

## My Češi (a i Moravané a Slezané) máme sklon k tomu si neustále stěžovat

Minule jsem psal na tomto místě rozjásaně o létě a dnes si chci trochu postesknout. Ale ne abych bezcílně nadával a nedalo se nic změnit. Promat věci mění a dává do toho i lidské sádlo. A to můžeme všichni...

Vracel jsem se 15. 9. z Německa, centrála naší firmy se nachází v malém městečku Ratingen, kousek od letiště Düsseldorf. Byl krásný vlahý podvečer a já z okna taxíku vnímal auta na benzínce, čistounká, ale přesto občas jedoucí do myčky, upravené silnice, bytí i III. tříd, s cyklostezkou a sestříhaným živým plotem. Opečované stromy tvořící přirozenou protihlukovou zeď, chodníky bez psích výkalů, nepoplivané a bez nedopalků. Nikde žádné pytlíky z podniků rychlého občerstvení, odhozené PET lahve či plechovky. A to je národ, který prohrál válku? Trochu mi pak bylo stydno, když jsem viděl, čím cizince vítá Praha, kolik špíny vidíte v autobusu 119 z letiště na Veleslavín. A přitom to zas není tolik o penězích, ale o naší vnitřní disciplíně. Dokud budeme chtít mít čisto jen ve svém autě a budeme vyhazovat vše z okénka, auta a traktory ze staveb a polí budou vyřezat zabahněná na silnici, lidé se budou kabonit a závidět si, tak se nám ten jiný, lepší svět bude stále vzdalovat. Pojdme se všichni snažit, chvíli po sametové revoluci nám to docela šlo :-). A abych skončil pozitivně - i u nás jsou krásná a čistá místa!

P.S. Apropos čistota: Onehdy jsem čistil u nás na chalupě příkopy. Do nejbližší vesnice jsou to slabě 2 km. Po příkopech jsem posbíral 2 pytle (od brambor - 50 kg) plné plastu, kartonu a plechu.

P.P.S. Víte, jak na letišti bezpečně poznáte občana ČR? Má nevyčištěné boty...  
Za Promat-team L. Zajíc

### ProFór:

Vzhledem k tomu, že se pomalu blíží kašílková (pro ženy) a rýmičková sezóna (pro muže) tak jeden z lékařského prostředí: Přijde elektrikář na jednotku intenzivní péče, chvíli si prohlíží pacienty, všichni na přístrojích, a pak povídá: „Pořádně se nadechněte, budu měnit pojistky!“



## Jak se dostal symbol OK na trup českých letadel

OK je dnes označení, že něco dobře dopadlo, používané snad ve všech jazycích na světě. Existuje více vysvětlení, kde se OK a hlavně jeho význam vzalo. Pravděpodobně nejnámějším je, že když se ve válce Severu proti Jihu vraceli vojáci na základnu a nikdo nebyl zabit, psali do hlášení OK („nula“ killed). A k OK je již jen kousiček.

Ještě dlouho poté však OK ještě nebylo vžito pro „vše v pořádku“. Proto když přijela československá delegace na sjezd, kde se značky na letadla přidělovaly, pozdě a CS již bylo přiděleno Španělsku (na počest krále Carlose), mohli naši zástupci (byli bezradní či vizionářští?) vedení panem Otakarem Koudelkou požádat o přidělení písmen podle iniciál jeho jména.

A ještě jedna z méně známých verzí (alespoň pro mě), kde se O.K. vzalo. V Detroitu v továrně Henryho Forda pracoval jako kontrolor dílů karoserií Oskar Kraus. Ten zkontrolované a bezvadné díly označoval svými iniciálami. (zdroj [www.e-kniha.cz](http://www.e-kniha.cz))

