

OZDRAVA!! AVANT20



OBSAH

<i>Přichází adventní čas, Vánoce jsou za dveřmi</i>	<i>5</i>
Adventní čas	6
Adventní kalendář	6
Druhy adventních kalendářů.....	7
Historie adventního kalendáře	7
Adventní věnec	8
<i>Jak zamezit předvánočnímu shonu?.....</i>	<i>9</i>
<i>Adventní světki.....</i>	<i>10</i>
Svatá Lucie	10
Svatá Barbora	11
Svatý Mikuláš.....	12
<i>Proč slavíme Vánoce?</i>	<i>13</i>
<i>Historie vánočního stromu.....</i>	<i>13</i>
<i>Příprava vánoční tabule</i>	<i>14</i>
<i>Vánoce a vánočka.....</i>	<i>15</i>
Recept na vánočku.....	16
<i>Vánoční perníčky.....</i>	<i>17</i>
<i>Vánoční perníčky II.....</i>	<i>18</i>
<i>Ryba a Vánoce</i>	<i>19</i>
<i>Vánoční nápoje.....</i>	<i>20</i>
Svařené víno	20
Horká čokoláda	20
Vaječný likér	21
Vánoční punč.....	21
<i>Vánoční věnec.....</i>	<i>22</i>
<i>Staré štědrovečerní menu</i>	<i>22</i>
Štědrovečerní chody:	23
<i>Zdravá štědrovečerní večeře.....</i>	<i>23</i>
.....	24
Dietní rybí polévka	24
Květákový salát.....	24
Netradiční bramborový salát.....	25
<i>Recepty na netradiční vánoční pochoutky.....</i>	<i>26</i>

Vánoční pudink.....	26
<i>Zdravé recepty.....</i>	<i>27</i>
<i>Obyčeje na Štědrý den</i>	<i>27</i>
Rybí šupina.....	27
Zlaté prasátko	27
Rozkrajování jablka	28
Lodičky ze skořápek ořechů	28
Lití olova	28
<i>Obyčeje na Štědrý den v naší rodině.....</i>	<i>28</i>
<i>Jak prožíváme Vánoce?.....</i>	<i>29</i>
<i>Náš Štědrý den.....</i>	<i>30</i>
<i>Vánoce/Tét ve Viêt Namu.....</i>	<i>30</i>
Moje vánoce.....	31
<i>Tipy na dárky.....</i>	<i>31</i>
<i>Vánoční koledy</i>	<i>32</i>
<i>Jak o Vánocích nepřibrat.....</i>	<i>34</i>
<i>Vánoční Ostrava</i>	<i>34</i>
<i>Silvestr.....</i>	<i>35</i>
Jak se slaví silvestr u nás?	35
Jak se slaví silvestr v zahraničí?	35
Kdy a proč se začal slavit silvestr?	36
<i>Tři králové.....</i>	<i>36</i>
<i>Tvorba žáků</i>	<i>37</i>
Krásy vánočního úklidu	37
Bajka – O praseti domácím a divokém.....	37
<i>První sníh.....</i>	<i>38</i>



Milé čtenářky, vážení čtenáři,

tak zde opět po roce máme Vánoce – nejkrásnější svátky v roce. Po adventním shonu nás čekají krásné chvíle strávené spolu s našimi nejbližšími, vůně jehličí a vanilky, lahodné cukroví, opojný punč, nové vánoční pohádky...

Pojďme se už nyní vánočně naladit právě vycházejícím prosincovým číslem školního časopisu. Ač je venku chladno, někde už leží i první sníh, řádí covidová pandemie a v obchodních centrech zběsilé předvánoční nakupování, my vám přinášíme pravou adventní pohodu, ke které neodmyslitelně patří hřejivé čtení, jež pro vás připravili vaši spolužáci. Pohodlně se usad'te a pusťte si do svých příbytků zajímavé příběhy a povídání o těch nejkrásnějších svátcích v roce.

Vaše redakce

Přichází adventní čas, Vánoce jsou za dveřmi

Plamínek první svíčky na adventním věnci oznamuje začátek adventu, období příprav a těšení se na Vánoce. Každou další adventní neděli zapalujeme na věnci o jednu svíčku navíc.

V křesťanské tradici je advent vnímán jako doba příprav na příchod Spasitele. Advent začíná vždy v neděli nejbližze svátku sv. Ondřeje, letos již 28. listopadu. Čtyřtýdenní adventní doba skončí se západem slunce o Štědrém večeru.

S adventním obdobím je spojena celá řada lidových i moderních tradic.

Tradičním symbolem adventu je od 19. století adventní věnec, který má v různých oblastech různou podobu, v katolických zemích jsou na něm nejčastěji čtyři svíčky, z nichž tři jsou fialové (modré) a jedna růžová. Fialová (modrá) barva symbolizuje pokání, ztišení a čekání.



Se svátkem sv. Barbory, který slavíme 4. prosince, je nejčastěji spojována tradice řezání barborek, tj. větviček jakýchkoli stromů a keřů, které mohou do Vánoc rozkvést. Barborka, která rozkvetla o Vánocích, přinášela do domu štěstí a děvčatům na vdávání předpovídala svatbu.

V době adventu si lidé rádi zdobí svoje domovy jmelím, které má podle tradice přinášet štěstí a požehnání do domu, podle Keltů také plodnost. Políbení pod větvíčkou jmelí má zajistit vzájemnou lásku až do příštích Vánoc.



Vánočky dříve pekli mistři pekaři. Do nich se zapékala mince, která předpovídala svému nálezci zdraví a bohatství po celý příští rok. Popraskaná a nepovedená vánočka znamenala neštěstí.

Vánoční stromek má svůj původ ve zdobení lidských obydlí chvojím na ochranu před vším zlým. Větve jehličnanů se staly symbolem věčného života.

Eliška Václavíková, AZ3

<https://www.duhovymotyl.cz/clanky-2/adventni-a-vanocni-cas/>

<https://cs.wikipedia.org/wiki/Advent>



Adventní čas

Je radostné období čekání na Ježíška, doba rozjímání, radosti a pro většinu z nás také ten nejkouzelnější čas v roce.

V dnešní době si především děti od začátku prosince otevírají políčka v *adventním kalendáři*. Pak každé ráno rozbalí další ze čtyřadvaceti okének, za kterými se skrývá malý dáreček, nejčastěji v podobě malé čokolády.

Adventní období je spjato také s *vánočním cukrovím*. Oblíbené jsou hlavně medové perníčky. Jejich pečení v adventní době má v českých zemích tradici pravděpodobně od 12. století. Kromě jejich přímé konzumace se používají také k výzdobě.



Tereza Kratinová, AZ3

<https://cs.wikipedia.org/wiki/Advent>

<https://www.denik.cz/tradice-czk/vanoce-puvod-zvyky-a-tradice20081201-eh6o.html>

<https://www.novinky.cz/vanoce/clanek/zacina-adventni-cas-tradicnim-symbolem-je-zdobeny-venec-40053583>



Adventní kalendář

Děti ho dostávají většinou jako nadílku od svatého Mikuláše. Adventní kalendář obsahuje dvacet čtyři tajných políček, které těm nejmenším z nás přibližují Vánoce a zpestřují dobu adventu. Princip je otevřít jen jedno políčko s datem dne. Největší a většinou i nejsladší tajemství se skrývá v posledním okénku.

Spousta dětí neví, že adventní kalendář má i biblický původ, kdy se křesťané připravují na příchod Ježíše Krista neboli Spasitele. Stejně jako kdysi se čekalo na něco velkého

a důležitého se zvědavostí, ale i s trpělivostí. Člověk, který čeká, je bdělý a připravený, jeho smysly jsou napjaté. Ne náhodou se forma adventních kalendářů ustálila na podobě otevíracích okének nebo dvířek, protože vypovídají také o vnitřní otevřenosti pro druhého člověka, pro dobré věci a původně také o otevřenosti k Bohu.

Veronika Pajurková, AZ3

https://cs.wikipedia.org/wiki/Adventn%C3%AD_kalend%C3%A1%C5%99

Druhy adventních kalendářů

Je to zvláštní druh kalendáře, který ukazuje dvacet čtyři dní spojených s křesťanskými Vánocemi a dobou adventu. Slouží k odpočítávání dnů zbývajících do Štědrého dne. Jeho nejrozšířenější podobou je papírová forma s dvaceti čtyřmi políčky, která jsou vyplněna čokoládou. Existuje však také spousta verzí, kde se pod okénky ukrývají hračky či jiné drobnosti.

Historie adventního kalendáře

Dříve, než se jejich podoba ustálila na té současné, byly adventní kalendáře uměleckými díly. První ručně vyrobený pochází z roku 1851, první tištěný, s obrázky přilepenými na lepence, poté vznikl v roce 1908. Vyrobil jej tiskař Gerhard Lang z Maulbronn, spolumajitel tiskárny Reichhold & Lang v Mnichově, který na vlastní náklady vytiskl vystřihovací kalendář s názvem „V zemi Ježíškově“. Tento kalendář však ještě neměl otevírací okénka, takový totiž Lang vydal až ve 20. století.

