

Ostern in der Euroregion Neiße

Einer der ältesten Osterbräuche im sächsischen Teil der Euroregion Neiße ist das Osterreiten. Zwischen Bautzen und Wittichenau sind festlich gekleidete Osterreiter im Gehrock und Zylinder auf geschmückten Pferden in insgesamt neun Prozessionen unterwegs und verkünden die Osterbotschaft von der Auferstehung Jesu Christi.

Ein weiterer Brauch zu Ostern ist das Überreichen der „Patensemmel“. Dabei handelt es sich um einen Hefezopf mit Mohn, den die Kinder von ihren Paten überreicht bekommen.

In Tschechien gehen zum Ostermontag die Jungen mit einer Rute aus Weidenzweigen von Haus zu Haus, um die Mädchen „auszupeitschen“. Die Weidenzweige stehen in dem Glauben, Gesundheit und Jugend all denen zu bringen, die damit geschlagen werden. Dafür bekommen sie von den Mädchen bemalte Eier oder Süßigkeiten. An die Peitschen wird von jedem Mädchen ein buntes Band gebunden.

Zum Rezept

An den Feiertagen gehört ein ofenfrisches Osterbrot zu einer festlich gedeckten Tafel. Das sächsische Rezept für das Osterbrot wird aus Hefeteig gebacken. Wir haben dafür ein Vollkornmehl verwendet.

Warum Vollkornmehl?

Vollkornmehl enthält sämtliche Bestandteile des ganzen Getreidekornes mit seinen wertvollen Inhaltsstoffen. Der stärkereiche Mehlkörper versorgt uns lang anhaltend mit Energie. Der ölhaltige Keimling bietet alles, was die neue Getreidepflanze zum Überleben benötigt. Die Nährschicht liefert wertvolle Eiweiße, die von unserem Körper besonders gut verwertbar sind. Die Randschichten der Getreidekörner versorgen uns obendrein mit lebensnotwendigen Vitaminen, Mineral- und Ballaststoffen.



..... Sächsisches Osterbrot

Zutaten:

Teig: 1000 g Weizenmehl, 250 ml Vollmilch,
80 g Hefe, 150 g Zucker, 400 g Butter, 4
Eier, Salz

Früchte: 500 g Sultaninen, 100 g grob
gehackte oder gestiftelte Mandeln, 50 g
Orangeat, 50 g Zitronat

Zubereitung:

Die Hefe zerbröseln und mit 2 Esslöffeln des Zuckers und der lauwarmen Milch verrühren. Danach 200 g des Mehls dazugeben, wieder verrühren und diesen Vorteig zugedeckt an einem warmen Ort 25 – 30 Minuten gehen lassen. Jetzt das restliche Mehl, Butter, Eier und den restlichen Zucker schaumig rühren, unter den gegangenen Teig mischen und ca. 4 Minuten kneten. Die restliche Milch, eine Prise Salz und die Früchte in den Teig mengen und wieder etwa 4 Minuten durchkneten. Dann wird ein runder Laib geformt, der bedeckt an einem warmen Ort eine halbe Stunde geht. Zum Schluss den Teig mit etwas Ei einpinseln, mit einem Messer kreuzförmig oben einschneiden und im vorgeheizten Ofen etwa 45-50 Minuten backen.

Velikonoce v Euroregionu Nisa

Velikonoční jízda patří mezi nejstarší velikonoční tradice saské části Euroregionu Nisa. Mezi městy Budyšin (Bautzen) a Wittichenau cestují na ozdobených koních velikonoční jezdci, kteří jsou oblečeni do slavnostních fraků a cylindrů. Na cestu vyráží vždy devět procesí zvěstujících Kristovo zmrtvýchvstání.

Dalším velikonočním zvykem je předávání „kmotrovské housky“. Jedná se o pletýnku z kynutého těsta posypanou mákem, kterou dětem daruje jejich kmotra nebo kmotr.

