

Kuchař budoucnosti Díl I.

Firma: *Rezonance - skutečné jídlo,*
projekt na podporu lokální produkce

autor: Šárka Dittrichová, publicistka

spoluautoři: Jiří Faltys (Andels), Pavel Urban (K+K)

konzultanti: MUDr. Miroslav Svoboda, MUDr. Martina Zisková, Jitka Matherová (Nine Star Ki), Irena Burešová (detoxikace a hydrokolon)

oponent: Dr. Ing. Jan Pintíř, Ph.D.

Kuchař budoucnosti

Seminář o udržitelném
zemědělství, čerstvých surovinách
z místních farem a živé stravě.

Zahájení na akci Kuchař roku
20.3.2010, hotel Clarion



obsah

- I. Úvod: Rezonance a 9 let chvály skutečnému jídlu, zážitková gastronomie - příběh s Buddhovou miskou, věnování a díky, omluvy
- II. Lidská výživa z hlediska vědních oborů: historie stravování, kořeny české zdravé výživy, průmyslové zemědělství, hnojiva, planetární zdroje a zemědělství, potravinová uhlíková stopa, světové trendy v modelování udržitelné budoucnosti, naše návrhy na udržitelnou zemědělskou politiku. Fotosyntetické procesy a udržitelný příjem
- III. Jídlo a občanská společnost: současnost evropského zemědělství, subvence, ekologie, zemědělská politika a Program rozvoje venkova, v praxi.
- IV. Obchod a marketing: světová potravinová burza, dotace jejich vliv na cenu potravin spotřebitelské košíky v řetězcích a spotřeba ve veřejném stravování, problém přejídání a kalorie jako relativní ukazatel blahobytu
- V. Nutrologie: bílkoviny, uhlohydráty, tuky, enzymy, vitaminy, trávicí leukocytoza, hypoglykemie, alergie, závislosti, aditiva, “dobré” a “špatné” potraviny.
- VI. Udržitelný rozvoj a zdravá kuchyně: ochrana života v potravinách, základní body správného stravování Management přípravy jídel: sestavení menu a kombinace potravin, suprapotraviny jako součást menu, technologie - klíčení, kvašení, fermentování...
- VII. Příprava jednotlivých komodit místních čerstvých farmářských surovin: maso, pečivo, mléčné produkty, saláty, zelenina...
- VIII. F&B koncept živé snídaně z čerstvých lokálních produktů podle jednotlivých dietických směrů, sezon, místních receptur, tradičních a cílových skupin.

Jak číst tento text a komu je určen

Tento materiál připravili profesionálové, kteří se živí výrobou, zpracováním, přípravou a prodejem potravin a jídla v naší republice. Jídla, kterému říkáme zdravé a čerstvé.

Najdeme mezi nimi farmáře prvovýrobce, zpracovatele faremních produktů, pekaře, mlékaře, kuchaře, obchodníky ze zdravých výživ “na rohu” stejně jako z nadnárodních řetězců, majitele a zaměstnance restaurací i hotelů, kteří si uvědomují, že jídlo není samozřejmost. Že má svou cenu, svá rizika, své limity, že za něj platíme i svou dan.

Světová ekonomická krize i měnící se demografická a klimatická mapa Země nás motivovaly k tomu, abychom shrnuli své zkušenosti a zamysleli se nad souvislostmi a fakty, které k našemu jídlu patří.

Uvědomujeme si, že za fakta považují různí lidé různé věci. Informací a zdrojů je mnoho, mnoho je i lidských názorů a zkušeností. Tento materiál vychází z praxe. Přesto zahrnuje velké množství doplňujících a souvisejících údajů. Pro snadnější orientaci bude text, který vychází z osobních kontaktů a zkušeností označen modře, text, který je pojednáním, úvahou, názorem nebo osobním komentářem zeleně.

Studie je určena našim spotřebitelům, klientům, zákazníkům, hostům, danovým poplatníkům, ekologům, matkám, ekonomům, studentům, obchodníkům, politikům a úředníkům státní zprávy, tedy všem, kteří jedí - tedy všem.