Na kalendářích, které následovaly, byly vyobrazovány liturgické výjevy z Bible, vypadaly jako části vesnic nebo měst s důmyslně schovanými okénky. Vyráběly se v malých dílnách z tvrdého papíru a v okénkách byly schovány výjevy z Bible.

Původním cílem adventního kalendáře je připomenout dětem vánoční událost popisovanou v Bibli a zpříjemnit jim čekání na Vánoce. Bylo v něm také zachyceno poselství adventní doby, kdy se křesťané připravují na Vánoce a kdy očekávají příchod Ježíše Krista.



Plechový adventní kalendář

Jeho výroba je velice jednoduchá, postačí vám forma na muffiny, dále tvrdý papír, fixy či pastelky a malé hračky či sladkosti, kterými okénka vyplníte. Formu zavěsíte na stužku či provázek, z tvrdého papíru vystříhnete kolečka, ozdobíte je, napíšete jednotlivá čísla a okénka jimi jednoduše zakryjete.

Julie Lukešová, AZ3

https://cs.wikipedia.org/wiki/Adventn%C3%AD_kalend%C3%A1%C5%99

<https://www.ireceptar.cz/zajimavosti/historie-adventniho-kalendare-je-pomerne-kratka.html>

<https://www.maminka.cz/clanek/nejkrasnejsi-adventni-kalendare-galerie-advent-tipy-jaky-koupit>

<https://www.interde.cz/blog/adventni-kalendar/>

<https://www.souseded.cz/magazin/clanek/10-tipu-na-vyrobu-vlastniho-adventniho-kalendare/273>

Adventní věnec

Advent je období, které začíná čtyři neděle před Štědrým dnem. Ty symbolizují dobu, po kterou putovali Marie a Josef do Betléma. Každá z adventních nedělí má své lidové označení: železná, bronzová, stříbrná a zlatá.

I když je advent pro většinu lidí obdobím shánění dárků, úklidu, pečení cukroví a příprav na Vánoce, mějme na paměti hlavní účel adventu. Především se jedná o období klidu, rozjímání a dobročinnosti. Samotné slovo advent poté pochází z latiny. „Adventus” v překladu znamená příchod a odkazuje na příchod Spasitele. Pro křesťany je tedy advent ve znamení rozjímání a duchovních příprav na Vánoce.



Adventní věnec symbolizuje vítězství a kruhový tvar pak mír a bezpečí. Živé chvoji představuje věčný život a schopnost přírody přežít zimu. Tradice adventních věnců u nás zdomácněla až ve 30. letech 20. století, kdy k nám dorazila z Německa.

Na adventním věnci jsou čtyři svíčky. Každou adventní neděli je zapálena jedna. Když hoří všechny čtyři, následuje Štědrý den.

Důležitá je symbolika ohně, který má posvátný i magický význam, a to hlavně v zimním období, protože dává potřebné teplo a světlo. Symbolizuje Slunce a má chránit před zlými silami.

Zdobení adventního věnce je v naší rodině dlouholetou tradicí, při níž se sejde celé ženské pokolení. Při tvoření si užíváme rodinné pohody, zpíváme koledy a popijíme teplý punč, který nás vtáhne do vánoční nálady.

Nela Fiedorová, AZ3

<https://cesketradice.cz/advent-puvod-a-historie/>

Jak zamezit předvánočnímu shonu?

Spousta lidí si myslí, že shon a stres je nezbytně spojený s Vánoci. To ale nemusí být vůbec pravda.

Pokud se chcete letos těmto zmatkům vyhnout, možná by se Vám hodilo pár tipů, jak na to. Dárky můžeme nakupovat s dostatečným předstihem, a to i s pomocí internetu z pohodlí domova. Vyhneme se tak davu lidí v přeplněném nákupním centru pár dní před Vánoci. Výzdobu našeho domova můžeme provádět průběžně, během celého adventního období. Advent zahrnuje období čtyř týdnů před Vánocemi, kdy se lidé na vánoční svátky „připravují“. Taky nemusíme mít napečeno nekonečné množství druhů cukroví. Stačí si připravit pár druhů, které chutnají hlavně nám a našim nejbližším.

Nebo si jednoduše stačí předem rozmyslet, jak tento sváteční čas chceme strávit my. Jestli nám tolik záleží na materiálních dárkách, nebo jestli si spíše chceme užít svátky s tím, koho máme rádi, s kým je nám dobře. A o tom by Vánoce měly být. Netrapme se tím, že třeba nějaký dárek nestihneme koupit nebo že musíme mít kupu dárků. Místo toho věnujme svůj čas svým blízkým, rodině, kamarádům. Vzpomeňme si na lidi, které jsme během celého roku zanedbávali, zavolejme jim a setkejme se třeba u vánočního stromku s hrnečkem horkého punče.

Marie Smejkalová, LY1

Adventní světcí

Svatá Lucie

- Žila na přelomu 3. a 4. století, pocházela ze Syrakus na Sicílii.
- Je patronkou slepých a pomocnicí při očních nemocech.
- Svůj majetek i plánované věno rozdala chudým.
- Byla udána jako křesťanka, za což musela podstoupit mučednickou smrt.
- Její poselství zní: „Ti, kdo žijí cudný život, jsou chrámem Ducha svatého.“
- Svátek svaté Lucie je nedílnou součástí adventu, pojí se i s vánočním úklidem.
- V katolické církvi je oslavována 13. prosince.



Lidové zvyky

- V předvečer svaté Lucie chodívaly bílé oděné „Lucky“ kolem stavení. Tyto dívky chodily s velkými dřevěnými noži, se kterými strašily děti. Tvrdily, že rozpárou bříško tomu, kdo se v adventu nepostí. Děti, které se pomodlily, byly obdarovány, ostatním hrozily metlou.
- Svatá Lucie byla také ochránkyní čarodějnic.



Pranostiky

- Říká se: „Lucie noci upije a dne nepřidá.“ (Do svátku svaté Lucie totiž vychází slunce čím dál později a večer zapadá dříve než předchozí den.)
- „Svatá Lucie noci upije, dne přidá, co slepice zívá.“
- „Svatá Lucie ukazuje svou moc, neb nám dává nejdelší noc.“
- „Od svaté Lucie zimy dost.“
- „Když přijde svatá Lucie, najde tu už zimu.“
- „Svatá Lucie je královna noci.“
- „Na svatou Lucii jasný den, urodí se konopí i len.“
- „Umaže-li si Lucie šaty od bláta, bude si je po celý leden přepírat.“

Anna Sládečková, AZ3

[Pranostiky na 13. prosinec: Svatá Lucie noci upije | U Kocoura doma](#)

[Sv. Lucie – lidové zvyky – cesketradice.cz](#)

[svatá lucie zvyky - Bing images](#)

Svatá Barbora

Svátek svaté Barbory se slaví 4. prosince, pouhé dva dny před Mikulášem.

Je patronkou horníků, sedláků, zajatců a mnoha dalších.

Život

Barbora z Nikomédie, mučednice ze 3. století, byla krásná dcera bohatého kupce a odpůrce křesťanství, která si přes to všechno cestu k víře našla. Za svou víru byla pronásledována, uvězněna ve věži a mučena. Byla usmrcena rukou vlastního otce, který jí sťal hlavu. Po tomto činu byl její otec spálen na uhl, když z nebe sjel blesk.

Barbora je proto zobrazována s věží v ruce nebo u nohou, někdy také drží v ruce kalich (odkaz na její víru) nebo meč (její smrt).

Tradice

Nejznámější tradice, kterou všichni známe, jsou tzv. barborky.

Barborky jsou nařezané větvičky z třešní, ale i z jabloní, švestek či zlatého deště. Dívky si větvičky dají do vázy, a pokud do Štědrého dne vykvetou, do roka se vdají.

Po některých vesnicích chodí ženy oděné v bílém, rozdávají sladkosti či ovoce a vybízejí děti k modlení.

Pranostiky

- O svaté Barboře ležívá sníh na dvoře.
- Jaké počasí na svatou Barboru, takové bývá po celý advent.

Po Sv. Barboře je pojmenována spousta chrámů a kostelů. Nejznámější můžeme najít v Kutné Hoře.



Bára Kamrádová, AZ3

https://www.google.com/search?q=sv+barbora&client=firefox-b-d&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwj01K_tyrj0AhX8gf0HHflfAgcQ_AUoAXoECAEQAw&biw=1872&bih=949&dpr=1#imgsrc=pr28FAMTwvLaSM

Svatý Mikuláš

Svatý Mikuláš se narodil velmi bohatým rodičům ve městě Patata. Je to jeden z nejuctívanějších svatých v celém křesťanství. Byl biskupem v maloasijském městě Myra, kde ho lidé měli rádi. Žil pravděpodobně mezi lety 270 až 343. Za jeho života vznikaly legendy o jeho zázračných činech.