V Česku na Velikonoční pondělí chodí chlapci od domu k domu na koledu s pomlázkou z vrbového proutí a šlehají děvčata. Věří se, že ženy a dívky, jež jsou vyšlehány, budou zdravé a mladé. Za odměnu dostávají chlapci od dívek malovaná vajíčka, zvaná kraslice, a sladkosti. Děvčata jim také na pomlázku zavěšují barevné stuhy.

O receptu „Saský mazanec“

O svátcích patří na slavnostně prostřenou tabuli čerstvě upečený mazanec. Podle saského receptu se mazanec peče z kynutého těsta. Pro tento recept jsme použili celozrnnou mouku.

Proč jsme použili celozrnnou mouku?

Celozrnná mouka obsahuje veškeré části obilného zrna i se všemi jeho cennými látkami. Jádro obsahuje škrob, a proto je zdrojem dlouhodobé energie pro náš organizmus. Klíček obsahující olej nabízí vše, co potřebuje nová rostlina k přežití. Slupka jádra obsahuje cenné bílkoviny, které jsou pro naše tělo velmi dobře využitelné. Vnější vrstvy obilných zrn nám mimo to zajišťují vitamíny, minerální látky a vlákninu důležité pro život.



..... Recept: Saský mazanec

Suroviny:

Těsto: 1000 g pšeničné mouky, 250 ml plnotučného mléka, 80 g droždí, 150 g cukru, 400 g másla, 4 vejce, sůl

Ovoce: 500 g rozinek (Sultánek), 100 g nahrubo nasekaných mandlí, 50 g kandovaného pomeranče, 50 g kandovaného citronu

Příprava:

Droždí rozdrobíme a promícháme se dvěma lžičkami cukru a trochou vlažného mléka. Poté přidáme 200g mouky a opět promícháme. Tento základ těsta necháme zakrytý vzejít na teplém místě 25 – 30 minut. Nyní smícháme zbytek mouky, máslo, vejce a zbytek cukru, vmícháme je do připraveného těsta a hněteme cca 4 minuty. Dále do těsta přidáme zbylé mléko, špetku soli a ovoce a opět vše mícháme po dobu přibližně 4 minut. Poté z těsta vytvarujeme kulatý bochánek, který necháme přikrytý kynout na teplém místě půl hodiny. Na závěr těsto potřeme rozšlehaným vejcem, nožem uděláme uprostřed bochánek kříž a dáme péct do předehřáté trouby na 45 – 50 minut.

Den Sommer genießen in der Euroregion Neiße

Obstknödel sind ein typisches Sommergericht, was schon sehr lange die tschechische Küche bereichert. Bereits im 17. Jahrhundert wurden erste Obstknödel gekocht. Dabei wurde zunächst geschnittenes Obst mit Semmelbröseln und Eiern vermischt.

Die ältesten Vertreter der Obstknödel sind die klassischen Pflaumen-Knödel. Die bekannteste Patronin der tschechischen Köchinnen Magdalena Dobromila Rettigova erwähnt Pflaumenknödel im Jahre 1838.

Die tschechischen Hausfrauen fanden schnell weitere Varianten für die Füllung der Knödel. So wurden die Knödel bald mit Rhabarber, Kirschen, Erdbeeren, Sauerkirschen, Heidelbeeren oder Aprikosen gefüllt. Im Winter wurde das frische Obst durch getrocknetes ersetzt.

Zum Rezept

Für unser tschechisches Rezept haben wir Erdbeeren als Obst gewählt, die am besten feldfrisch gepflückt schmecken. Außerhalb der Erdbeersaison können auch gefrostete Früchte verwendet werden. Für den Teig wird frisches Vollkornmehl mit Eiern, einer Prise Salz und Quark vermischt.



Quark macht wirklich stark!

