



Vážení čtenáři,
v této rubrice se postupně představují zajímavé restaurace našeho regionu Prahy 16. Každá z nich zároveň prozrazuje recept na jedno své typické jídlo. I tentokrát tu najdete nový recept, který si můžete doma vyzkoušet. Nebo, samozřejmě, máte možnost toto jídlo ochutnat přímo v restauraci. Věříme, že vás tato rubrika zaujala a budeme i od vás dostávat tipy na vaše oblíbené hospůdky, které stojí za povšimnutí.

Naprotřetí navštívíme steakhouse, který se skrývá pod jménem

STARÁ ŠKOLA

Najdeme ji v historické části Zbraslavi nedaleko zámku, a to již od roku 1758. Tehdy se v přízemí objektu nacházela první zbraslavská škola, takzvaná jednotřídka s malou „cimrou“



foto: Michal Mocik

Steakhouse – pohled zvenčí

pro kantora. Pod ní byl schován krásný klenutý cihlovo-kamenný školní sklep s neobvyklými rozměry cihel. V roce 1869 se rozhodlo o přestavbě a rozšíření této školy. Z důvodu blízkosti nové hospody, hluku a chování návštěvníků, kteří kazili dobré mravy školáků, se přestavba neusk-

tečnila. Škola byla přesunuta do jiné části Zbraslavi. Do školní budovy se nastěhoval panský zahradník. Sklep se pak využíval jako součást sklepníku přilehlé panské zahrady a byly zde pěstovány žampiony.

A jak se vlastně právě v tomto místě ocitl steakhouse? „V roce 1995



foto: Michal Mocik

Zajímavé sklepní prostory „STARÉ ŠKOLY“

koupil tento dům můj otec, kterému vděčím za to, že mě nasměroval k vystudování kvalitní hotelové školy. Po absolvování „hotelovky“ jsem prošel několika solidními cateringy a restauracemi a skončil jako mladý šéfkuchař maďarské restaurace v Praze na Hradčanech. Tam jsem se zamiloval nejen do zajímavé práce s lávovým grilem před lidmi, ale také do omáček a polévek připravovaných dle receptů babiček z celého světa.

Jenže za tři roky „šéfkuchařování“ jsem si vše chtěl přeci jenom dělat a vyzkoušet po svém. A hlavně, vlastní restaurace byla vždy můj sen, což znamenalo jediné! Domluvil jsem se s otcem, během dvou let došlo k celkové rekonstrukci a v roce 2002 se náš zanedbaný sklep úplně proměnil.

Po pár měsících provozu však přišla pohroma v podobě velké povodně, která zasáhla bohužel i náš opravený sklep...“ říká pan Mocik, majitel podniku.

Dům ale i po povodňové ráně opět vyrostl do útulné hospůdky s lávovým grilem v čele a letní zastřešenou zahradou, pyšníci se koutkem s čerstvými bylinami, které šéfkuchař používá na připravované steaky, omáčky,

polévky ale i nápoje a dezerty. Díky tomu je možné si v plné síle vychutnat veškerou štávu a chuť různých druhů jihoamerických a tuzemských mas a ryb, ale i perfektních předkrmů, salátů, polévek a dezertů.

A co jsou ta lákadla, která přivádějí hladové strávníky právě do této restaurace? „Naše profesionální a vtipná obsluha vám vždy může nabídnout něco zajímavého z grilu. Vše se snažíme připravovat poctivě, podomácku, bez použití polotovarů a nedejbože chemie. Naše lahůdky harmonizují s moravskými a jihoamerickými víny, plzeňským pivem, kostarickými rummy a míchanými nápoji. V poslední době jsme se zaměřili převážně na argentinské hovězí maso, které umožňuje neuvěřitelnou škálu chutí a kombinací. V sezóně nabízíme mimo jiné šumavskou zvěřinu, domácí jehněčí a telecí maso, ale i ryby. Můžete si zde také vychutnat italskou kávu Bazzara. Je tu možnost takzvaně se nerušeně „zašít“ do sklepa na Zbraslavi, proto jistě není tajemstvím, že jsme

navštěvovaní i některými našimi celebritami.“

Další zajímavá informace je určena pro milovníky mezinárodní kuchyně. Již pravidelně steakhouse pořádá jednou měsíčně tematické víkendy, které jsou věnovány například řecké, karibské, maďarské, nebo třeba francouzské kuchyni.