Pomáhal chudým a nemocným, konal dobročinné skutky, ze kterých vznikl zvyk dávat dětem před svátkem nadílku. Mikulášská nadílka je v řadě zemí neodmyslitelnou předzvěstí vánočních svátků. Obrací se především k dětem, v mnoha případech však splynula s vánočními zvyky.

O svatém Mikuláši vzniklo mnoho příběhů. Mezi nejznámější patří samozřejmě příběh zchudlého šlechtice z Myry, který se rozhodl prodat své tři dcery do veřejného domu. Když se to Mikuláš dozvěděl, vhodil po tři noci za sebou tajně do jejich pokojů hroudu zlata, aby si mohly opatřit věno a řádně se provdat.

Zemřel patrně 6. prosince, proto připadá svátek na tento den. Po smrti byl uctíván jako světec a jeho hrob v Myře se stal vyhledávaným poutním místem, avšak v 11. století se Malá Asie stala součástí islámského světa. Pád Mikulášova hrobu do rukou muslimů vyburcoval italské námořníky, kteří v roce 1087 Myru přepadli a ostatky odvezli do Bari. Krypta s Mikulášovými ostatky byla později posvěcena papežem.



Tradice spojené s Mikulášovou osobou jsou velmi pestré a krajově i národnostně se liší. Součástí většiny z nich je rozdávání dárek dětem.

V USA se tato tradice postupně přetvořila ve fenomén Santa Clause, který ovšem dnes již roznáší dárky o Vánocích. Odtud se v této pozměněné podobě šíří do okolního světa. Santa Claus však nemá oděv českého Mikuláše.

Česko a Slovensko

V Česku a na Slovensku je v dnešní době Mikuláš představován v biskupském oděvu s dlouhým bílým voussem a je doprovázen anděly a čerty. Tato skupinka obchází domácnosti s dětmi každý rok 5. prosince. Andělé s Mikulášem roznášejí dárky, čerti se starají o symbolické trestání a strašení zlobivých dětí. Ne vždy však byl Mikuláš doprovázen andělem a čertem. Jindy s ním chodil třeba obecní policajt.



Valérie Řepečká, Natálie Chmelová, AZ3

https://cs.wikipedia.org/wiki/Svat%C3%BD_Mikul%C3%A1%C5%A1

<https://www.vira.cz/mikulas>

Proč slavíme Vánoce?

Co to vlastně Vánoce jsou? Jde o křesťanský svátek, který se slaví již od dávné historie. První zmínka o slavení Vánoc se objevila ve 2. století n. l. Vánoční svátky jsou oslavou narození Ježíše Krista, který přišel na svět 25. prosince, a proto jsou uznávány všemi křesťanskými národy.

Předvánoční čas začíná čtyři týdny před Štědrým dnem a toto období se nazývá advent. Každou neděli (železnou, bronzovou, stříbrnou a zlatou) zapalujeme jednu svíčku na adventním věnci. Následuje Štědrý den 24. prosince a po něm První svátek vánoční neboli Boží hod vánoční, který je považován za nejdůležitější den Vánoc. Druhý svátek vánoční připadá na 26. prosince. Slavíme svátek svatého Štěpána a tento den je spojen se „štěpánskou koledou“, kdy se schází celá rodina, předávají se dárky a hoduje se.

Oslavu Vánoc si každý národ přizpůsobil podle sebe, tudíž Vánoce nevypadají všude stejně. Rozdíl je například v tradicích, pokrmech nebo dni, kdy se rozbalují dárky. Vánoce u nás jsou spojeny hlavně s časem stráveným s rodinou, s vánočním stromčkem, koledami, dřevěným betlémem, který symbolizuje místo, kde se Ježíš narodil, cukrovím, rozkrojením jablka, štědrovečerní večeří a rozbalováním dárků, které nám donesl Ježíšek. Ne všude dárky naděluje Ježíšek, například v Americe naděluje dárky Santa Claus.

Vánoce jsou nejkrásnější svátek v roce.



Klára Moravcová, LY1

Historie vánočního stromu

Každému z nás se pod pojmem vánoční stromeček hned vybaví nazdobený smrk nebo jedle. Ale tyto stromečky nevypadaly vždy tak, jak je známe, v minulosti se stromek dokonce zavěšoval nad štědrovečerní stůl, ovšem špičkou dolů.

Když vezmeme tradici zdobení stromku úplně od začátku, pochází z území Baltu a Německa, původně byl strom ozdoben jablky, ořechy a jinými potravinami. V pozdějších letech se přidala tradice zdobení svíčkami.

První evropské město, ve kterém jsme v minulosti mohli tuto tradici vidět, byla Kodaň.

V Čechách se první vánoční strom objevil v roce 1924 na brněnském náměstí Svobody. Nechyběl charitativní nádech, impulsem k tomuto činu byl nečekaný nález opuštěného batolete, které bylo zachráněno v lese nedaleko Brna. Peníze z charity šly na toto dítě. Právě kouzlo Vánoc je přeci jen dávat druhým. Výzdoba smrčků a jedlí je v mnoha městech vyráběna dětmi ze školek a škol, většinou vyrábějí papírové ozdoby, jako jsou vločky nebo další zimní ornamenty.

Asi přemýšlíte, kde se vyskytuje největší vánoční strom v Česku. Myslím, že každý z nás na tuto otázku odpověděl správně, je to Staroměstské náměstí. Poprvé se lidé mohli přijít podívat na tuto krásu v roce 1936. Jestli myslíte na to, jak je strom velký, tak vám sdělím, že před osmnácti lety byl tak vysoký, že se zřítil na kolemjdoucí a zranil 5 lidí. Toto se stalo ale jen jednou a myslím, že každý z nás uzná, že návštěva večerního rozsvícení stromečku je překrásný start adventu.

Anna Stošková, AZ3

<https://www.ctidoma.cz/historie/za-vanocni-stromy-na-namestich-vdecime-rudolfu-tesnohlikovi-charitu-v-nich-ale-uz>

Příprava vánoční tabule

Vánoční svátky v rodinném kruhu jsou těmi nejkrásnějšími v roce. Symbolem Vánoc je také večeře, u které se scházíme. Prostírání slavnostní tabule tak patří k posledním přípravám před vyvrcholením Štědrého dne a spolu s dobrým jídlem pomáhá utvářet kouzelnou atmosféru celého večera.

Vánoce se nám pomalu blíží a mnoho žen již řeší, do jakých barev budou ladit letošní výzdobu – ať už jde o vánoční stromeček nebo obývací pokoj. Ačkoliv nás během Vánoc nečeká žádná barevná sláva, jistě se máme na co těšit. Zatímco loni byla hitem především zlatá, letos budou v kurzu především méně výrazné barvy, jako jsou šedá, stříbrná, béžová a bílá.

Když si zvolíte kombinaci bílé a stříbrné, neměli byste zapomenout na zelené doplňky, které oživí váš stůl. Použijte větvičky ze smrčku nebo jedličky, vhodně složte ubrousky a nezapomeňte na vánoční svícen, který by měl celému stolu dominovat.

Doufám, že se vám výzdoba vašich vánočních stolů povede a vy se u něj budete cítit velmi příjemně.

Lenka Niklová, LY1



Vánoce a vánočka

Vánočka je tradičním vánočním pokrmem a její pečení patří k nejstarším vánočním zvyklostem.

Tvarem má připomínat Ježíška zavinutého v peřince, měla význam nového života a plodnosti. Věřilo se, že křížové pletení lidí ochrání před zlými silami. Symbolický význam mají i jednotlivé prameny vánočky. Čtyři spodní představují zemi, slunce, vodu a vzduch. Tři prostřední copy spojuje rozum, vůle a cit. Zapletené vrchní dva znamenají vědění a lásku.

Připravovala se většinou v noci z třináctého na čtrnáctého prosince. Hospodyně jich většinou chystala tolik, kolik měla rodina členů, jednu navíc poté pekla na štědrovečerní stůl. První upečenou vánočku podle tradice dostal hospodář, aby byla v novém roce dobrá úroda. V závěru štědrovečerní večeře nakrojil největší vánočku a podělil jí celou rodinu, část z ní dostal i dobytek. Prastarým zvykem bylo zapéct do vánočky minci, která měla tomu, kdo ji při krájení našel, přinést štěstí, zdraví a bohatství po celý příští rok. Při její výrobě se dodržovala určitá pravidla. Hospodyně na sobě musela mít bílou zástěru a na hlavě šátek.

Po celou dobu přípravy nesměla promluvit a nikdo neměl mluvit na ni. Během kynutí pak vyskakovala do výšky, aby těsto dobře naběhlo. Nabývání na objemu symbolizovalo nárůst štěstí a hojnosti. Nepovedená vánočka znamenala nezdár v příštím roce.

Recepty na vánočku jsou různorodé, liší se nejen v jednotlivých krajích, ale i rodinách.

Veronika Tihelková, AZ3

<http://sladkavanilka.cz/staroceska-vanoc>

<https://www.czechspecials.cz/news-articles/co-jste-mozna-nevedeli-o-vanocce>

Recept na vánočku

Pečení vánočky prošlo dlouhým historickým vývojem. V naší rodině pečeme o svátcích vánoční pochoutku podle tohoto receptu.