Zur Quarkherstellung werden der Milch Milchsäurebakterien und ein wenig Lab hinzugefügt. Durch Wärme bildet sich der Quark, von dem sich die Molke löst. Quark und Molke werden getrennt. Der fertige Quark wird gleich nach der Produktion verpackt. Quark ist in verschiedenen Fettstufen erhältlich: Magerquark (weniger als 10 % Fett) sowie Quark mit 10, 20 und 40 % Fett in der Trockenmasse. Quark enthält viel Kalzium, welches für stabile Knochen und gesunde Zähne besonders wichtig ist. Außerdem ist Quark reich an hochwertigem Eiweiß, welches unser Körper sehr gut verarbeiten kann.

..... Tschechische Obstknödel

Zutaten für 6 Personen:

1 kg fettreicher Quark, 500 g Vollkornmehl, 4 Eier, eine Prise Salz

Garnierung: 120 g Butter, 120 g saure Sahne, 80 g Puderzucker

Füllung: frische oder gefrostete Erdbeeren, ca. 25 Stück

Zubereitung:

Die Erdbeeren gründlich reinigen, spülen und abtropfen lassen.

Quark mit Mehl, Eiern und einer Prise Salz zu einem festen Teig verkneten.

Den Teig zu einer Rolle formen und in Scheiben schneiden.

Die Erdbeeren in die Teigscheiben setzen und eine Knödelkugel formen.

Im offenen Topf in leicht gesalzenem Wasser etwa 8 bis 10 Minuten ziehen (kochen) lassen. Die Knödel sind gar, wenn sie oben schwimmen.

Knödel mit saurer Sahne, Puderzucker und geschmolzener Butter servieren.

Užijte si léto v Euroregionu Nisa

Ovocné knedlíky jsou typickým letním pokrmem, který již dlouhou řadu let obohacuje českou kuchyni. První ovocné knedlíky se vařily již v 17. století. Tehdy se jednalo o pokrácené ovoce smíchané se strouhankou a vejci.

Nejstarší variantou ovocných knedlíků jsou klasické švestkové.

Již v roce 1838 se o nich ve svých receptech zmiňuje slavná patronka českých kuchařek Magdalena Dobromila Rettigová.

České hospodyňky záhy objevily i další varianty přípravy tohoto pokrmu a začaly knedlíky plnit rebarborou, třešněmi, jahodami, višněmi, borůvkami nebo meruňkami. V zimních měsících lze čerstvé ovoce nahradit ovocem sušeným nebo mraženým.

Recept na české ovocné knedlíky

Pro tento český recept jsme si zvolili jako ovocnou náplň jahody, které nejlépe chutnají čerstvě sklizené. Když není čas sklizně, můžeme použít mražené jahody.

Těsto vyrobíme smícháním čerstvě namleté celozrnné mouky s vejci, špetkou soli a tvarohem.

Tvaroh nám dává sílu!

Při výrobě tvarohu se do mléka přidávají bakterie mléčného kvašení a malé množství syřidla. Zahříváním se vytváří tvaroh, od kterého se odděluje syrovátka. Hotový tvaroh se po výrobě ihned zabalí. Tvaroh je k dostání v několika variantách dle obsahu tuku: nízkotučný (méně než 10% tuku), dále tvaroh s obsahem 10, 20 a 40% tuku v sušině. Tvaroh obsahuje vápník, který je obzvláště důležitý pro pevné kosti a zdravé zuby. Kromě toho obsahuje cenné bílkoviny, které naše tělo umí dobře zpracovat.



..... Recept na ovocné knedlíky

Suroviny pro 6 osob:

1 kg tučného tvarohu, 500 g celozrnné mouky, 4 vejce, špetka soli

Ozdoba: 120 g másla, 120 g kysané smetany, 80 g moučkového cukru

Náplň: čerstvé nebo mražené jahody, cca 25 kusů

Náplň:

Jahody důkladně očistíme, omyjeme a necháme okapat.

Tvaroh, mouku, vejce a špetku soli dobře zpracujeme na hladké těsto.

Z těsta vytvarujeme váleček, který nakrájíme na plátky.

