi pozornosti – bez ohľadu na to, ako žijete.

AKO MÔŽEM ZMYSLUPLNE ZAKOMPONOVAŤ VIANOČNÉ RUŽE DO MOJEJ VÝZDOBY?

Skombinujte ich so sviečkami (svetlo), ihličnatými vetvičkami (príroda) a osobnými predmetmi (spomienky). Takto premeníte jednoduchú dekoratívnu rastlinu na dekoráciu s významom.

ČO VYJADRUJÚ JEDNOTLIVÉ FARBY VIANOČNÝCH RUŽÍ?

Červená: láska, tradícia
Žltá: optimizmus a radosť
Bledoružová: romantika a ženskosť
Žiarivá ružová: kreativita a šťastie
Marhuľová: sviežosť a radosť
Biela/kremová: pokoj a nevinnosť

EXISTUJÚ NEJAKÉ RITUÁLY S VIANOČNÝMI RUŽAMI?

V niektorých rodinách je vystavenie vianočných ruží súčasťou ich vianočnej adventnej tradície, podobne ako veniec alebo kalendár.

AKO SA SPRÁVNE STARAŤ O VIANOČNÉ RUŽE?

Potrebujú svetlé a teplé miesto mimo prievanu a chladu. Pri zalievaní dbajte na to, aby pôda nebola príliš mokrá. Pri zalievaní je lepšie rastlinu ponoriť do vody, ako ju polievať zhora. Vždy sa vyhnite nadmernému zalievaniu. Vianočné ruže uprednostňujú izbovú teplotu medzi 15 a 22 °C. Pri správnej starostlivosti bude vaša rastlina vyzeráť krásne celé týždne, často až do Nového roka.

MÁ DAROVANIE VIANOČNÝCH RUŽÍ NEJAKÝ ŠPECIFICKÝ VÝZNAM?

Áno, vianočné ruže symbolizujú teplo a vďačnosť. Darovaním sa hovorí: „Si pre mňa dôležitý/á.“ Je to milé gesto, najmä počas adventného obdobia, a môže byť prejavom poďakovania, prejavom lásky alebo gestom ospravedlnenia. 12. december sa v mnohých krajinách oslavuje ako Deň vianočných ruží, kedy sa tieto rastliny aj tradične darujú. Je to krásny zvyk, ktorý zdôrazňuje emocionálny význam vianočných ruží.

AKO DLHO VYDRŽIA VIANOČNÉ RUŽE?

Pri správnej starostlivosti môžu vianočné ruže vydržať mnoho týždňov, dokonca až do jari. Je dôležité chrániť ich pred chladom, pravidelne, no striedmo polievať a umiestniť ich na správne miesto. Ak zostanú zdravé, môžete sa o ne starať počas celého roka. S trochou trpezlivosti budúcu zimu opäť rozkvitnú. Vďaka tomu sa zo sezónnej rastliny môže stať dlhodobý spoločník.



www.starsforeurope.com





Čarovanie gaštanmi



Budú sa vám hodiť:

Kliešte na jedlé gaštaný PRESTO
Forma na tortu rozkladacia DELÍCIA
so skleneným dnom
Lopatka na tortu PRESTO
Misa nerezová DELÍCIA



Bezlepková gaštanová torta

Na korpus:

- 11 vajec
- 200 g práškového cukru
- 100 g varených gaštanov, jemne nasekaných
- 80 g mandľovej múky alebo mandlí
- 1 lyžička ryžovej múky
- maslo na vymastenie a kukuričná múka na vysypanie formy

Na krém:

- 250 g plnotučného tvarohu
- 100 g varených gaštanov
- 100 g práškového cukru

Postup na korpus:

Žĺtky oddelte od bielkov. Zo žĺtkov a cukru vyšľahajte jemnú penu. Mandle nastrúhajte najemno alebo použite múku. Zo 4 bielkov vyšľahajte hustý sneh. Všetky suroviny zľahka premiešajte. Pripravte tortovú formu, vymastite ju maslom a vysypte múkou. Pečte v rúre vyhriatej na 180 °C po dobu približne 35–40 minút.

Príprava krému:

Cukor a tvaroh vyšľahajte. Krémom ozdobte vrchnú časť koláča a posypte nasekanými gaštanmi.

NÁŠ TIP: Koláč môžete navyše ozdobiť čokoládovými hoblinami. Pri rozkrojení korpusu napoly vodorovným rezom a na natretie krému v dvoch vrstvách budete potrebovať dvojnásobné množstvo tvarohu a nasekané gaštaný rozdeľte napoly.

gullón

Bez lepku

...a predsa
chutia skvelo



Stiahnite si
bezlepkové
menu na tri
týždne!



ES-111-007



Gullón Gluten Free

- široký výber bezgluténových sušienok
- pripravené so slnečnicovým olejom s vysokým obsahom kyseliny olejovej
- väčšina sušienok neobsahuje žiadne iné alergény

Sledujte nás na Instagrame

@gullon_czsk



Dostanete
- v BILLA, KAUFAND, TESCO, TERNO-KRAJ,
METRO, YEME a v predajniach zdravej výživy
online na: grizly.sk, tesco.sk, wolt.sk,
natur-market.sk

edelia.sk,
a iných



AHOJ ČOKOLÁDOLÓG

Čokoláda bez cukru, sladená rastlinným
sladidlom získaným zo stévie.

Radosť z čokolády bez výčítiek!

 chocolatesvalor.czsk





Veselé Vianoce a šťastný rok 2026

vám želá celiakia.sk



ŠŤASTNÝ
NOVÝ
ROK
2026

BezLepku