Suroviny

350 g hladké mouky
150 ml mléka
70 g rozpuštěného vlažného másla
70 g cukru krupice
30 g rozinek
30 g plátkovaných mandlí
20 g čerstvého droždí
1 vejce
1 lžice vanilkového extraktu (nebo cukru)
1 lžička citronové kůry
vejce na potření
sůl

Postup



1) Do mísy robota dejte mouku, cukr a špetku soli. Promíchejte a ve středu vytvořte důlek. Přidejte asi polovinu mléka a rozdrobte droždí. Rozmíchejte a zapracujte část mouky, abyste vytvořili řídké těstíčko. Zakryjte a nechte kvásek vzejít asi 15 až 20 minut. Kvásek zvětší objem a bude mít v sobě spoustu bublinek.

2) Ke kvásku a mouce přidejte zbylé mléko. Přidejte i vejce, rozpuštěné máslo, vanilkový extrakt a citronovou kůru. Vložte hák na hnětení a hněťte v robotu 7 minut. Přidejte rozinky a ještě chvíli prohněťte. Těsto by mělo být hezky hladké a mělo by se odlepovat od stěny mísy.

- 3) Těsto dejte do mísy, zakryjte a nechte 60 minut kynout. Poté zvažte na váze a rozdělte na šest stejně velkých dílů. Každý díl dlaní stočte do kuličky a nechte chvíli odpočinout. Poté jej dlaněmi rozválejte na prameny.
- 4) Prameny si rozložte na pracovní desku a postupně splétejte. Nespěchejte a pěkně postupně prameny překládejte. Jakmile máte upleteno, oba konce stiskněte a přeložte pod vánočku. Vánočku dejte na plech, zakryjte a nechte kynout alespoň 60 minut, dokud viditelně nezvětší svůj objem.
- 5) Troubu si mezitím předehřejte na 180 °C. Jakmile je vánočka pěkně vykynutá, potřete ji rozšlehaným vejcem a posypte mandlemi. Dejte do trouby, snižte teplotu na 160 °C a pečte asi 45 minut.

Adéla Rójová, AZ3

Vánoční perníčky

Perníčky jsou neodmyslitelnou součástí Vánoc, a proto není divu, že je v období Vánoc nalezneme téměř v každé domácnosti. Vůně tohoto kořeněného pečiva patří k Vánocům stejně jako vůně vanilky, svíček a jehličí. Navíc nám svou rozmanitostí a tvárností dávají při jejich přípravě možnost popustit uzdu své fantazii.

Vzhledem k tomu, že se Štědrý den kvapem blíží, nastal nejvyšší čas, abychom se pustili do jejich přípravy. Na internetu existuje nespočetné množství receptů, jak toto oblíbené vánoční cukroví připravit, a je tedy jen na vás, podle kterého receptu se budete řídit. U nás doma se těsto na perníčky připravuje z těchto surovin:

- 500 g hladké mouky
- 100 g tuku na pečení (doporučujeme Heru)
- 120 g cukru moučka
- 150 g medu
- 1 lžička perníkové koření
- 2 vejce
- 1,5 lžičky sody

Postup samotné přípravy těsta je velmi jednoduchý a nezabere mnoho času. Na začátku smícháme mouku, cukr, perníkové koření a sodu. Následně rozpustíme tuk s medem, po vychladnutí přidáme vejce. V posledním kroku vše smícháme dohromady. Vypracované těsto necháme uležet do druhého dne. Vykrojené perníčky pečeme na 180 °C po dobu 8–10 minut. Po upečení perníčky namažeme rozšlehaným vejcem (případně s trochou rumu)

a ozdobíme. Aby perníčky nebyly tvrdé, přiložíme k nim rozkrojené jablko a uzavřeme v nádobě.

Přípravy perníčků se mnohdy účastní celá rodina, a proto si při jejich pečení můžeme užít i mnoho zábavy a vytvořit si tak krásné vzpomínky na ten nejkouzelnější okamžik v roce. Bez perníčků by snad nebyly Vánoce ani Vánoci.



Kateřina Pokorná, PS4C

Vánoční perníčky II

Vánoční perníčky patří mezi největší chloubu naší rodiny, pečeme je s mamkou a tetou podle našeho rodinného receptu celý víkend a dáváme si opravdu záležet. Naše perníčky jsou jedny z mála perníčků, které jsou měkké hned po upečení a neznám nikoho, komu by nechutnaly. A já vám nyní prozradím, jak na ně.

Na těsto budeme potřebovat tyto ingredience:

- 800 g hladké mouky
- 300 g cukru
- 4 vejce
- 200 g másla
- čajová lžička jedlé sody
- 3 polévkové lžičky kakala
- citronovou kůru
- 250 g vlažného medu
- kypřicí prášek do perníku
- bílková poleva - 1 bílek, 150 g moučkového cukru a 1 polévková lžíce citronové šťávy

Postup je opravdu jednoduchý. Všechny suroviny smícháme dohromady a vzniklé těsto necháme přes noc v lednici. Poté těsto ručně prohněteme a vyvalujeme na plát silný asi 0,5 cm. Následně vykrajujeme libovolné tvary, které ukládáme na plech dostatečně daleko od sebe.

Pečeme v předehřáté troubě na 200 °C zhruba 7 minut. Po vyndání je ihned potřeme rozšlehaným vejcem. Po vychladnutí můžeme začít zdobit, fantazii se meze nekladou. My se držíme jednoduchosti a zdobíme pomocí bílkové polevy. Všechny přísady vyšleháte ručním šlehačem na nejvyšší výkon a můžeme zdobit.

Tak co říkáte, zkusíte náš recept? Pokud ano, věřím, že vám bude chutnat a potěšíte rodinu i okolí.



Jana Šokalová, PS4C

Ryba a Vánoce

Mezi tradiční jídla na Vánoce patří štedrovečerní večeře. Skládá se nejčastěji z rybí nebo luštěninové polévky a ryby nebo řízku s bramborovým salátem. Ryba byla tradičním symbolem křesťanství. Kapr obecný se jako tradiční pokrm prosadil ve městech až v 19. století, na venkov se dostal až po první světové válce. Podával se na modro (ve zředěném octě nebo bílém víně s kořenovou zeleninou) nebo na černo (ve sladké omáčce z povidel a perníku). Kapr smažený, v podobě, jakou známe dnes, se začal jíst až po druhé světové válce. Problémem při konzumaci je veliký počet kostí, které se mohou zaseknout v krku. Tato častá nehoda tak během štedrovečerní večeře může narušit celkovou pohodu a klid a vážnější případy končí až v nemocnici, kde by asi nikdo přes Vánoce být nechtěl. S kaprem je spojena také tradice kapřích šupin, které jsou symbolem bohatství, proto se dávají při večeři pod talíř, případně se drží v ruce. Pokud je budete po celý následující rok nosit v peněžence, přinesou vám bohatství.



Tereza Kováčová, PS1B

https://cs.wikipedia.org/wiki/V%C3%A1no%C4%8Dn%C3%AD_kapr

Vánoční nápoje

Pomalinku se blíží Vánoce, a to znamená jediné – čas na to, udělat si vánoční nápoje, jak se patří! Pokud jste ještě žádný nápoj nikdy nepřipravovali, neváhejte a vrhněte se do přípravy s námi.

Svařené víno

Určitě jste si už někdy koupili „svařák“ na vánočních trzích. To jste ale ještě nevěděli, jak jednoduchá je příprava tohoto výborného moku.

Nejprve si vyberte své oblíbené víno, nezáleží na tom, jestli se rozhodnete pro bílé nebo červené, doporučujeme vám, aby to bylo kvalitní víno, protože váš sváteční nápoj pak bude mnohem lahodnější. Víno můžete svařit samotné nebo klidně i s vodou. Můžete přidat cukr (doporučujeme 10 až 20 dkg cukru na jeden litr tekutiny), pak ke směsi přidejte koření a vše rychle povařte. Jakmile začne víno vařit, rychle je z plamene dejte pryč, víno může měnit svou chuť, pokud je vystaveno vysokým teplotám. A máte hotovo! Váš nápoj je připraven.

Horká čokoláda

Horkou čokoládu má rád snad každý. Její přípravou potěšíte nejen sebe, ale i děti. Jednoduchý postup a lahodný výsledek!

Potřebujete k tomu čokoládu (mléčnou nebo hořkou – výběr je na vás). Rozlamte ji na kousky. Zalijte ji smetanou, dejte na sporák a roztápněte při velmi malé teplotě. Směs byste měli stále míchat, a pokud ji chcete hustší, můžete přidat ještě více čokolády. Na závěr se nápoj dá zdokonalit šlehačkou nebo přidáním dalšího kousku čokolády. Dobrou chuť!