Omyté a osušené jahody zabalíme do plátku těsta a utvoříme kulatý knedlík.

Vaříme v nezakrytém hrnci ve slabě osolené vroucí vodě cca 8 až 10 minut. Knedlíky jsou hotové, když vyplavou na povrch.

Podáváme s kysanou smetanou, moučkovým cukrem a rozpuštěným máslem.

Herbstzeit – Erntezeit in der Euroregion Neiße

Im Herbst ist Haupterntezeit eines der beliebtesten Feldfrüchte der Euroregion Neiße – der Kartoffel. Die Kartoffel ist auch eine der Hauptzutaten des typischen Lausitzer Traditionsgerichtes „**Pellkartoffeln, Leinöl und Quark**“.

Das goldgelbe Leinöl aus kalt gepresster Leinsaat dient seit Jahrhunderten als entscheidende Beigabe für das frühere Arme-Leute-Essen.

Das Lausitzer Leinöl besticht nicht nur durch seinen unverwechselbaren Geschmack, sondern auch durch seinen hohen Gesundheitswert. Denn die Zusammensetzung dieses Öles zeichnet sich durch einen bemerkenswerten Gehalt an der ernährungsphysiologisch besonders wertvollen Linolensäure aus.

Zum Rezept

Warum Pellkartoffeln?

Kartoffeln bestehen aus 78 % Wasser, 15 % Kohlenhydraten (Stärke), 2 % Eiweiß und 2 % Ballaststoffen. Die Knolle enthält fast kein Fett, aber wertvolle Vitamine (Vitamin C, Vitamin B1 und B2) und Mineralstoffe (Kalium, Magnesium, Phosphor und Eisen). Viele Nährstoffe sitzen dicht unter der Kartoffelschale, deswegen sollten Kartoffeln am besten mit der Schale als Pellkartoffel gekocht und gegessen werden.



Kleiner Sprachkurs: Wie sagt man auf ...

deutsch

Heute gibt es Pellkartoffeln,
Quark und Leinöl.

Ich hätte gern noch ein paar Kartoffeln!

Danke, es reicht schon.

Guten Appetit!

tschechisch

Dnes jsou brambory na loupáčku s tvarohem
a lněným olejem.

Rád bych si přidal ještě pár brambor.

Ďěkuji, to stačí.

Dobrou chuť!

..... Pellkartoffeln mit Leinölquark

Zutaten:

1 kg festkochende Kartoffeln, 500 g Magerquark, etwas Mineralwasser mit Kohlensäure, 1 Zwiebel, 1 Bund Kräuter (z. B. Petersilie, Schnittlauch, Kerbel, Dill, ...), 3 EL Leinöl, Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Kartoffeln mit Schale kochen.

Den Quark mit etwas Mineralwasser (mit Kohlensäure) glatt rühren.

Die Zwiebel und die Kräuter klein schneiden und unter den Quark heben.

Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss Leinöl unterrühren.

Podzim – Čas sklizně v Euroregionu Nisa

Podzimní čas je časem sklizně nejoblíbenějších plodin Euroregionu Nisa – brambor. Brambory jsou také jednou z hlavních surovin typického lužického tradičního jídla „brambory na loupačku s tvarohem a lněným olejem“.

Zlatožlutý lněný olej lisovaný za studena z lněných semínek se používá již po staletí jako zásadní doplněk jídla chudých.

Lužický lněný olej vyniká nejen svou nezaměnitelnou chutí, ale také svými blahodárnými účinky na naše zdraví. Složení lněného oleje se vyznačuje pozoruhodným obsahem nutričně velmi cenné kyseliny linolové.

O receptu

Proč brambory na loupačku?

Brambory obsahují 78% vody, 15% sacharidů (škrobu), 2% bílkoviny a 2% vlákniny.