za Promat-team V. Stanke

## Z Promatího kalendáře

- **6. 10. 2015** bude společnost REHAU, s.r.o. ve spolupráci s naší firmou pořádát seminář s názvem „Tepny našeho bytového domu 2“. Více informací a možnost přihlášení na [www.rehau.cz](http://www.rehau.cz).
- **14. 10. 2015** v hotelu ALWYN v Praze 8 se bude konat speciální školení s názvem „Kontrolní technik požárně bezpečnostních zařízení (PBZ) konstrukcí Promat“ podle vyhlášky Ministerstva vnitra č. 246/2001 Sb. o stanovení podmínek požární bezpečnosti a výkonu státního požárního dozoru. Účast je hodnocena jedním bodem ČKAIT. Toto školení je již téměř plně obsazeno.
- **21. 10. 2015** se koná v sídle ČKAIT v Praze 2, Sokolská 15, seminář Systémy odvodů kouře a tepla včetně návaznosti a koordinace jejich funkce s ostatními požárně bezpečnostními zařízeními. Seminář je zařazen do programu celoživotního vzdělávání ČKAIT. Podrobnosti najdete v databázi akcí zařazených do programu - [www.ckait.cz/staveduk/3352039](http://www.ckait.cz/staveduk/3352039).
- **21. - 23. 10. 2015** pořádá vzdělávací společnost T.E.P. tradiční Nové trendy v požární ochraně a BOZP. Bližší informace na [www.tep-kubickova.cz/modules/courses/kurzy.php](http://www.tep-kubickova.cz/modules/courses/kurzy.php).
- **3. - 4. 11. 2015** se na tradičním místě (Brno hotel Santon) koná seminář Požární ochrana staveb 2015 pořádaný firmou J. Seidl a spol. O seminář bývá (také tradičně) velký zájem, nicméně pokud se ho chcete zúčastnit, můžete se zkusit přihlásit. Program i přihláška jsou k dispozici na stránkách pořadatele [www.seidl.cz/cz/technicky-zpravodaj/prihlaseni-na-seminar-2015-597.html](http://www.seidl.cz/cz/technicky-zpravodaj/prihlaseni-na-seminar-2015-597.html).
- **25. 11. 2015** bude společnost AXIS pořádát seminář s názvem „Závady bytových domů z hlediska požární bezpečnosti“ Tato akce se uskuteční v Praze 7, Argentská 38. Více informací a možnost přihlášení na [www.studioaxis.cz](http://www.studioaxis.cz).

Za Promat-team P. Kejkliček a V. Stanke

## Promat pozitivně

Je neděle a mám dost času... A především si ten čas rád udělám a hlavně se na něj těším. Tedy přesně řečeno jedná se o každotýdenní vyjíždku na kole s hochy (20 - 65 let), kteří se sdružili do nikde neregistrovaného, ale často prezentovaného KOLOUŠEK TEAMU - nechť si každý v názvu najde to, co by za tímto pojmem vidět chtěl, ale asi nikdo skutečně neodhalí přesný vznik pojmenování (to je na osobní vysvětlení). Každý týden v neděli vyhlížím stav oblohy, a pokud jen trochu dovolí počasí, rozešlu SMS kolouškům s přesným označením místa a času výjezdu na vyjíždku. Tedy po pravdě nevím, proč tak činím já, ale všichni na SMS čekají a obratem sdělují, kdo jede a kdo ne. No a pak přijde hodina H a my se sejdeme, tedy sejdem na svých kolech rozdílných značek, rozdílné úrovně výkonnosti, ale s úsměvem od ucha k uchu a oděni v „kolouškovském dresu“. A vyjíždíme... Není ani tak důležitý počet kilometrů, který ujedeme, nebo převýšení, které zdoláme, ale nejkrásnější je ten pocit uvolnění, kdy každý je sám za sebe a přitom dohromady, kdy se nikdo nenaštve, z řečí, které jiný utrousí, kdy si pomůžeme při kolizi, kdy se nasmějeme tak, že nás bolí bránice a kdy se zpotíme tak, že odér, který se za námi line, není skutečně nic k lovení laněk. Je nám prostě krásně... Vysílení usedáme po zdolání naplánovaného úseku na svá místa v hostinci U Kozů, kde probereme nástrahy dnešní zvolené trasy a někdy i nástrahy života. Se soumrakem se navrátíme ke svým ženám, dětem, rodičům či zvířátkům, abychom s nimi (již naprosto uklidnění) strávili zbytek nedělního večera - většinou vždy únavou z vyčerpání usneme abychom se připravili na následující pracovní týden a ve skrytu duše se zase začli těšit na nedělní hodinu H. za Promat-team P. Babor

## Doporučujeme

Müller Thürgau, zkratka MT, jakostní, suché bílé víno, ročník 2014, Žernosecké vinařství s.r.o.