Vaječný likér

Ingredience

- 35 dkg mletého cukru
- 5 žloutků
- ¾ konzervy slazeného kondenzovaného mléka
- 0,5l rumu
- ½ neslazeného kondenzovaného mléka



Postup

Žloutky a mletý cukr šleháme do pěny, poté přidáme kondenzované mléko, přičemž nadále šleháme. Pak přidáme rum a neslazené mléko a za stálého míchání vše smícháme. Přelijeme do sklenic a dáme chladit do lednice.

Vánoční punč

Ingredience

- červené víno
- ovocný džus (nejlépe višň nebo lesní směs)
- plátky pomeranče a citronu
- badyán
- skořice
- hřebíček
- vanilka
- rozinky
- cukr krystal
- rum



Postup

Džus a víno nalijeme do hrnce, přidáme cukr a koření a přivedeme k varu. Chvilí necháme vařit a poté přidáme rum a plátky nakrájeného pomeranče a citronu. Následně přelijeme do servírovací nádoby a můžeme podávat.

Natálie Hubičková, Anna Klenčíková, AZ3

<https://www.topshop.cz/clanky/desetnejlepscnyocnchnpoj>

<https://www.apetitononline.cz/recepty/vanocni-punc>

Vánoční věnec

Věnec, na kterém si každou adventní neděli zapálíme jednu svíčku, je nedílnou součástí vánočních tradic.

Základ věnce by měl být ze zeleného jehličí, to symbolizuje život přežívající i tuhou zimu. Kruh značí Boží věčnost a jednotu. Dnes už to tak úplně nebývá zvykem, ale historicky k adventu patřila fialová barva. Ta symbolizovala noblesu, důstojnost, rozjímání a pokání. Tuto barvu oblékal i kněz. Na čtvrtou adventní neděli nosil však roucho růžové. Proto tři fialové svíčky doplňuje čtvrtá růžová. Barva naděje a zrození. Pro protestantské církve pak byla typická barva červená a zlatá. Červená odkazuje na Kristovu prolitou krev a zlatá potom na život a vítězství dobra. V luteránské a anglikánské církvi se věnec zdobí modrou barvou, symbolem královské hodnosti. Časté jsou i věnce s pátou, bílou svíčkou uprostřed. Ta se zapaluje na Štědrý den a označuje samotného Krista. Při první adventní neděli, která je také nazývána jako železná, zapalujeme první svíčku, která je svící proroků. Je památkou na proroky, kteří předpověděli narození Ježíše Krista. Představuje naději a očekávání. Postupujeme proti směru hodinových ručiček. O bronzové neděli se zapaluje druhá svíce, takzvaná betlémská, která reprezentuje lásku a symbolizuje Ježíškovy jesličky. Třetí svíčku zapalujeme na stříbrnou neděli, té se říká pastýřská a jejím významem je radost. Čtvrtá je nazývána andělská a představuje mír a pokoj. Je rozsvícena na poslední adventní neděli, kterou přezdíváme zlatá.

Krásně nazdobený věnec z chvojí nebo jiného materiálu je po celou dobu adventu ozdobou domácnosti, kterou navíc provoní příjemná vůně jehličí.

Barbora Tihelková, AZ3

Adventní věnec – Wikipedie (wikipedia.org)

https://www.kudyznudy.cz/aktuality/odkud-se-vzala-tradice-adventniho-vence-a-jakou-ba?gclid=EA1aIQobChMIIO2p64m59AIVgxkGAB0bJwsZEAAYASAAEgJoa_D_BwE

Staré štědrovečerní menu

Štědrý den byl vždy velkým rodinným svátkem. Obvykle se při večeři podávalo pět až sedm chodů, jejichž složení se odvíjelo od finančních možností rodiny a způsobech daného kraje. Chudší lidé si mohli dovolit pouze hrách, houby nebo sušené ovoce, bohatší rodiny třeba i pečené šneky, raky či různé druhy ryb. Před večeří se rodina vždy pomodlila a nechávala u stolu vždy nejméně jedno místo volné pro případného neočekávaného návštěvníka.

Štědrovečerní chody:

1. Kousek chleba, hrách či oplatka s medem
2. Sladké – jablečný závin
3. Předkrm – houbový kuba, pečení šneci
4. Polévka – převážně z hub a luštěnin
5. Hlavní chod (dle tradice rodiny či kraje) – zapečené nákypy s houbami
6. Dezert – ovoce, vánočka a cukroví
7. Pozdní večeře – nakrájené sýry s ovocem, paštika s brusinkami, chlebičky

Druhá večeře se podává většinou později po koledách a štědrovečerní nadílce, aby se rodina opět sešla u stolu a podělila se o krásné zážitky z dárků.



Tereza Friedrichová, PS1B

<https://babinet.cz/clanek-22703-k-stedrovecerni-veceri-patri-7-chodu-jako-7-dnu-v-tydnu.html>

https://www.google.com/search?q=star%C3%A9+%C5%A1%C4%Bdrove%C4%8Dern%C3%AD+menu&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwit3auU8bP0AhVNhv0HHXC8BlQQ_AUoAXoECAEQAw&biw=1366&bih=625&dpr=1

Zdravá štědrovečerní večeře

Rybí polévka, smažený kapr s bramborovým salátem, řízky a sladké cukroví patří mezi nejčastější štědrovečerní pochoutky. Nezaměnitelná chuť štědrovečerní večeře u mnohých vzbuzuje radost, která se ovšem brzy mění v obavy z nadbytečných kil.

A co když si chcete udržet postavu? S těmito recepty si vychutnáte štědrovečerní večeři bez výčitek a odpírání si přídavku.

Dietní rybí polévka

Na jednu porci „odtučněné“ rybí polévky budete potřebovat:

- 50 g kapra
- 5 g margarínu
- 15 g mrkve
- 10 g cibule
- 15 g petržele
- 15 g celeru
- sůl, pepř podle chuti
- celozrnný chléb



Nakrájenou zeleninu krátce osmahněte na margarínu a zalijte vodou, poté přidejte kapra, osolte, opepřete a uvařte doměkka. Vyndejte část zeleniny, rozmixujte a vraťte do polévky. Na závěr posypte polévku krutony z celozrnného chleba.

Květákový salát

Na 4 porce zdravého květákového salátu budete potřebovat:

- 1 květák
- 300 g mražené/sterilované zeleniny (mrkev, hrášek, kukuřice)
- 100 g kyselých okurek
- 2 vejce natvrdo
- 1 cibule
- 200 g řeckého jogurtu
- 2 lžíce hořčice
- 1/2 lžičky mořské soli
- špetku mletého pepře



Opláchnutý květák rozebereme na růžičky a 15 minut ho necháme vařit v hrnci pod parou. V misce zatím smícháme rozmraženou nebo sterilovanou zeleninu, nejemno nakrájené kyselé okurky, cibuli a vejce uvařená natvrdo. Přimícháme řecký jogurt, hořčici, osolíme a opepříme. Nakonec do salátu přidáme nejemno nakrájený květák. Salát podáváme za studena.

Terezie Zátopková, AZ3

<https://www.albert.cz/recepty/rybi-polevka-3>

<https://recepty.blesk.cz/clanek/vareni/3176/vanocni-rybi-polevka-vyzkousejte-ji-podle-sefkucharu.html>

Netradiční bramborový salát

Na štědrovečerním stole nemůže chybět klasika v podobě bramborového salátu, který si můžete připravit podle nekonečného množství receptů. Co rodina, to jiné chutě. Je libo tradiční bramborový salát s majonézou, nebo bez?

Ráda bych vám představila recept na poněkud netradiční bramborový salát, který je ochucený, kromě jiného, cherry rajčátky, cizrnou a koprem. Hodí se jak ke smažené rybě, tak i k jiným masům upraveným smažením.

Ingredience (na 4 porce):

- 400 g malých salátových brambor
- 100 g červených cherry rajčátek
- 100 g žlutých cherry rajčátek
- 100 g uvařené cizrny
- 4 lžíce majonézy
- 1 lžíce hořčice
- 1 lžíce octa
- 1 ks šalotky
- čerstvě drcený pepř
- čerstvý kopr
- voda
- sůl



Postup:

1. Brambory očistíme a uvaříme ve slupce v osolené vodě, scedíme a necháme vychladit.
2. Připravené brambory nakrájíme na větší kusy, dáme do misky a přidáme cizrnu a na půlky nakrájená rajčátka.
3. Majonézu smícháme s hořčicí, octem, solí, pepřem a nasekanou šalotkou.
4. Vše opatrně promícháme, necháme odležet v lednici a pak servírujeme ozdobené nasekaným koprem.

Příprava cizrny:

1. Cizrnu namočíme a necháme přes noc nabobtnat, druhý den ji uvaříme ve vodě, v níž byla cizrna namočená, doměkka.
2. Uvařenou cizrnu slijeme, propláchneme a necháme okapat.

Markéta Mikesková, PS2B

<https://www.receptyonline.cz/15-nejlepsich-receptu-na-bramborovy-salat/>

<https://www.prozeny.cz/clanek/recepty-bramborove-salaty-60612>

Recepty na netradiční vánoční pochoutky

Máte chuť upéct na Vánoce nějakou netradiční dobrotu? Tady je na jednu recept!