Hlíza obsahuje cenné vitamíny (vitamin C, vitamín B1 a B2) a minerální látky (draslík, hořčík, fosfor a železo) a skoro žádný tuk. Mnoho živin se nachází těsně pod slupkou, a proto by se měly brambory nejlépe vařit a jíst i se slupkou.

Malý jazykový kurz: Jak se řekne ...

německy

Heute gibt es Pellkartoffeln,
Quark und Leinöl.

Ich hätte gern noch ein paar Kartoffeln!

Danke, es reicht schon.

Guten Appetit!

česky

Dnes jsou brambory na loupačku s tvarohem
a lněným olejem.

Rád bych si přidal ještě pár brambor.

Děkuji, to stačí.

Dobrou chuť!



Brambory na loupačku s tvarohem a lněným olejem

Suroviny:

1 kg brambor, varný typ A, 500 g netučného tvarohu, trochu minerální vody - perlivé, 1 cibule, 1 svazek bylinek (např. petržel, pažitka, kerblík, kopr, ...), 3 polévkové lžíce lněného oleje, sůl a pepř

Příprava:

Brambory uvaříme ve slupce. Tvaroh smícháme s trochou perlivé minerální vody a utřeme do hladka. Cibuli a bylinky nakrájíme nadrobno a přidáme do tvarohu. Okořeníme solí a pepřem. Na závěr vmícháme lněný olej.

Weihnachten in der Euroregion Neiße

In Deutschland bringen der Weihnachtsmann oder das Christkind am Heiligabend die Geschenke.

In Tschechien besucht der Ježíšek (Verkleinerungsform von Ježíš = Jesus) die Kinder. Die Geschenke werden in Tschechien erst nach dem Essen verteilt.

Früher fasteten die Tschechen tagsüber an Heiligabend. Am Abend konnte sich dann jeder satt essen. Es kamen stets neun Gänge auf die Weihnachtstafel! Alles was die Ernte des Jahres bereithielt, sollte aufgetragen werden, beispielsweise Hülsenfrüchte, Trockenobst, Pilze und Nüsse.

Das Gericht **Pilzkuba** blickt auf eine lange Tradition zurück. Da es sich um ein vegetarisches Gericht handelt, kann es bedenkenlos auch am Heiligabend zum Mittagessen verzehrt werden. Denn eine tschechische Weihnachtstradition besagt, dass man am 24. Dezember den ganzen Tag fasten muss, um als Belohnung nach Sonnenuntergang ein goldenes Schweinchen zu Gesicht zu bekommen.

Zum Rezept

Traditionell werden für das Pilzkuba getrocknete Pilze wie Totentrompeten, Butterpilze oder Steinpilze verwendet, die dann in Wasser aufgeweicht und weiterverarbeitet werden. Wir haben für unser Rezept frische Shiitake-Pilze verarbeitet, die im sächsischen Hoyerswerda produziert werden.

Der Shiitake-Pilz – eine fernöstliche Delikatesse

Beheimat ist der Shiitake-Pilz in Japan. Sein natürlicher Standort sind abgestorbene Baumstämme. So verdankt der Pilz seinen Namen dem Shiibaum – dem von ihm bevorzugtem Baum. „Take“ heißt auf Japanisch „Pilz“. Der Shiitake-Pilz besitzt einen einzigartigen aromatischen Geschmack und ist für seine gesundheitsfördernde Wirkung bekannt.



Pilzkuba

Zutaten für 4 Personen:

500 g Shiitake-Pilze, 300 g Graupen, 3 EL Fett zum Braten + 1 EL Fett zum Einfetten der Auflaufform, 2 größere Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, ½ TL gemahlener Kümmel, 1 TL getrockneter Majoran, Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 200 – 300 ml Wasser oder Gemüsebrühe

Zubereitung:

Die Graupen mit kaltem Wasser waschen und in leicht gesalzenem Wasser ca. 20-30 Minuten kochen bis sie weich sind. In ein Sieb schütten und abtropfen lassen. In der Zwischenzeit die fein gehackte Zwiebel im Fett anbraten. Die Pilze in größere Stücke schneiden und kurz mit anbraten. Anschließend den Knoblauch, das Salz, den Kümmel, den Majoran und den frisch gemahlene Pfeffer hinzugeben. Das Pilzkuba abschmecken und Wasser oder Brühe dazugeben. Eine Auflaufform einfetten, die Graupen mit den restlichen Zutaten vermischen und gleichmäßig in der Form verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad etwa 25 min. goldgelb überbacken.