„STARÁ ŠKOLA“ je skvělým místem, kde si užít nerušeně příjemné chvíle s vynikajícím a poctivým jíd-

lem. Je školou, kde naučí váš jazyk té správné chuti.

Věra Peroutková

steakhouse STARÁ ŠKOLA

Adresa: U Národní galerie 481

156 00 Praha-Zbraslav

web: www.stara-skola.cz

e-mail: restaurace@stara-skola.cz

otevírací doba:

pondělí - pátek: 11.00 - 23.00 hodin

sobota - neděle: 12.00 - 23.00 hodin

telefon: 777 121 629, 606 880 958

Argentinský „Ribeye steak“ se zeleným pepřem na hříbkovém lůžku (recept pro 1 osobu)

200g argentinský „Ribeye steak“ (lze použít i kvalitní hov. roštěnou)

1 lžička olivového oleje na pokapání pánve (v případě, že se nebude maso upravovat na grilu)

koření „Gril Argentinal“ nakládaný zelený pepř (možné zakoupit – nebo celý zelený pepř den předem orestovat na olivovém oleji)

20 dkg čerstvých nebo mražených hříbků

1 malá cibule

1 lžička sádla

2 lžice červeného sladšího vína

smetana

Nejdříve si připravte „hříbkové lůžko“. Hříbky orestujte na sádle a přidejte cibuli, kterou nechte „zesklovatět“. Poté osolte, přidejte kmín a víno a 5 minut povařte. Na závěr přidejte smetanu.

Steak vysoký asi 3 cm zprudka grilujte z každé strany přibližně 3 minuty

Z šéfkuchařova receptáře



na grilu (nebo opékejte na vroučkované pánvi).

Pokud necháte maso grilovat kratší dobu, je krvavější a šťavnatější a více vynikne specifická chuť masa. Když je steak hotový, přidejte na něj nakládaný zelený pepř, sůl a koření a nechte ho takto před podáváním 2 až 4 minuty „odpočinout“.

Jako přílohu podávejte vařené, horké brambory, které rozstouchejte a přidejte do nich lžici másla, 3 lžice smetany, sůl a čerstvou pokrájenou bazalku.

Michal Mocik



foto: Michal Mocik

Úroveň: lehká

8						
		2	9	4		
7	6	8	4			
1			9	7	8	5
3	5				9	6
8		9	4	5		1
			9		8	2
		7	6		5	
						3

Úroveň: těžká

8		7		9	1	
	3	9				
		9	1	5		8
	8	7				3
5	1					9
9					1	7
1			8	3	2	
				9		6
	5	2		6		9

jméno..... adresa.....
tel. spojení.....



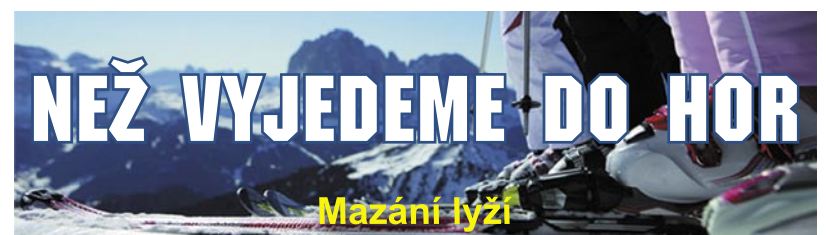
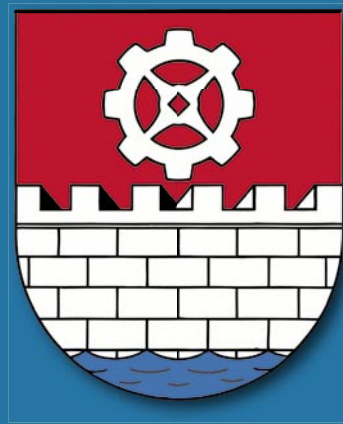
Vážení čtenáři,
redakce novin se vám omlouvá – do sudoku v minulém vydání Novin Prahy 16 se dostala tisková chyba. Z tohoto důvodu otiskujeme nyní opravené zadání a těšíme se na vaše správné odpovědi.

V případě, že se chcete zúčastnit slosování o věcné ceny, zašlete nebo doneste vyluštěné sudoku na adresu redakce: V. Balého 23, 153 00 Praha-Radotín. Na obálku napište heslo SUDOKU, kontaktní adresu nebo telefonní číslo a přiložte lehčí i těžší variantu sudoku s vyplněným jménem, adresou a tel. spojením. Do slosování budou zařazeni pouze úspěšně luštitelé. Výherci si svoji výhru mohou převzít na adrese redakce. Správná řešení zasílejte do redakce nejpozději do 1.4.2011.