Vánoční pudink

Vánoční pudink je anglický vánoční pokrm. Připravuje se dlouho před Vánocemi – zraje nejméně měsíc. Bývalo zvykem, že na míchání směsi se vystřídala celá rodina a každý člen si při tom něco přál. Do směsi se někdy také přidávala malá stříbrná mince, která měla nálezci v příštím roce přinést bohatství.



Ingredience: 300 g sušeného ovoce (rozinky, brusinky), 25 g kandované citronové kůry, 1 malé jablko nahrubo nastrované a považené, kůra z 1 pomeranče, ½ pomeranče, ½ citronu, 4 lžíce brandy (a trošku navíc na polití), 50 g hladké mouky, 1 kypřicí prášek do pečiva, lžička skořice, špetka mletého hřebíčku, koriandru, zázvoru, muškátového ořechu a nového koření, 100 g hovězího loje nebo másla, 110 g hnědého cukru, 100 g strouhanky, 25 g sekaných mandlí, 2 vejce.

Postup:

1. Smícháme si sušené ovoce, koření, kůry, jablko, citron a pomeranč nakrájený na malé kostičky a vše zalijeme brandy. Necháme přes noc marinovat.
2. Pak smícháme mouku, kypřicí prášek, koření, přidáme tuk, cukr, mandle, strouhanku a nakonec vmícháme marinované ovoce. Přidáme vejce a vše promícháme.
3. Formu vymažeme a vložíme směs, kterou překryjeme pečicím papírem. Pudink vaříme buď v páře asi sedm až osm hodin, nebo v tlakovém hrnci dvě a půl hodiny.
4. Po uvaření můžeme tento pudink skladovat na chladném a suchém místě skoro měsíc.
5. Servírování: Vařte nad parou další 3 a půl hodiny, vyklopte z formy, přelijte brandy a zapalte.

Dobrou chuť!



Daniela Surovcová, AZ3

www.wikipedia.cz

www.recepty.cz

www.zahradnickakucharka.cz

Zdravé recepty

Budeme potřebovat: 120 g banánu, 80 g jemných ovesných vloček, 140 g jemného tvarohu, sladidlo podle chuti (med)

Rozmačkáme banán a smícháme ho s vločkami. Pak přidáme podle chuti sladidlo, skořici, mák, kokos, kakao. Formu na muffiny vytřeme trochu olejem, posypeme mouku a následně těsto natlačíme na spodek a okraje formy. Dáme péct při 180 °C 15-20 min. Po upečení necháme vychladnout, vyplníme košíčky tvarohem a ozdobíme ovocem či jiným zdobením. Z tohoto množství by mělo vzniknout asi šest košíčků.



Budeme potřebovat: 180 g banánů, 100 g ovesných vloček, 100 ml kefiru, 15 g kakaa

Všechny tyto suroviny rozmixujeme a nalijeme do formy, kterou dáme do předehřáté trouby, a pečeme při 180 °C cca 25 minut. Po upečení nakrájíme na trojúhelníky, potřeme tvarohem a zdobíme, jak je libo.

Budeme potřebovat: 100 g polotučného tvarohu, 2 lžíce ovesných vloček, 50 g čokolády, hrst mandlí, 1 lžíce kokosového oleje, 1 lžíce arašídového másla, 1 lžička chia semínek

Smícháme tvaroh, ovesné vločky, chia semínka a arašídové máslo a poté necháme alespoň 20 minut v lednici odležet. Po odležení vytvarujeme kuličky, které dáme ještě na 10 minut do mrazáku. Mezitím si rozpustíme čokoládu a nasekáme mandle. Nakonec kuličky namáčíme do čokolády a posypáváme mandlemi. Necháme ztuhnout.

Nina Václavková, AZ3

Obyčeje na Štědrý den

Rybí šupina

V peněženke podle tradice zaručuje, že v ní budou vždy nějaké peníze.

Zlaté prasátko

Pokud se postíte celý Štědrý den, uvidíte večer zlaté prasátko, které vám zaručí bohatý další rok.

Rozkrajování jablka

Jablko se rozkrajuje napříč po štědrovečerní večeři. Pokud je uvnitř hvězdička s pěti cípy a zdravými jádérky, znamená to v příštím roce zdraví a štěstí. Červavý jádřinec naznačuje možnost nemoci a je-li uspořádán do kříže, může být další rok poměrně nepříznivý. Osudu je ale možné trochu pomoci výběrem hezkého velkého jablka.

Lodičky ze skořápek ořechů

Do prázdných skořápek od vlašských ořechů se přilepí nakapaným voskem malá svíčka a ořechová lodička se zapálenou svíčkou se dá do větší nádoby s vodou. Když vydrží dlouho plout a svítit, čeká vás šťastný život. Pokud pluje směrem doprostřed nádoby, vydáte se na nějakou cestu, drží-li se u krajů, budete spokojeni doma.

Lití olova

Staročeský zvyk je poněkud náročnější na přípravu, ale můžou se do něj zapojit najednou všichni přítomní. Nad plamenem se roztaví kousek olova, to se pak najednou vylije do misky s vodou. Podle tvaru, do kterého olovo ztuhne, se všichni snaží shodnout, co danou osobu v příštím roce čeká. Konečný tvar olova je také možné brát jako odpověď na předem danou otázku.

Zuzana Stuchlíková, LA1

<http://www.milujivanoce.cz/cs/temata/show/zvyky-a-tradice/41-lidove-vanocni-obyceje/>

Obyčeje na Štědrý den v naší rodině

V naší rodině si snažíme užít celé předvánoční období od svátku svatého Martina, kdy pečeme svatomartinskou husu, svatomartinské rohlíčky a vyrábíme lampion do průvodu, až po Štědrý den. V noci z 30. listopadu na 1. prosince dá mamka do obývacího pokoje kapsář, do kterého potom až do Vánoc na každý den dá nějaké překvapení. Během adventu děláme vánoční výzdobu, vyrábíme vánoční přáníčka, pečeme různé druhy cukroví a každou neděli zapalujeme jednu svíčku na adventním svícnu.

Na Štědrý den vybereme poslední překvapení z kapsáře. K snídani máme domácí vánočku s rozinkami a mandlemi. Poté strojíme vánoční stromeček. Používáme slaměné ozdoby a perníčky. Když máme práci hotovou, vyrazíme do lesa a zaneseme do krmelce ovoce, zeleninu a vysušené kaštiny. Odpoledne navštěvujeme příbuzné. Předáme jim dárky a přáníčka. Kolem čtvrté hodiny jedeme domů a mamka začne chystat sváteční večeři. Stůl máme slavnostně prostřený s jedním talířem navíc, kdyby náhodou přišel nějaký host. Pod každým talířem je rybí šupina pro štěstí. Před večeří všichni řekneme modlitbu a pustíme se do jídla. Je naším zvykem mít hráškovou polévku a jako hlavní chod podáváme smaženého kapra s bramborovým salátem. Od stolu může vstávat jenom hospodyně, dokud všichni členové rodiny nedojedí. Po jídle rozkrojíme jablko, abychom zjistili, jestli budeme příští rok zdraví. Poté se jdeme všichni kromě mamky projít ven a mamka dá mezitím pod stromek všechny dárky. Když dorazíme domů, zazpíváme si před stromečkem pár koled a pak tatka začne rozdávat dárky. Když je všechny rozbalíme, koukáme na vánoční pohádky a pak jdeme spát.

Daniela Nytrová, PS1A

Jak prožíváme Vánoce?

Vánoce se opět blíží, co to vlastně znamená?

24. prosinec je křesťanský svátek, kdy se den před narozením Páně Ježíše Krista slaví jeho příchod na svět. V tento den si s rodinou a přáteli dáváme dárky, abychom si připomněli, že na sebe myslíme, nebo se scházíme s blízkými, se kterými to jindy nejde. V každé rodině se také dodržují jiné vánoční zvyky a tradice.

Například u nás to děláme tak, že si to pár dní předem doma hezky vyzdobíme, strojíme stromeček, pečeme cukroví a vánočku, jediné jídlo, které smíme jíst do štědrovečerní večeře, protože držíme půst. Když ráno na Štědrý den vstaneme, najíme se a poté jdeme na hřbitov, kde zapálíme svíčky těm, kteří už s námi nejsou. Po příchodu domů si pustíme koledy a pomůžeme mamince nachystat salát s řízků. Před večeří se pomodlíme, při ní od stolu nikdo neodchází, to prý přináší smůlu. Pak si zapálíme prskavky, zazvoníme na Ježíška s dárky, rozbalíme je a užíváme si radost, kterou jsme si navzájem udělali. Večer už jen odpočíváme u pohádek. Druhý den na První svátek vánoční jedeme navštívit babičku, se kterou si svátky užijeme stejně.

Kateřina Šimová, PS1B

Náš Štědrý den

Vánoce jsou pro nás příležitostí, kdy se schází celá rodina. Už v době adventu pečeme perníčky, linecké a další druhy cukroví. Do těchto příprav se zapojují všichni.