**Barva:** světle žlutá až zelenožlutá.

**Vůně:** velmi jemná muškátová s náznaky čerstvého svěžího ovoce, zejména broskví, citrusů a angreštu.

**Chut:** lehčí, svěží, s typickou jemnou kyselinkou a citrusovou dochutí.

**Stolování:** hodí se především k nemasitým předkrmům, bílým měkkým sýrům, zeleninovým polévkám, nebo k rybě. Zvláštní specialitou může být konzumace vína v kombinaci se saláty s kozím sýrem. K vyzrálým a chuťově výrazným sýrům typu Gouda, Ementál, či Niva bych naopak nedoporučoval, protože toto jemné víno by na pozadí výrazné chuti těchto sýrů vyznělo spíše naprázdno..

**Osobní dojem:** lehké víno, příjemné až nasmělé chuti, může být vynikajícím doprovodem například pro krátké občerstvení, kde se podávají lehké pokrmy, např. mozzarella s rajčaty nebo jiné saláty, či tousty.

**Důležité upozornění ke konzumaci:** vhodné je kontrolovat teplotu vína a nechat jej ledabyle čekat ve sklenici. Vůně i chuť jsou totiž poněkud prchavé, takže při delším stání začnou převažovat citrusové tóny a příjemné ovocné tóny, především ty po broskvích, rychle ustupují. Pokud si tedy chcete toto víno užít, platí jednoduché pravidlo: neobcházejte se skleničkou v ruce všechny účastníky párty, neschovávat ani neskladovat.

**Speciální poznámka:** Při degustaci jsme také ochutnali regionálního konkurenta, nicméně v porovnání s popisovaným vzorkem vyzněl i přes deklarovaný přívlastek velmi mdlé, takže jsme se neodvážili vína porovnávat. Žernosecká kvalita této odrůdy si tedy opravdu zaslouhuje velké uznání.

za Promat-degustační-team M. Příbily



## Lucaffé - mladá a dravá značka ve světě kávy

V minulých článcích byly zmiňovány známé italské pražírny. Některé z nich mají více jak stoletou tradici. Zdálo by se, že trh s kávou je dlouhodobě stabilizován a rozdělen mezi velké hráče a není místo pro nové značky. Důkazem opaku může být pražírna Lucaffé. Tuto italskou pražírnu založil nedávno v roce 1996 mladý obchodník pan Luca Venturilli. Pražírna se nachází na severu Itálie na břehu Gardského jezera v Padenghe sul Garda. Společnost je ve světě kávy velmi krátce a už si vydobyla respekt a své pevné místo. Kromě kávy se firma zabývá výrobou a prodejem extra panenského olivového oleje z oliv v okolí městečka Benaco.

Pro kávu Lucaffé je obecně charakteristický malý obsah kyselinek, potlačení hořkosti a snaha nechat vyniknout čokoládové chuti a aroma. Pražírna má v nabídce několik směsí zrnkových káv složených ze 100% Arabiky nebo směsí Arabiky a Robusty.

**Lucaffé Mr. Exclusive** - 100% Arabika, vyvážená chuť, aroma připomínající čerstvě upečený chléb s ořechy, chuť karamelu a květin bez kyselinek, příjemná.

**Lucaffé Classic** - 100% Arabika, sladká chuť s příchutí pražených oříšků, delikátní a grandiózní a plné tělo. Výborná pro milovníky espressa

**Lucaffé Espresso Bar** - směs 60% Arabiky a 40% Robusty, silná káva bez kyselinek, chuť správně čokolády

**Osobní doporučení** - Lucaffé Mamma Lucia - směs 40% Arabiky a 60% Robusty, nejsilnější káva, bez výrazné hořkosti a kyselinek, s chutí hořké čokolády. Pokud potřebujete v dopoledních hodinách nakopnout, je tahle směs ideální volbou.