Rezonance -skutečné jídlo, koncept

Rezonance existuje jako projekt na podporu lokální produkce od konce roku 2001 a její základní koncept je po celou dobu stejný:

1. Nízká uhlíková stopa - tedy organické a místní
2. 70% organické vody v potravinách - tedy ovoce a zelenina
3. Enzymatické potraviny - tedy nepasterované, syrové, živé
4. Správná vyváženost - kyseliny / zásady,
 - sodík/draslík, tekutina/vláknina
 - aminokyseliny/škroby, /tuky/minerály
 - oxidanty/antioxidanty...
5. Správné načasování - sklizně, vegetační cykly, biologické cykly, přírodní elementy...
6. Fair trade - čím menší administrativa, čím kratší cesta, čím méně lidí, tím oboustranně výhodnější cena a větší nutriologická hodnota jídla
7. Učení mučení - jen s odvahou být otevřený novým poznatkům z co nejvíce zdrojů, můžeme růst a být tolerantní
8. Odvaha, vytrvalost, týmová hra a spolehlivost - zatím nikdo jiné schody k úspěchu neobjevil
9. Kreativita a humor - I my se můžeme mýlit a jídlo není žádná povinnost

Šárka Dittrichová - CV

- 1989- 1997 Původní profesí žurnalistka (FŽUK 1989, ČT, Nova – Na vlastní oči, Reflex...)
- 1996 - Kreativní ředitelka reklamní agentury McCann-Erickson
- 1997 - Ředitelka Hypermarketu Carrefour v Plzni (roční stáž specializovaná na organické produkty ve Francii)
- 2000 - Marketingová ředitelka Tesco (mimo jiné komunikační strategie řetězce a její zpětná vazby, marketingový a komunikační mixy, lokální komunikace a promotion...)
- 2002 -Autorka a manažerka konceptu Rezonance – projektu na podporu lokální produkce, který se zabývá komunikací, marketingem, zpracováním a odbytem faremních čerstvých produktů
- 2004 – Zakladatelka Klubu ekologických farmářů – zpracovatelů, krizového týmu, který se zabývá zásahy státní zprávy do podnikání v ČR
- 2008 – publikace Lištičky na vinici o příčinách stagnace místní produkce zdravých potravin a nedostatkách Programu rozvoje venkova
- 2009 – seminář na ČZU (www.Listicky.estranky.cz), odborné semináře pro AKC



Úvod: Milé lidstvo

Tento materiál nebude nikoho nabádat k tomu co má a co nemá jíst, nebo vykládat, že pro lidské zdraví je nutná zdravá strava. Takové materiály už mezi námi kolují od padesátých let minulého století a už jsme se dokázali polarizovat na ty, kterým změnily život a na ty, kteří je ignorují či přímo nesnášejí.

Kromě toho se už nyní nenacházíme v situaci, kdy bychom o tom co budeme nebo nebudeme jíst rozhodovali my. Spíše jsme v situaci, ve které kdyby k nám Bůh promlouval přímo, tak by nám hebkým hlasem sdělil: “**Milé lidstvo, klidně si jez, co chceš.**” Stejně tak, jako když těmito slovy lékař diskrétně oznamuje pacientovi, že mu zbývají dva měsíce života.

Je to materiál o potravinách a jídle ne jako o zdrojích kalorií, ale o jejich souvislostech. Rezonance existuje 9. rok a 9. rok “podporuje lokální produkci”. Přišla chvíle, kdy je třeba se na ni podívat trochu z odstupu.

To, co platilo před devíti lety už dávno neplatí. Změnil se, a každý den se mění zdravotní stav lidí, stav naší planety, situace v zemědělství, ekonomická situace a politická mapa světa. Bohužel za těch 9 let ne k lepšímu.

Výzkumy ukazují, že se neotepluje jen Země, otepluje se celý vesmír. Je klidně možné, že nemáme ve svých rukou ani svou zkázu, ani svou záchranu. Ale můžeme si to myslet. A hlavně se podle toho můžeme chovat. K tomu je právě tato doba báječná příležitost. A jídlo jsou ty nejlepší zvětšovací brýle, kterými se na sebe a svou situaci můžeme podívat.

Dobrou chut, kosmopolito

Díky jídlu jsme se například stali naprosto kosmopolitní.