Den před vánoční nadílkou chystáme s mamkou jídlo na štědrovečerní hostinu. Protože mnoho z členů naší rodiny nemá v oblibě kapra, připravujeme řízky z vařené mrkve a celeru. Na Štědrý den se všichni scházíme u našeho dědy.

Na Vánoce máme živý stromeček, ten zdobíme den před Vánoci. K naší důležité tradici patří stavění betlému. Než přijde čas na štědrovečerní večeři a rozbalování dárků, zazvoní Ježíšek na zvoneček v zavřeném pokoji. Pro nás to znamená, že se máme jít podívat, co nám nadělil pod stromeček. Naše rodina je hudebně zaměřená, proto si s sebou ke stromečku bereme i hudební nástroje. Následně hrajeme a zpíváme koledy. Já hraju na příčnou flétnu, bratři na housle a kytaru a děda na harmoniku. K tomu nás doprovází vytí našeho pejska. Když dohrajeme a dozpíváme, přesuneme se ke štědrovečernímu stolu.



Dodržujeme tradici dávání kapří šupiny a penízku pod talíř. Po vyndání šupiny a penízku se jdeme najíst. Poté následuje nejoblíbenější část jak pro děti, tak pro dospělé - rozbalování dárků. Potom jsou na řadě vánoční pohádky, které u nás nikdy nesmějí chybět. Všichni se posadíme na gauč, koukáme na vánoční pohádky na ČT1 a pojídáme cukroví. Vánoce jsou jedním z mých nejoblíbenějších svátků, protože můžu trávit čas se svojí rodinou.

Hana Tóthová, LY1

Vánoce/Tết ve Việt Namu

Vietnamci ve Vietnamu neslaví Vánoce, vědí o tom, ale nejsou pro ně tak důležité jako je svátek **Tết** = LUNÁRNÍ ROK > jde o kombinaci díkůvzdání, Nového roku, Vánoc, Velikonoc a Silvestra.

Tết - svátek čistoty, klidu, přátelství a lásky - je vietnamský národní svátek, který se každým rokem mění a připadá většinou na přelom ledna a února. V tento výjimečný den se scházejí všechny rodiny z celého světa.

Na stole nesmí chybět tradiční jídlo *bánh chưng* (pokrm z rýže, fazolí mugno a vepřového masa balený v rostlině *dong a převázaný bambusem*) nebo *xôi gấc*. Zdobíme také své domovy stromečkem kvůli **odhánění zlých duchů**. Používají se zejména kumquaty, větve broskvoní, meduněk, zlatého deště nebo taky větve jabloní. Vietnamské děti dostávají od svých rodičů místo dárků peníze v červených obálkách s blyštivým obrázkem vepředu, tzv. **tiền mừng tuổi**. Pojí se s tím totiž pověry, že záře vyhání příšery.



Také v ulicích pouštíme ohňostroje, tancujeme, zpíváme, hudba se line z každého rohu, někteří jsou převlečeni za červené draky a tancují. Červená barva totiž přináší štěstí. Tét trvá **3 dny**. Dnešní mladá generace však ve Vietnamu slaví jak Vánoce, tak i ostatní svátky jako Velikonoce, Halloween apod.



Moje vánoce

I když se ve Vietnamu Vánoce neslaví, já se svou rodinou je slavíme. Nezpíváme koledy, zdobíme však stromeček, jíme na večeri kapra, cukroví, bánh chưng, xôi gấc, nem. Taky děláme vánoční úklid.



24. prosince večer se díváme na vánoční pohádky a další den ráno rozbalujeme dárky, které nám věnovali naši rodiče, prarodiče, příbuzní a kamarádi. Velmi nám chybí náš domov (Vietnam), ale když jsme všichni pohromadě, tak je to ten nejlepší pocit domova na světě.

Nguyễn Ngọc Ánh, LY1

Tipy na dárky

O Vánocích dodržujeme mnoho tradic. Jednou z nich je obdarovávání blízkých. Zde přináším několik tipů na cenově dostupné dárky.

Prvním pěkným tipem mohou být ponožky. Někoho potěší pestrobarevné, jiného vzorované, třetí uvítá šílené vzory.

Radost můžete udělat i vonnými svíčkami různých tvarů nebo barev. Ženy potěší třeba parfém nebo voňavka.

Pokud nemáte čas a smysl pro kreativitu, překvapte rodinu pod stromečkem dárkovým poukazem na výlet do hor, předplatným časopisu nebo výherním losem.

V časech vánočních by člověk neodmítl teplý čaj v novém hrníčku, ke kterému můžete přidat i krásnou konvičku. Pro jiného může být to pravé kniha či sluchátka, pro větší zábavu se hodí i desková hra.

Dále také můžete svému milovanému dopřát “domácí” wellness, k tomu se hodí všelijaká kosmetika včetně různých peelingů a masek. Nezapomeňte na bombu do koupele! Pokud chcete, aby na vás dotyčný myslel každý den, bižuterie je krok správným směrem. Chcete-li, aby na vás myslel před spaním, kupte pyžamo nebo povlečení.

Koupíte-li cokoli, myslíte na to, že u dárku s vyšší cenou se vyplatí zeptat, zda si ho obdarovaný přeje. A ať už koupíte sebemenší drobnost, důležité je prožít Vánoce v klidu a pohodě.

Sabina Šostoková, PS1B

Vánoční koledy

Pomalu, ale jistě se nám blíží vánoční svátky a s i nimi také předvánoční šílensství. Cukroví se peče, salát už odpočívá v chladu lednice, vše je uděláno, aby to doma krásně vonělo a bylo připraveno. Ten stres, že nestihneme nakoupit dárky, jestli udělají radost, jestli se vůbec sejdem všichni živí a zdraví.

Ale jak přes všechnen ten stres navodit vánoční atmosféru? I naši předci měli jasno, už ve 13. století vznikla první vánoční koleda, za jejího autora je považován svatý František z Assisi. Není nad zpívání či poslouchání vánočních koled. Díky nim si uvědomíme, že Vánoce nejsou jen dny volna a odpočinku, ale klid a mír strávený v rodinném kruhu.



Jako Vánoční koledy jsou dnes označovány všechny písně, které mají vánoční motiv. Jejich původním úkolem bylo zasvětit posluchače do příběhu o narození Krista s pomocí uměleckého dojmu. První koledy byly zpívány latinsky, poté jejich vývoj pokračoval přes světské až k těm našim, českým. Jednalo se o veselé i pomalé písně, které lidé slýchávali v kostelech.

Měly také pár dalších významů. Všichni uvítali zpestření a rozveselení v chladných zimních dnech, takže si děti a chudí lidé mohli alespoň přilepšit zpíváním koled za malou úplatu. České koledy se postupně dostávaly i do okolních států, např. do Polska, kde se stále zpívají koledy jednoty

bratrské. Křesťané zpívali písně i o velikonočních svátcích, na Hromnice či na Nový rok.

Dnešní koledy se s náboženstvím vůbec nespojují, i přesto si je lidé zamilovali a jsou velice oblíbené.

Snad Vám vánoční písně zpříjemní tuto pochmurnou covidovou situaci a příjemně vyplní čas strávený s rodinou.

Erika Hrabáčková, AZ3

<https://cs.wikipedia.org/wiki/Koleda>

Vánoční koledy podruhé

V období kolem Vánoc slyšíme koledy na každém kroku. Hrají je v obchodních domech, znějí v rádiích, zpívají je sbory na koncertech či v kostelích. Jsou symbolem pohodových vánočních svátků a často je zpívá celá rodina u vánočního stromčku na Štědrý den.



Samotné slovo koleda původně označovalo píseň s náboženskou tematikou, kterou děti zpívaly během několika svátků v roce (Vánoce, Tři králové, den sv. Řehoře, Velikonoce), když obcházely domy a koledovaly si o výslužku. Koleda byla původně odvozena od latinského slova calendae neboli první den v měsíci. Pohanští Slované tímto slovem označovali slavnosti spojené se zimním slunovratem. Autorem první koledy je dle legendy František z Assisi, takže tradice koled sahá až do 13. století.

Mezi nejznámější české koledy patří:

• Nesem vám noviny, • Narodil se Kristus Pán, • Půjdem spolu do Betléma, • Veselé vánoční hody, • Tichá noc,	• Jak jsi krásné nevinátko, • Štědrej večer nastal, • Slyšte, slyšte pastuškové, • Pásli ovce Valaši, • Dej Bůh štěstí...
--	---

Tak ať i vám navodí příjemnou vánoční pohodu.

Pavla Svobodová, AZ3

<https://www.ireceptar.cz/zajimavosti/koledy-a-vanocni-pisne-pruvodci-stedreho-vecera.html>

<https://itesco.cz/hello/clanek/znate-nejkrasnejsi-ceske-koledy-naucte-je-vase-deti/23232/>

<https://www.prozeny.cz/clanek/vanocni-koledy-60493>

<https://cs.wikipedia.org/wiki/Koleda>

Jak o Vánocích nepřibrat

Vánoce už jsou za rohem a s nimi plno starostí ohledně dárků a podobně. Mnozí si také hlídají svoji tělesnou hmotnost, a tak mají obavy, aby příliš nepřibrali. V tomto článku se vám pokusím předat pár tipů a rad, jak si o Vánocích udržet figuru.