Jestli máte dlouhodobě svoji oblíbenou značku kávy a chcete vyzkoušet jinou, doporučuji mladou, moderní Lucaffé. Ideální kandidát na změnu, protože život je změna, Nebo změna je život?

Zdroj [www.lucaffe.cz](http://www.lucaffe.cz)

za Promat-team L. Fleischer

## Kdo neběhá není Čech aneb...

Ač nemám příliš v oblíbenosti otřepanou a v tomto případě skoro kastující přípravu, nedá mi to, a v tomto případě je zde použiji. Neboť za posledních pár let u nás došlo k naprostému boomeru v aktivitách spojených s běháním. Budiž však za toto „zblbnutí národa“ někdo pochválen. Troufám si tvrdit, že tato šířící se droga má veskrze pozitivní vedlejší účinky, ať už jde o posilování zdraví samotného uživatele této závislosti nebo o pozitivní společenský efekt. Někdy až desítky tisíc nadšenců, řítící se centry metropolí stejně jako horskými vrcholy a údolími, vytvářejí pro masu přihlížejících diváků velmi příjemné zážitky.

Kromě samotného závodění s časem, sousem nebo svým egem, je to ale také závodění, kdo uspořádá, zorganizuje a přiláká něčím výjimečným co největší počet aktivních účastníků, ale i diváků a fanoušků na svou běžeckou akci. Pro zhmotnění tohoto tvrzení - při pohledu na termínovku na jednom „běžeckém“ webu na rok 2015, jsem napočítal úctyhodných 1450 běžeckých akcí, přičemž každá akce nabízí volbu mezi různými délkami tratí. Přes 200 akcí z uvedeného počtu nabízí tratě s délkami 20 a více kilometrů, a ty nejdelší z nich lámou hranici 120 km. To samozřejmě není vzdálenost, kterou si běžně vybírají běžecí začátečníci. Těm stačí jako překonatelná meta nejrozšířenější 10 kilometrová trasa. A s časem do hodiny v cíli...

Onu běhomanii dobře sledují i výrobci všeho možného co s běháním nějak souvisí. Svou velkou oblibu si poměrně rychle našly běžecké hodinky neboli sporttestery s GPS měřením nejen našich zdolávaných kilometrů. Jako další motivaci pak nabízejí tyto digitální měřiče přenos a zviditelnění našeho snažení na různé weby a sdílení nabíhaných kilometrů a tras s dalšími „závislími“.

A protože Promat se snaží držet krok resp. běh s rychlou závodní dobou, nemohl chybět zástupce v dresu s nepřehlédnutelným promatím modrým logem a červeným plamenem ani na letošních startech (a samozřejmě i cílech) pražských klání s mezinárodní účastí. Březnový půlmaraton, květnový maraton i podvečerní „desítka“ za krásného babího léta zanechal především příjemné vzpomínky, když už ne světové časy ohrožující stupně vítězů afrických borců. Rádí se s Vámi o tyto vzpomínky tímto podělíme a budiž to třeba i pro vás poslední motivační kapkou pro rozšíření běžeckých nadšenců s mottem Kdo neběhá není Čech!