Vánoce v Euroregionu Nisa

V Německu nosí na Štědrý den dárky „Weihnachtsmann“ – vánoční muž nebo jezulátko zvané „Christkind“.

V Česku děti navštěvuje Ježíšek a po večeři jim naděluje dárky.

Dříve se lidé na Štědrý den postili. Teprve večer se mohli dosyta najíst. Bývalo zvykem, že se slavností tabule skládala až z devíti chodů. Nesměla chybět žádná plodina, která se během roku urodila, například luštěniny, sušené ovoce, houby nebo ořechy.

Houbový kuba je spojen s velmi starou tradicí. Jelikož se jedná o bezmasý pokrm, tak se může bez obav podávat jako polední jídlo i na Štědrý den. Jedna z českých vánočních tradic totiž tvrdí, že ten, kdo se 24. prosince celý den postí, spatří po západu slunce zlaté prasátko.

O receptu

Pro přípravu tradičního houbového kuby se používají sušené houby jako stroček trubkovitý, klouzci nebo hříby, které se před použitím pro změknutí namočí do vody. Pro náš recept jsme použili houby Shiitake, které se pěstují v saském městě Hoyerswerda.

Houby Shiitake – pochoutka z dálného východu

Domovem houby Shiitake je Japonsko. Přirozeným prostředím této houby jsou odumřelé kmeny stromů. Za své jméno vděčí stromu Shii (dub), na kterém se této houbě daří nejlépe. Označení „take“ je japonským výrazem pro „houbu“. Houby Shiitake mají jedinečnou aromatickou chuť a jsou známy pro své blahodárné účinky pro organizmus.



..... Recept Houbový kuba

Suroviny pro 4 osoby:

500 g hub Shiitake, 300 g krup, 3 polévkové lžice tuku na smažení + 1 polévková lžice tuku k vymazání formy, 2 větší cibule, 2 stroužky česneku, ½ čajové lžičky mletého kmínu, 1 čajová lžička sušené majoránky, sůl, čerstvě namletý pepř, 200 – 300 ml vody nebo vývaru

Příprava:

Kroupy propláchneme studenou vodou a vaříme do změknutí v mírně osolené vodě 20 - 30 minut. Poté scedíme a necháme okapat. Mezitím na tuku opečeme nejmenno nakrájenou cibuli, přidáme na větší kusy nakrájené houby a krátce osmažíme. Poté dochutíme česnekem, solí, kmínem, majoránkou a čerstvě namletým pepřem. Případně můžeme směs zvláčnit přidáním vody nebo vývaru. Formu vytřeme tukem a vložíme do ní kroupy smíchané s ostatními přísadami. Pečeme do zlatova v předehřáté troubě na 180 stupňů přibližně 25 minut.

Kinder kochen für Kinder

böhmisch – sächsisch – regional

Der sichere Umgang mit Lebensmitteln und das Wissen um eine gesunde Ernährung sind wichtige Kompetenzen, die bereits im Kindesalter vermittelt werden sollten. Eine qualifizierte Ernährungserziehung in den Schulen leistet dafür einen wichtigen Beitrag. Ergänzend zu den bisherigen Maßnahmen zur Ernährungserziehung und -bildung im sächsischen und böhmischen Teil der Euroregion Neiße wurde das Projekt „Kinder kochen für Kinder – böhmisch, sächsisch, regional“ unter Trägerschaft des Sächsischen Landeskuratoriums ländlicher Raum durchgeführt. Dabei entstanden in Zusammenarbeit mit dem tschechischen Partner Venkovsky prostor o.p.s. Kurzfilme sowie diese Rezept- und Informationsmappe, die für die schulische und außerschulische Ernährungserziehung genutzt werden kann.