Nemůžeme říci, že nás nezajímá, co se děje na **Blízkém Východě**, když odtud pochází nafta, díky které jsme na **Berounsku** zorali pole a zasili na něm obilí. Nemůžeme říci, že nás nezajímá co se děje v **Rusku**, když odtud máme zemní plyn, z kterého vyrábíme naše chemická hnojiva. Dokonce nemůžeme říci, že nás nezajímá **Kamčatka**, když z jejího moře ukrajinští obchodníci vylovili vlečnými sítěmi vše živé, nekonečnými nákladními vlaky to odvezli na trhy do Peterburgu a když se dnes na kamčatské pobřeží místo chaluh vyplavují jen ropné skrny a ztrouchnivělá ráhna, tak klepou na naše dveře za jakou cenu bychom jim prodali na vyhladovělou **Ukrajinu** naše mléko a obilí. Nemůžeme říci, že nás nezajímá **Jižní Amerika**, když odtud pochází nejprodávanější položka všech řetězců a tou je banán. Stejně tak nemůžeme říci, že nás nezajímá **Ghana**, když tam **Francie** vyváží díky dotacím levná kuřata, nemůžeme říci že nás nezajímá **Nový Zéland**, když tam farmáři vyrobí mléko za tři koruny litr, ale k nám jej dovézt nemohou, protože my bychom už nekupovali svoje za patnáct, nemůžeme říci, že nás nezajímá **Indie**, když díky WTO a celním ochranným pásmům chránící dovoz potravin tam nesmíme vyvézt náhradní díly ze Škodovky a ve Škodovce v **Mladé Boleslavi** pracuje náš Zdeněk, který pomáhá farmářce od **Kopydlna** lisovat domácí čerstvý bio mošt a jestli přijde o práci, tak naše země přijde o jediného dodavatel čerstvých živých nepasterizovaných bio štáv. Prostě jídlo nás kontinuálně celý život třikrát denně vyučuje o tom, že žijeme ve světě bez hranic.



Dobrou chut, občane

Díky jídlu jsme také naprosto političtí. Nemůže nás nezajímat, že MZe zvedlo dotace na travní porosty, protože tímto krokem došlo k masovému zatravnění takto méně dotované orné půdy, a my dovážíme bio mrkev z Itálie. Nemůže nás nezajímat nový dodatek zákona o prodeji půdy, protože tím se zamezilo mladým lidem přestěhovat se na venkov a začít hospodářit a vyrábět pro svoje kamarády skutečné - nefalšované potraviny.

Díky práci se skutečným jídlem se stáváme etičtí - pod pojem čistá strava nerozumíme to, že si ji umyjeme v dřezu v nálevu z jedlé sody, ale že nás zajímají jak probíhaly fúze zemědělských a potravinářských podniků, **kdo byl uplacen**, **kdo podveden** a kolik tak přišlo malých zpracovatelů o práci.

Díky skutečnému jídlu jsme stáváme **uvědomělými spotřebiteli**, kteří přicházejí na to, že když se rozhodli červené maso nahradit rybím, tak to, co nám vypadlo z kovového sáčku koupeného v řetězci místo čerstvého pstruha byla jen bakteriemi napadená slizká tkán, a když si jdeme prodavači stěžovat, tak nám s pokrčením ramenou odpoví že to ví, že je ryba už 4 dny na cestě. A také už víme, že utečeme-li z řetězce jedné značky do konkurenční, tak z polystyrenového táčku doma ucítíme, že “čerstvý chlazený losos” k nám z Norska plaval nejméně týden a pokud je z umělého chovu, je pravděpodobné, že bude plný parazitů.



Jídlo a příběh vždy patřily k sobě

Jedním z nejstarších příběhů o mnohoznačné povaze jídla je příběh o Buddhově misce. Vypráví se více verzí o Buddhově smrti. Někteří buddhisté jako důkaz toho, že Ježíš nebyl žádný spasitel lidstva používají argument, že se nechal ukřižovat už ve 33 letech, kdežto Buddha učil až do osmdesáti.

Srí-Lanská verze Buddhovy smrti však vypráví, že stejně jako Ježíš, zemřel Buddha už nedlouho po třicítce. Obě verze se shodují v tom, že Buddha zemřel na otravu jídlem. Ta první – dlouhověká – mluví o tom, že mu některý z jeho nepřátel podstrčil do jídla jed, ta druhá – krátkověká – mluví o tom, že Buddha stejně jako Ježíš věděl dopředu o svém předčasném skonu a stejně jako Ježíš jej dobrovolně přijal.