Jako první bych chtěla zmínit, že nejen o Vánocích, ale i v jakémkoliv jiném ročním období je dobré se řídit radou: „Méně je někdy více.“ Určitě bych tedy doporučila jíst menší porce v častějších intervalech.

Druhým tipem může být volba jídel, na kterých budeme hodovat u štědrovečerní tabule, i samotného cukroví. Žijeme v moderní době, existuje plno receptů na zdravá a fitness jídla. Na internetu najdete všelijaké návody na zdravé Vánoce, které obsahují recepty či různá doporučení, jak upravit tradiční jídla (např. bramborový salát).

A poslední radou je pohyb! Ten je sám o sobě dobrý vždy, ale o Vánocích většinou bohužel upadá, jelikož jsou v televizi pohádky a filmy, na které se každý těší. Je dobré sledování televize průběžně střídat s procházkami v zasněžené přírodě nebo ve vyzdobeném městě.

Nejdůležitější je zůstat o svátcích v pohodě a klidu.

Anna Korčáková, PS 2B

Vánoční Ostrava

Vzhledem k aktuální situaci si nikdo nemůže být jistý, zda se vůbec budou konat nějaké vánoční akce. Mezi velmi oblíbené patří každoroční vánoční trhy. Jejich součástí je bohatý vánoční program, který je po celou dobu doprovází (rozsvícení vánočního stroměčku, koncerty, kluziště, stánky, svařák, betlém, ruské kolo...). Letos se měly konat od 26. listopadu 2021 do 2. ledna 2022, byly však zrušeny kvůli aktuální situaci a nařízením vlády.

Tradičně se konají na Masarykově a Jiráskově náměstí, letos se ale měly nově konat také na náměstí Dr. Edvarda Beneše, kam se mělo přesunout ledové kluziště.

Další z plánovaných akcí je česká mše vánoční. Má se konat 18. prosince od 16:00 – 18:00 v Evangelickém Kristově kostele. Také je v plánu několik adventních koncertů a vánočních



dílen. První adventní koncert má proběhnout 27. 11. 2021 v 18:00 v Kulturním domě K-Trio. Můžete si zde poslechnout písně a koledy v podání Jaroslava Beneše.

Barbora Keclíková, PS1B

Silvestr

Silvestr je **oslava** příchodu nového roku a odchodu starého. Slaví se téměř po celém světě, každá země má však také své **vlastní tradice**, které tento slavnostní okamžik doprovázejí. Při odchodu starého roku odpočítáváme sekundy, které nás dělí od příchodu nového roku. Býváme plni radosti a odhodlání plnit překážky, které nám život přichystá.

Jak se slaví silvestr u nás?

Tento krásný svátek slavíme ohňostrojem, novoročním přípitkem, tancem, oslavou a zábavou až do rána.



Jak se slaví silvestr v zahraničí?

Australané troubí na trumpety a rohy až do 6. ledna.

Japonci zahánějí chrámovými zvony zlé vášně.

Židé zahajují oslavy v období září až října. Oslavují stvoření světa a nesmí v tu dobu pracovat, smí jen rozdělovat oheň a každé ráno trubit na beraní roh. Podávají se jablka a chléb s medem, případně beraní hlava (symbol vůdcovství).

Islám slaví příchod nového roku první den v prvním islámském měsíci, nejde ale o slavnost, **muslimové** se totiž **modlí** v mešitách, vzdávají hold proroku Mohamedovi.

Na **Filipínách skáčou do výšky**, aby měli dobrou úrodu.

Keltové v tu dobu **věřili budoucnost pomocí lískových oříšků a symbolů moudrosti**. Přivolávali též jídlem a otevřenými dveřmi mrtvé, zpívali keltské písničky a tancovali. S příchodem křesťanství se tento svátek postupně **přeměnil na svátek všech svatých (dušičky)**.

Kdy a proč se začal slavit silvestr?

Silvestr se začal slavit v 16. století a slaví se **na počest papeže Silvestra**, který se snažil šířit křesťanství. Svatý Silvestr se stal patronem dobré úrody a ochráncem domácích zvířat.

Jana Cvíčková, PS1A

Tři králové

Tři králové neboli Mudrci z východu jsou postavy zmíněné v Matoušově Evangelii, které krátce po narození navštívily Ježíše v Betlémě. Každý z králů mu přinesl jeden dar: zlato, kadidlo a myrhu. V Bibli nebyla zmínka o jejich počtu či jménech. Časem vznikla tradice, že králové byli tři a byli věkově rozdílní, jeden byl mladý, druhý ve středním věku a třetí byl vyobrazován jako stařec s tmavou tváří, která představuje i stín smrti. Jmenovali se Kašpar, Melichar a Baltazar, avšak tato jména jim byla přisouzena až podle středověké legendy. V západní liturgické tradici je tento svátek znám jako Zjevení Páně a na západě i východě se slaví 6. ledna. V současnosti je tento den spojován se slavnostními pochody a třemi písmeny K + M + B, které neukazují na jména tří králů Kašpara, Melichara a Baltazara, nýbrž znamenají: *Pán žehnej tomuto domu*. Písmeno *K* zastupuje Krista, *M* zastupuje obydlí a *B* ať žehná. Ve všech zemích se svátek jinak nazývá i jinak slaví.

Tadeáš Peňáz, PS2A

Tvorba žáků

Krásy vánočního úklidu

Každým rokem se rodiny s blížícím se adventem pouští i do riskantních aktivit, jako jsou třeba nákupy dárků v přeplněných nákupních centrech, páchání násilí na rybách, přestavba kuchyně na multifunkční velkokapacitní pekárnu na cukroví, nebo právě vánoční úklid. Kde nebo kým byla tato tradice vytvořena sice nevím, ale jsem si téměř jistý, že v Betlémě se před narozením Ježíška neuklízelo ani trochu. V této době je však normální, že si celá rodina vymezí například celý víkend k tomu, aby mohli společně za zvuku koled a vůně spálených vanilkových rohlíčků uklízet celé své obydlí, centimetr po centimetru, jen s tím rozdílem, že tento úklid nese titul vánoční. Jako kdykoliv jindy při úklidu se musí vysát, vytrít, utřít prach, vyčistit zrcadla a skla, vypucovat koupelnu a kuchyň a nyní nově i dezinfikovat společné prostory sanytolem, protože koronavirus tehdy trápil Ježíška nejvíce. Po zvládnutí všech těchto prací si nakonec vzpomenete třeba na to, že ještě nemáte vánoční stromeček, a tak můžete začít zase znovu, jelikož jehličí nebo třpytky z ozdob budou úplně všude. Vánoční úklid je krásná tradice, jen se člověk musí smířit s tím, že při něm přijde o nervy.

Michal Vrba, PS4C

Bajka – O praseti domácím a divokém

Jednou šlo prase domácí až na okraj ohrady, kde potkalo prase divoké. Čuníci spolu začali hovořit. „Ty jsi mi ale čisté a pěkné prase,“ říká divočák. „No, to jsem, protože mě lidé dobře živí, dávají mi pomyje a různé jiné pochoutky. Přímo pod rypák!“ odvětilo prase. „Ale, aby ses nedivilo, co se stane! Oni tě vykrmí a pak sní a já budu běhat po lese, žrát lahodné žaludy, vyvalovat se a ty budeš na talíři,“ vysmál se pašíkovi divočák.

Prase mu nevěřilo a dál si šťastně žilo. Až jednoho dne se to vážně stalo! Z prasete se staly uzeniny a jiné masné výrobky.

Z toho plyne ponaučení, že mnoho lidí pro vás dělá něco jen proto, že z toho mají sami užitek.

Ondřej Barč, LY1

První sníh

Sedím takhle v hodině,
přemýšlím jen o svačině.
Koukám z okna zoufale,
dnes neprahnu ani po pochvale.

Náhle honem zbystřím zrak,
počkat, je to snad přízrak?
Rychle, děcka, podívejte,
teď na chvíli nezoufejte.

Venku bílých vloček pár,
jako z nebes pro nás dar.
Ta radost v očích všech,
mně skoro vyrazila dech.

Je jedno, jestli je nám patnáct nebo pět,
naš dětský svět je ihned zpět.

Alžběta Kročková, PS1B



Nesem Vám, lidičky,
nesem Vám novinu!
Starý rok překročí osudnou
hodinu.
Nesem Vám, lidičky,
nesem Vám vzkaz,
rok 2022
započne včas.

Ježíšek pomalu zapřahá saně,
za okny vidět je paprsku svit,
zavři teď oči a nastav dlaně,
lásku a štěstí do nich si chyt'.

Krásné Vánoce a pevné zdraví v příštím roce vám přeje

Vaše redakce