Sudoku poskytlo Vydavatelství Balzám



Ceny do soutěže věnovala Městská část Praha 16 - Radotín Václava Balého 23



I sjezdové lyže a snowboardy je třeba mazat!

Úprava skluznice sjezdových lyží a snowboardů (opomenout nesmíme ani běžky na skate a kluznou část klasických lyží) by neměla být jen doménou závodníků. Také obyčejní lyžaři a snowboardisté by se měli o své „nádobíčko“ postarat. Odměnou bude lepší, rychlejší jízda a větší životnost materiálu.

Servismani světových sjezdařských týmů připomínají alchymisty, kteří dlouhé hodiny upravují strukturu skluznice, nanášejí na ni speciální highfluorové vosky (vosky s vysokým podílem fluoru, které mají několikrát lepší skluzné vlastnosti a to hlavně od -10°C až do teplot nad nulou a za vyšší vlhkosti vzduchu). Potom další hodiny lyže testují, aby si nakonec rvali vlasý, když to jejich svěřenci jede o pár setin pomaleji než konkurenci. Obyčejný lyžař to má naštěstí mnohem snazší.

Platí však, že každá lyže i snowboard by se měly mazat - tedy odborně řečeno, měl by se na ně nanášet kluzný parafin, jelikož to po takové úpravě jede mnohem lépe, rychleji a zároveň se tím i zvyšuje životnost skluznice, která je jednou z nejdražších součástí.

Není přitom nutné dělat zázraky. Je to mnohem jednodušší než mazání klasických běžek. Sportovní náčiní by se během týdenního pobytu na horách mělo správně upravovat každý den před lyžováním či po něm, ale stačí to i dvakrát až třikrát za pobyt. Skluznice by hlavně nikdy neměla být vybělená (vyšisovaná), ale stále pěkně černá, nasátá voskem.

Pro běžného lyžaře není ani nutné mazat speciálními vosky podle teploty a druhu sněhu, ale stačí základní sjezdový parafin nebo lepší univerzální vosk s příměsí fluoru. I ten dokáže udělat zázraky. Na jízdě se to pak projeví zejména na mírnějších sjezdovkách nebo na takzvaných traverzech, kde upravené lyže pojedou rychleji než průměr.

Existují tři základní způsoby mazání lyží či snowboardů. Jejich úprava je mimochodem zcela identická.

Za studena

Na lyži (či snowboard) nanese se za studena parafin tak, že parafinovou kostkou delšími tahy přejíždíme po skluznici a poté nanesený parafin rozetřeme od špičky k patě korkem. Celá operace může trvat maximálně 15 minut. Takové ošetření skluznice je i nejjednodušší.

Za tepla

Lyži (nebo snowboard) nejprve vykartačujeme měděným kartáčem. Poté na ni nanese se za tepla parafin, rozžehlíme ho po skluznici žehličkou v rovnoměrné vrstvě (žehlička musí „plavat“ a musí být zahřátá tak, jak předepisuje výrobce parafinu), necháme zatuhnout a vychladnout. Poté vosk strhneme plastovou škrabkou, zbytek přebytečného vosku vykartačujeme měděným kartáčem a nakonec doleštíme nylonovým kartáčem. To už trvá déle, řekneme 30 až 45 minut, a je to také bezkonkurenčně nejdražší, protože potřebujeme nejen parafin, ale i žehličku, škrabku a nejméně jeden kartáč.

Ošetření skluznice tímto způsobem je však absolutně neúčinnější a má největší efekt.

Pomocí kapesních sprejů a tekutých vosků

Úplně nejjednodušší a nejrychlejší způsob je používat různé spreje či tekuté vosky (stojí cca od 70 korun výše, dle objemu a druhu vosku), které se dají vzít do kapsy nebo malého batůžku a mazat třeba přímo na sjezdovce.

Skluznici je nutné nejprve jen osušit, pak na ni nanést podle návodu vosk a chvíli nechat zaschnout. Hotovo je za 3-5 minut. Takové ošetření vydrží nejkratší dobu, ale lze ho zase častěji opakovat.

Holdně zdaru a ať vám to jezdí.

Dan Hájek

Ski a Bike Centrum Radotín

Vážení čtenáři, tímto článkem uzavíráme naši rubriku věnovanou výběru a údržbě lyží a v příštím měsíci se již můžete těšit na článek o rybaření.