V tajemném obsahu Buddhovy žebrací misky a okolnostech jednoho skromného večerního stolování, se nachází jeden z nejhlubších gastronomických zážitků lidské historie. Srí-Lanský příběh Buddhovy smrti nelze nijak komentovat ani interpretovat, lze jej - stejně jako čerstvě vymačkanou jablečnou šťávu nebo syrové mléko - servírovat jen tak, bez dalších ingrediencí a přísad:



Zážitková gastronomie

Buddha chodil světem, učil o třech jedech: hněvu, omylu a nestřídmosti.

Jedl to, co mu lidé z dobré vůle dali do žebrací misky, nebo co si ten del vydělal za práci, kterou mu poskytli. Když se mu práce nelíbila, nejedl. Nejedl třeba 7 dní, a jeho žáci s ním. Kvůli jídlu není třeba ohýbat hřbet, učil. Když přišla dobrá práce nebo si vyžebbral, přijmul to, co se mu v misce ocitlo. Nevybíral si.

Jednoho dne to bylo maso. Nebyl vegetarián, byla to mnohem složitější situace. Byl na hovězí maso alergický a věděl to. A přestože věděl, že má v misce jed, vzal hůlky a během konverzace své jídlo snědl. Večer ulehl do postele a v noci ve strašlivých bolestech zemřel. Co nám touto zdánlivě zbytečnou smrtí chtěl říci?

Třeba to, že **mnoho z nás si nemůže dovolit odmítnout misku s jídlem, kterou má před sebou**. Mnoho lékařských knih a návodů zdravého životního stylu je psáno pro lidi, kteří se jimi nemohou řídit, protože jejich život se ubírá - nebo spíše uhání - úplně jinými cestami. Mnohdy mezi ně patří lidé, kteří sami jídlo připravují.



Naše misky s jídlem

Třeba prodavač ryb v Albertu, kterého když se zeptáte jestli ví jak chutná pražma odpoví, že na to, aby ji ochutnal nemá peníze. Stejně tak neví jak chutná pražma tisíce mužů a žen, kteří doplňují jídlo do regálů v hypermarketech za 55 korun za hodinu hrubého. Tisíce kuchařů a kuchařek a pomocných sil v kuchyních celého světa vaří jídlo, které nikdy sami neochutnají. A 100 milionů lidí na této planetě neochutná prakticky vůbec žádné jídlo.

Současný trend certifikovaných organických surovin, suprapotravin, enzymových a antioxidačních doplňků je do určité míry moda a jako každá modní vlna sebou nese vedle poctivých ekologů i ty nejprotivnější a nejsebestřednější lidi na světě, kteří jsou bohužel i ti nejhlasitější.

Skutečné ekologické uvědomění a empatie neznamena však hlasitě a s opovržením odmítnou to, co máme v misce. Někdy to prostě nemůžeme udělat. Misky dětí ve školních jídelnách, misky našich rodičů v domech s pečovatelskou službou, misky pacientů v nemocnicích, misky v závodních jídelnách a na letištích jsou plné „jedů“.

Přestože potravinový odbor MZe a desítky dalších státních institucí trvají na tom, že každá potravinu uvedená do oběhu je zdravá, farmářka a bio zelinářka paní Vymětalová z Hané o potravinách v hypermarktech mluví jako o „zbraních hromadného ničení“ a časopis Instinkt na titulní straně přinesl reportáž o jídle s názvem „Jsme odpadkový koš Evropy“.



Věnování

Je jedno v jakém věku zemřel Ježíš a v jakém Buddha, v podstatě je jedno v jakém věku I zemřeme I my, kterým do misek dávali jídlo, které našemu tělu škodilo tak dlouho, až jsme si na něj zvykli a stali jsme se na něm závislí. Ježíš Buddhovi přispěchal na pomoc se slovy: „Neznečistuje vás to, co do nás vchází, ale to, co z vás vychází“.

Na dobu, než se dostaneme zpět ke svému živému a čistému zdroji, nosme v srdci hlubokou znalost a soucit těch, kteří mezi nás přišli jen proto, aby byli našimi učiteli a přemýšlejme nad tím, co nám chtěli říci. A věřme, že první krůček zázraku čistého života začíná nalitím několika kapek vody na semínka vojtěšky. I kdybyste neměli ani své okno, kam byste lahvičku postavili, noste ji u sebe a pozorujte, co se v ní děje. A přemýšlejte a číťte tu sílu, které říkáme život.