za Promat-team J. Ohanka

## CZE 11 na Dutch Open 2015

Na konci prvního týdne září, od 5. do 7., se konalo na Nechranické přehradě Mistrovství České Republiky loďní třídy Létající Holanďan. Závod byl pro hojnou přízeň zahraničních posádek ze sousedního Německa a Polska umístěn do této lokality jako přirozené finále letošní jachtařské sezóny této loďní třídy. Již podle předzávodních ohlasů vše naznačovalo, že letošní boj o titul mistra republiky bude napínavý do posledních rozjížděk; ale popořadí. Prognóza větru i letos slibovala plnohodnotný jachting v středním a silném větru, tedy skutečnou prověrku posádek i lodí v třídním klání. Celkově se na startu v sobotu 5. 9. sešlo dvacet lodí, z toho třináct posádek z Čech. Po krátkém slavnostním zahájení byly naplánovány tři rozjížděky s možnou čtvrtou. Vítr se zdál ideální 10 m/s v nárazech 13 m/s s tendencí mírně zesílit - slunečno. První rozjížděky, jako zahřívací, prověřily vybavení a některé lodě byly nuceny pro závady vzdát. Odjely se ve svižném tempu za 55 minut na prvotřídně připravené trati, v duchu Nechranické tradice. Co více si mohli Dutchmenáři přát. Dlouhá stoupačka 1,4 km, s dlouhým a ostrým raumem, startovní čára správně umístěná i přiměřeně dlouhá a dojezd do cíle na pravé straně startovní lodí. I přes silný vítr se hned první den odjely čtyři rozjížděky ve velmi svižném tempu. Po prvním závodním dnu a po první škrtačce bylo pořadí na prvních místech posádka CZE 17, následována GER 100 a CZE 9 s jednobodovým náskokem na CZE 11, favorit závodu CZE 21 pro neúspěch ve dvou rozjížděkách sice ve výsledcích ztrácel, ale to se mělo změnit po druhé škrtačce. Na večer bylo připraveno malé překvapení v podobě krátkého videa ze závodního dne k prvotřídnímu pohoštění a tak nezbyvalo než rozebírat vše v teple jachetního klubu za patřičné péče Zbyňdy Zankera (Bobíka).



Nedělní rozjížděky se díky silnému větru 13 - 15 m/s jely pouze dvě a většina startovního pole přivítala brzký návrat na břeh. Trať byla i tentokrát dokonale postavena a i přes občasné změny větru nedocházelo ke zvýhodnění jednoho či druhého křídla nad rámec regulérnosti. Nedělní klání skončilo po dvou odjetých rozjížděkách v již časných odpoledních hodinách a většina závodníků využila čas na břehu k opravám nebo regeneraci. První místo stále držela loď CZE 17, před druhou GER 100. Na třetím místě došlo ke změně, kdy CZE 11 vystřídala CZE 9. Na následujících místech pak posádky často končily se shodným bodovým hodnocením nebo s minimálním rozdílem. Zkrátka parádně rozjetý závod před finálovým dnem. Večer byl opět přichystán program s večerí pro všechny účastníky a další sestřih ze závodního dne, nicméně fenomenální hudební produkce Jelínek - Štorch - Hajn - Hubner se postarala o žhavou náladu po celý večer.

Pondělní klání začalo již v 10:00 za větru kolem 5 m/s opět NNE a občasného slunce v bojovném duchu. První dvě posádky CZE 17 a CZE 21 se vydaly svou cestou a hlídaly se navzájem jedna bráncí druhá útočící, zatímco ostatní lodě si našly své vzájemné soupeře na vodě a na ostatních místech probíhaly urputné souboje o každé místo. Před závěrečnou třetí rozjížděkou toho dne byla situace na čele startovního pole naprosto neodhadnutelná a druhá škrtnutá rozjížděka měnila i ty nejpečlivější odhady aktuálního pořadí. Každý musel něco zajet a někoho konkrétního udolat a tak konečný dojezd do cíle provázelo mnoho chyb či malých tragédií, ať už z nervozity nebo z přemýřli. Bohužel do posledních deváté rozjížděky už počasí přestalo závodění dle rozhodčího správně rozhodl, že odstartovat rozjížděku do neregulérního větru, přeskakujícího skoro o 90°, by uškodilo duchu fair play. Celkové výsledky tedy zůstaly v podobě po osmi rozjížděkách.