Deutsche und tschechische Schüler, Köche sowie Ernährungswissenschaftlerinnen erklären in den Filmen die Zubereitung regionaltypischer Gerichte entlang des Jahreskreises. Schüler können sich mithilfe der entstandenen Materialien über die sächsische und böhmische Esskultur informieren und erfahren Wissenswertes zum Gesundheitswert der eingesetzten Produkte. Gleichzeitig wird ein Einblick in die Produktion von ausgewählten heimischen Erzeugnissen gewährt. Durch die küchentechnische Anleitung wird auf Besonderheiten bei der Zubereitung der ausgewählten Rezepte eingegangen.

Wir laden dazu ein, heimische Produkte wie Vollkornmehl, Quark, Leinöl, Kräuter und Pilze neu zu entdecken. Dazu finden traditionelle Rezepte Anwendung, die Menschen über Grenzen hinweg verbinden.

Folgenden Partnern gilt unser herzlicher Dank für die Unterstützung der Realisierung dieses Projektes:

Sächsischer Ausbildungs- und Erprobungskanal (SAEK) in Bautzen,
Ernährungs- und Kräuterzentrum Kloster St. Marienstern sowie
Kinder- und Jugendfarm des Christlich-Sozialen Bildungswerkes Sachsen e. V.,
teilnehmenden Schüler des Christlichen Johanneums in Hoyerswerda
und der Základní škola Lidická in Hrádek nad Nisou
den Köchen Axel Göber und Jan Masopust
sowie den Erzeugerbetrieben Krabat-Milchwelt,
Rätzemühle GmbH & Co. KG,
Lausitzer Ölmühle Hoyerswerda GmbH
und Integra Hoyerswerda GmbH

Impressum:

Herausgeber: Sächsisches Landeskuratorium Ländlicher Raum e. V.
Kurze Str. 8, 01920 Nebelschütz OT Miltitz
www.slk-miltitz.de
in Zusammenarbeit mit dem Kontaktbüro
Venkovský prostor o.p.s.
U Nisy 745/6a, 460 01 Liberec 3

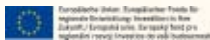
Redaktion: Sächsisches Landeskuratorium Ländlicher Raum e. V.

Auflage: 1.000 Stück

Realisierung: Projektbüro für Marketing Dresden,
www.holger-siegert.de

Übersetzung: Jan Hanzl

Bestelladresse: Sächsisches Landeskuratorium Ländlicher Raum e. V.
Kurze Str. 8, 01920 Nebelschütz OT Miltitz
Telefon: 035796/971-0 Fax: 035796/971-16
Email: info@slk-miltitz.de



Evropská unie
Evropský sociální fond
Investice do budoucna
Evropský zemědělský fond pro rozvoj venkova
Evropská unie
Evropský zemědělský fond pro rozvoj venkova
Evropská unie
Evropský zemědělský fond pro rozvoj venkova



Ziel 3 | Cíl 3
Rozvoj venkova, úspora životního prostředí
2007-2013. www.ciel3.eu



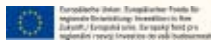
Venkovský prostor
Evropský zemědělský fond pro rozvoj venkova
Evropská unie
Evropský zemědělský fond pro rozvoj venkova



Das Projekt wurde mit Mitteln aus dem Kleinprojektfonds der Euroregion
Neiße über das Ziel 3/Cíl 3-Programm zur Förderung der grenzübergreifenden
Zusammenarbeit 2007-2013 zwischen dem Freistaat Sachsen und der
Tschechischen Republik gefördert.