Tato práce je věnována těm, kteří se s jedovatými miskami nechtěli smířit a hledali a hledají cesty, jak jejich obsah změnit. Nemusí to být zrovna „učitelé lidstva“ – mohou to být jedni z nás.



Díky

Občas I lidské společenství ze svého středu vydá nějaký velký dar.

Člověka, jemuž „osud“ umožnil dostat se do toho zvláštního bezprostoří a bezčasí, v kterém měl dobrého partnera, „přišly nějaké peníze“, měl správný přístup ke správným informacím, potkal ty správné lidi ve správnou chvíli nebo ve správnou chvíli přišel silný impuls: úmrtí drahé osoby, těžká nemoc, ztráta práce. Prostě cokoli, co jej katapultovalo nad hlavní tepny, kterými se se líně valí svět, na osamocené místo, odkud mohl bez účastenství pozorovat pramínky, přítoky a meandry našeho bytí a měřit, vážit, počítat a psát.

Skuteční průkopníci “skutečného jídla” byli a jsou lékaři Max Bicher-Benner, Edward A. Taub, J.H. Tilden, Francis M. Pottenger, Kristina Nolfiová, a nezapomenutelný propagátor čerstvých ovocných a zeleninový štáv a autorita na poli fungování lidských žláz Norman W. Walker.

Jednou z největších inspirací na poli „populární nutrologie“ byli průvodci ve světě výživy manželé Diamondovi a jejich Fit pro život, které se dodnes drží na žebříčku 25 nejprodávanějších titulů všech dob. Marilyn Diamondová navíc s velkým vkusem, pílí a úspěchem rozvíjí a aktualizuje myšlenky zdravého a etického životního stylu dodnes.



Inspirace z oblasti teorie

Stejně tak patří naše díky pro **Leslie a Susanah Kentonovi**, které ve své Syrové stravě přinesly encyklopedii světových osobností zabývajících se vlivu potravin na lidský život a společnost. V Evropě patří naše díky **Michiovi a Aveline Kushiovým** z Kushiho Institutu v Holandsku a jejich makrobiotické škole.

Na poli “zemědělské geologie” nám otevřeli oči **Dale Allen Pfeiffer** a jeho práce “Jíme potraviny z ropy”, ale i náš český geolog Václav Cílek, který otevřeně hovoří o “ropném zlomu”, hodně jsme se dozvěděli od entomologů a environmentalistů **Davidu Pimentela** a Maria Giampetra, kteří se zabývají energetickými výstupy/vstupy v zemědělství.

Ale patří mezi ně i osobnosti na poli světové “udržitelné” ekonomie jako **Madelaine Albrightová**, neúnavný bojovník se světovou chudobou peruánec **Hernandez de Soto**, kenská nositelka Nobelovy ceny za mír a ekoložka **Wangari Maathaiová** nebo lonská držitelka Nobelovy ceny za ekonomii **Elinor Ostromová** za práci o “veřejných zdrojích” na poli výzkumu ekonomického vládnutí.



... díky do oblasti praxe

A z praxe patří díky za pomoc při vzniku této práce českým kuchařům, kteří jsou těmi pramínky, které se stékají ve společné říčky s výše citovanými vizionáři a nezdolnými optimisty: **Jiřímu Faltysovi** z hotelu Andel's který nezištně šíří DVD a internetové linky o ekologické situaci na naší planetě a o pozadí potravinářského průmyslu, **Tomášovi Petráňovi** z Iron Gates, který už dávno a snad jako první v Praze přišel s konceptem organického hotelu I s povlečením a nábytkem, nebo **Jiřímu Štiftovi**, který nemluví, ale koná a hostům v Mandarin Oriental servíruje k snídani vařenou špaldu přelitou čerstvým nepasterovaným jogurtem, a dík patří rozhodně také Prezidentovi středoevropské sekce Mezinárodní Asociace kuchařů a cukrářů **Mirkovi Kubecovi** za to, že připouští více variant budoucnosti. (a samozřejmě desítkám dalších kuchařů, kteří jezdí po farmách a hledají pro své hosty skutečné jídlo).