Slavnostní zakončení celého mezinárodního mistrovství české republiky pak za krásného slunného odpoledne potvrdilo konečné pořadí, kdy na prvním místě a mistrem ČR se stala posádka CZE 21 Jiří Hrubý - Roman Houdek, vicemistrem posádka lodí CZE 17 Milan Čáp - Zbyněk Zanker a na třetí místě skončila posádka lodí GER 100 Jan Lechler - Sven Hermenau, čtvrté a páté místo obsadily lodě CZE 11 a CZE 09. Za krásný závod patří opravdu velký dík nejen prvotřídní práci rozhodčích, ale i realizačnímu týmu jachetního oddílu z Nechranic v čele se Solfronkem, stejně jako dobrovolníkům, zajišťujícím blaho závodníků na břehu. Jen tak dále a už se těšíme na další MČR za rok opět na Nechranicích.

T. Palkovský a za Promat-team V. Stanke



## Tunel Blanka - tepna pod Prahou



Jako Pražan mám radost, protože od soboty 19. 9. 2015 od 14:39 byla otevřena, v posledních letech nejdiskutovnější stavba v České republice, tunelový komplex Blanka.

Jedná se o soustavu na sebe navazujících tunelů (Brusnice, Dejvice a Královská obora) s celkovou délkou tunelových těles 5,5 km, držící prvenství nejdelšího městského tunelu v Evropě.

Svémi parametry se řadí k nejmodernějším a nejbezpečnějším stavbám tohoto typu na světě.

Podle výpočtů a předpokladů je hlavním cílem Blanky přemístit denně z ulic Prahy do jejího podzemí kolem 70 tisíc automobilů, které se budou pohybovat 70-ti kilometrovou rychlostí...

Osobně jsem přesvědčen, že otevření tunelového komplexu pozitivně ovlivní dopravu v metropoli. Bylo by asi ukvapené dělat konečné závěry nyní, na počátku fungování této stavby a definitivně hodnotit v jakých místech metropole dojde k poklesu, či nárůstu dopravy.

V těchto prvních dnech mnoho řidičů Blankou projede právě proto, aby se mohli podívat, jak moderní tunelový komplex v reálném stavu vypadá, kolik má nájezdů, výjezdů a jak je vše dispozičně uspořádáno.

Spousta lidí mi říká, že si již porovnali čas a délku své trasy při cestě do práce a zpět, jak tunelem a tak i po jejich původní trase. Zatím je skóre takové, že ve většině případů je vítězem na celé čáře právě Blanka. I když nyní má cestování tunelem dobře „našlápnuto“, tak ty právě výsledky, budou známé až delší čas.

Věřím, že tato unikátní stavba rychle a bez problémů zapadne do soustavy celého městského okruhu v Praze a zajistí nám tak rychlé, úspornější a bezpečnější cestování do našich cílových destinací.

Pro celý tunelový komplex Blanka se Promat podílel řešením a dodávkou:

- nasávacích zákrytů zařízení odvodu kouře a tepla z prostoru jednotlivých tunelových trub
- požárního těsnění instalací a spár, umístěného na hranicích požárních úseků především technologického zázemí Blanky
- dalších prvků pasivní požární ochrany staveb.

za Promat-team P. Kejklíček

## Kralovický MTB Maraton

Poslední srpnovou sobotu se konal již 12. ročník SPOKE MTB Maratonu v malém městečku Severního Plzeňska - v Kralovicích. Tato tradice poslední srpnové soboty se stala za 12 let svátkem téměř každého cyklisty z blízkého i vzdálenějšího okolí. Já sám jsem se zúčastnil 11 ročníků (jeden jsem musel vynechat kvůli tréninkové kolizi při přípravě na 7. ročník tehdy nazvaný „Kralovická šlapka“).



Závod za ta léta pořádání získal profesionálnější ráz. Přibýlo sponzorů, profesionálnějších jezdců, hodnotnějších cen, novějších typů kol, dravosti mezi soupeři, ale pořad zůstal jediný, a to trasy, které vedou krásnými přírodními i architektonickými skvosty našeho regionu.