Impresum:

- Vydavatel: Sächsisches Landeskuratorium Ländlicher Raum e. V.
Kurze Str. 8, 01920 Nebelschütz OT Miltitz
www.slk-miltitz.de
ve spolupráci s kontaktní kanceláří
Venkovský prostor o.p.s.
U Nisy 745/6a, 460 01 Liberec 3
- Redakce: Sächsisches Landeskuratorium Ländlicher Raum e. V.
- Náklad: 1.000 kusů
- Sazba: Projektbüro für Marketing Dresden
www.holger-siegert.de
- Překlady: Jan Hanzl
- Objednáací adresa: Sächsisches Landeskuratorium Ländlicher Raum e. V.
Kurze Str. 8, 01920 Nebelschütz OT Miltitz
Telefon: -049-35796/971-0 Fax: -049-35796/971-16
Email: info@slk-miltitz.de



Evropská unie - Evropský fond pro regionální rozvoj - Investice do budoucnosti - Evropská unie - der europäische fond für regionalen razvoj - Investice do budoucnosti



Tento projekt je financovaný z Fondu malých projektů Euroregionu Nisa programu přeshraniční spolupráce Ziel 3/Cíl 3 mezi Svobodným státem Sasko a Českou republikou 2007 - 2013.

Děti vaří dětem

česky – sasky – regionálně

Bezpečné nakládání s potravinami a povědomí o zdravé výživě patří mezi důležité znalosti i návyky, které by měly být osvojeny již v dětství. Kvalifikovaná výchova ke zdravé výživě ve školách k tomuto zásadně přispívá. Jako doplnění dosavadních opatření v oblasti výchovy a výuky ke zdravé výživě v saské a české části Euroregionu Nisa je realizován projekt „Děti vaří dětem – česky, sasky, regionálně“, jehož nositelem je sdružení Sächsisches Landeskuratorium ländlicher Raum e.V. (Saské zemské kuratorium venkovský prostor). V rámci spolupráce s českým partnerem, společností Venkovský prostor o.p.s., vznikají v rámci projektu krátké filmy a materiály s recepty a dalšími informacemi, které budou sloužit pro školní a mimoškolní výchovu ke zdravé výživě.

Němečtí a čeští žáci, kuchaři a rovněž i odborníci z oblasti zdravé výživy nám ve filmech představí přípravu vybraných regionálních pokrmů, které lze v různých ročních obdobích připravit. Pomocí vzniklých materiálů se žáci seznámí se saskou a českou kulturou stolování a dozvědí se zajímavé informace o použitých surovinách a jejich významu pro naše zdraví. Zároveň můžeme nahlédnout i do výroby regionálních produktů. Pomocí kuchařských instrukcí se také seznámíme se zvláštnostmi přípravy pokrmů dle zvolených receptů.

Přidejte se k nám, a objevujme společně regionální produkty jako je celozrnná mouka, tvaroh, lněný olej, bylinky a houby, které pak uplatníme v tradičních receptech, jež spojují lidi i hranice.

Za podporu při realizaci projektu patří naše srdečné díky následujícím partnerům:

televiznímu kanálu Sächsischer Ausbildungs- und Erprobungskanal (SAEK)
(Saský vzdělávací a testovací kanál SAEK), Budyšín,
vzdělávacímu centru Ernährungs- und Kräuterzentrum Kloster St. Marienstern,
výukové farmě pro děti a mládež Kinder- und Jugendfarm
des Christlich-Sozialen Bildungswerkes Sachsen e. V.,
Zapojeným žákům gymnázia Christliches Johanneum in Hoyerswerda
a ze Základní školy Lidické v Hrádku nad Nisou
Pánům kuchařům – p. Axelu Göberovi a p. Janu Masopustovi
Výrobním zemědělským podnikům:
Krabat-Milchwelt (mlékárna),
Rätzemühle GmbH & Co. KG (výroba mouky),
Lausitzer Ölmühle Hoyerswerda GmbH (výroba oleje)
a Integra Hoyerswerda GmbH (pěstírna hub)