Dík farmářům - rebelantům

Díky patří samozřejmě farmářům - zpracovatelům, kteří skutečnému jídlu a udržitelnému rozvoji zaplatili dan v rámci EU zcela neúměrnou jejich úsilí. Mimo jiné jsou to „šťastní“ bio zelináři **manželé Vymětalovi z Hané**, kteří jedí denně svých 600 „živých„ kalorií a dvacet let krmí desítky rodin svou bioúrodou, dále vegetariánské rodině sadaře **Jiřího Karger**a a jeho 5 dětem - pomocníkům při sklizních bio meruněk a broskví, **Alešovi Horákovi** a jeho odvaze soudit se za své právo neočkovat syna Šimona, **manželům Kašeovým** z Lužických hor, kteří na svém malém ostrůvku uprostřed obrovských rančerských firem stále vzorně pečují o každé své zvířátko a neúnavně upozorňují státní instituce na zneužívání dotací, zanedbání péče o zvířata a ničení přírody v jejich sousedství tzv. ekologickými farmami. Velké díky jako vždy patří **Pepovi Šourkovi** a **Jarmile Abrlové**, spoluzakladatelům a dnes už jen bývalým sympatizantům svazu Probio, kteří „mlčení navzdory“ stále projevují zájem o ostatní větší, než o sebe. A padesáti dalším ekofarmářům jako jediným biozpracovatelům z oněch 3000 českých „ekoregistrátů“, z nichž nemáme nikdo nic než dluhy.

Děkuji také všem, kteří se mnou práci četli, diskutovali a přispívali do ní.

Omluvy

Lidé mají v podstatě 4 základní spojení se světem, životem a sebou samými: sex, jídlo, svůj dům a profesi. Tato práce zdánlivě zpochybňuje nebo rozrušuje všechny tyto pilíře. Těšíme se domů, co si uděláme k jídlu, těšíme se na oběd, jak si “odpočineme”, těšíme si co si nakoupíme na víkend a co si uvaříme, těšíme se na společné posezení s přáteli v restauraci.

Je jedno jakého jsme vyznání, profese, jaké máme volební preference nebo platové zařazení, jídlo je útočištěm všech lidí bez rozdílu. A pro mnoho lidí je jídlo i profesí a vybudovali na něm svůj čtvrtý pilíř - kariéru, z kterého vyrostl jejich třetí pilíř - dům. Rozumíme tomu. Patříme mezi ně.

Rozumíme i otázkám, které jsme mnohokrát slyšeli a známe lidi, kteří je kladou: Proč chcete lidi strašit těmi ošklivými informacemi o tom, že dojde ropa a nebudeme mít na jídlo? Proč pořád mluvíte o těch okradených farmářských rodinách, týraných zvířatech, o zneužitých dotacích, korupci státní zprávy a štouráte do toho? Proč mluvíte o pocitech zvířat jdoucích na jatka a tunách obilí, které by se snížením spotřeby masa ušetřily pro hladové lidi na této planetě? Proč mluvíte o tom, že potraviny v obchodech jsou denaturované, syntetické a rafinované a tím i zdraví nebezpečné? Proč s takovou přesností popisujete, jak trávením těchto denaturovaných potravin se v těle uvolňují plyny, kyselé tekutiny, z tekutin “vlhké bažiny” plné toxinů a dále bakterie nebo nádory? Proč to děláte, když my přece snad nechceme moc, když chceme večer přijít domů “uvařit si”, pustit televizi a mít “trochu klidu”?

Tak přesně těmto lidem se omlouvat nebudeme, dokonce ani nebudeme vysvětlovat proč.



Motiv, smysl a důvod práce

Nicméně otázka pro motivu této práce je na místě. Správně by však neměla znít proč to děláme, ale proč to podstupujeme.

Tak v první řadě to děláme proto, že nám to umožňuje, ale i tím pádem ukládá, ústava tohoto státu, v které je zakotvena jak svoboda slova a tak svoboda vyznání a ... stravování.

Pak to děláme proto, že nás zajímá jak silné jsou pilíře našeho vlastního života, jestli jsou to skutečně pilíře a nebo jestli to nejsou náhodou jen domečky z karet - a nabízíme ostatním, ať to vyzkoušejí s námi.

Pak to děláme proto, že těch, kterých říkájí "pište" je více než těch kteří říkájí "nepište", těch kteří nám poděkují je více než těch, kteří nám vyhrožují - a tak to dělám pro ně.

Děláme to proto, že v tom, stejně jako v každé své práci, nacházíme hluboké uspokojení.

Děláme to i proto, že se dozvídáme nové věci, učíme se a protože věříme, že s prací rosteme i my.