Závodník při své cestě (záleží na trase, kterou si zvolí) projede malebným údolím řeky Střely a Mladotického potoka, podívá se do Pekla a přes Šebíkov směrem na Plasy až k nejmenšímu městu ve Střední Evropě Rabštejnu nad Sřelou, jede kolem barokních skvostů - Mariánská Týnice, Plasy a Manětín, aby u přírodního útvaru - Mladotického jezera, téměř vypustil duši při stoupání do Potvorovské hory. Je to krása a pokud Vás ještě na startu hecuje Jakub Kohák - herec, režisér a sportovec v jedné osobě, jak je vidět v příspěvku, pak není nic jednoduššího, než se zaregistrovat v posledním srpnovém týdnu roku 2016 na 13. ročník Kralovického MTB Maratonu. [www.spokemaraton.cz/aktualne/](http://www.spokemaraton.cz/aktualne/)

za Promat-team P. Babor

## Aktuální sortiment

Nádherné slunné léto už pomalu ustupuje sychravému počasí blížícího se podzimu. Ranní teploty, po chladné noci, hlásají jen několik stupňů nad nulou. A náš pohled se zálibně upírá na malá kamínka, krb či kachlová kamna, jenž nám v zimních měsících přináší tolik radosti a příjemných chvil. Údržba komínů a revize se pomalu stávají samozřejmostí, ale i vlastní kamna potřebují naší péči.

Promat již několik let dodává krbařské šňůry pod názvem PROMAGLAF® KS všech možných průměrů (od 4 - 25 mm), průřezů a barev. Pro jejich přichycení pak lepidlo Promat K-84 v praktickém balení injekční stříkačky 23 g.

S pozdravem Promat - ani zima nám nedá mat !!

za Promat-team P. Dvořák



## Z promatí kuchyně: Bezinkový likér

„Před heřmánkem smekni, před bezinkou klekni“, říkávala moje babička, když jsme s ní chodili sbírat černý bez. Sbírat bez nás jako děti moc nebavilo, ale vidina sladkého bezinkového likéru pro nás byla dostatečnou motivací. A nad tím, že je tam trocha alkoholu, všichni přimhouřili oko...

Je tu podzim a bezinkový likér posílí naši imunitu víc než očkování proti chřipce. Soupis pozitivních účinků na lidský organismus je téměř nekonečný.

A zde je recept: nasbírejte si 2 litry zralých bobulí a povařte je půl hodiny ve 2 litrech vody. Potom přidejte 1,5 kg cukru, 2 špetky skořice, vanilkový cukr, 3-4 hvězdičky badyánu a vše znovu povařte 1/2 hodiny. Vše necháme přes plátýnko odkapat a do studené šťávy vlijeme 0,5 l rumu a 4 lžičce hodně silné kávy (turka). Rozlijeme do lahví a skladujeme v lednici.

Doporučené dávkování je 1 štamprlička na lačný žaludek každé ráno (řidiči raději večer před spaním...).

za Promat-team M. Skotnicka

## Balkán trochu jinak

Poslední dobou máme Balkánský poloostrov a země bývalé Jugoslávie spojené s jinými tématy než s dovolenou. Ale mně se vždy po dovolené stýská po mořských specialitách a pljeskavici. A i tyto dobroty - za rozumnou cenu - lze najít v ČR, a to i v Praze.

Doporučuji Vaší pozornosti restauraci Jelica - [www.jelica.cz](http://www.jelica.cz) - sídlící na pražském Zlíchově. Dům je zvenku nevábný, ale uvnitř je to typická balkánská restaurace. Majitel je zaměřen i na raw food, ale nebojte, normální pljeskavici dělá asi nejlépe v Praze. Tak dobrou chuť!

za Promat-team L. Zajíc



Promat

Promat s.r.o.  
V. P. Čkalova 22/784  
160 00 Praha 6 - Bubeneč

tel.: +420 233 334 806  
fax: +420 233 333 576  
skype: promat.praha

GSM: 605 PROMAT  
606 PROMAT  
776 PROMAT

[promat@promatpraha.cz](mailto:promat@promatpraha.cz)  
[www.promatpraha.cz](http://www.promatpraha.cz)

Pro Čas

září 2015  
[redakce@promatpraha.cz](mailto:redakce@promatpraha.cz)

39