A nakonec to děláme proto, že to díky tomu jak žijeme a jak se stravujeme, to vydržíme dělat.

A úplně nakonec to děláme proto, že neznáme nikoho, kdo by to udělal za nás.

Varovné signály jako další důvod

Jsme novináři kteří nabádají lidi nečíst noviny a nesledovat televizi, jsme obchodníci kteří vysvětlují lidem proč nekupovat jídlo, které prodáváme. Co bude - jestli to propukne - s farmáři mlékaři nebo “masnými” farmáři, našimi kamarády? Co bude se zpracovateli potravin - pekaři, mlékaři, uzenáři, řezníky, cukráři, mými kamarády? Co s kamarády obchodníky? Co s kamarády kuchaři? Co bude v první řadě s námi a s Rezonancí? Sami máme hlavní zájem na tom, aby vše zůstalo při starém. Jenže:

Světová hospodářská krize, politická nestabilita, rostoucí populace a s ní chudoba a hlad, klimatické katastrofy, neudržitelné zemědělství, klesající nutriční účinnost jídla, globalizace trhu světových potravin, stoupající výskyt nemocí - to vše jsou signály, které se nám každodenně vtírají do mysli a urgují, že je právě ten správný čas na právě tyto otázky. A nevím, jestli jste si toho všiml, nikdo se jimi u nás nezabývá. A my nechceme být novináři, kteří stejně jako lékaři na místo přijíždějí až ve chvíli, kdy se “to” stane. Stejně tak nechceme být obchodníky, kteří nemají co prodávat.

Budoucnost světa má nespočet variant, my sami máme nejméně pět verzí své vlastní budoucnosti. Budoucnost planety v tuto chvíli nikdo nezná, i když se nám řada lidí snaží tvrdit že ano. Tato práce se zabývá hledáním odpovědí na tu z variant budoucnosti této planety, ve které by došlo k významnému nárůstu cen potravin. Zabývá se tím, co by v takovém případě bylo s kuchaři, cukráři, řezníky, uzenáři, pekaři, farmáři, obchodníky - prostě lidmi, jejichž profese je pracovat s jídlem. Současně je to taková verze budoucnosti této planety, ve které na ni žijeme jako lidé.

Kdybychom hluboce nevěřili v řád věcí, který každému, kdo chce být prospěšný druhým, kdo je pracovitý flexibilní, odvážný, vytrvalý, vynalézavý a obětavý jakákoli budoucnost poskytne místo, z kterého bude dál budovat pevné pilíře svého života, byl by to ten jediný důvod pro který bychom tuto práci nenapsali.

Omluvy

Omlouváme se za to, čemu se říká “**akcelerace singularit**”: pro vykreslení tak subtilních témat jako je fotosyntéza nebo vznik oxidantů a jejich propojení na informace o světových zásobách ropy nebo globálním obchodu, jsme v textu použili ostřejších barev, ale nikdy ne tak, aby to nebyla pravda.

Omlouváme se za **stručnost**. Přestože má prezentace více než 300 slidů, je zkrácena na polovinu a každý jeden slide by stál za 300 samostatných slidů. Prostě některá témata je třeba si dohledat. Až budeme psát společnou kuchařku, budeme se věnovat praktické části mnohem více.

Omlouváme se, že jsme dva segmenty prezentace nazvali stejným jménem - **Kuchař jako nutrolog a Kuchař jako výživář**. Víme, že ta slova znamenají to stejné, ale my jimi interně oddělujeme teorii o jídle z první části prezentace a skutečné vaření v druhé části. Máme prostě pocit, že nutrolog je neosobní teoretik, výživář je praktik - skutečný člověk z masa a kostí, jako my.

Omlouváme se za to, že na Apple v programu Power point nešel přeradovač na **háčky a čárky nad malými písmeny** - trochu to ztěžuje čtení. Ale protože šetříme papír na tlusté desky selfpromotion, je tento materiál určen pro čtení na internetu a protože víme, kolik lidí složitě na **webech** listuje malými písmenky Lištiček na vinici, je power point optimální řešení.

Omlouváme se, že všude **neuvádíme zdroje** - nejsme akademici ani se na ně neobracíme ani nejsme podporovaní z veřejných zdrojů. Seznamy zdrojů stejně přesvědčené nepřesvědčí, ti každý zdroj okamžitě napadnou protizdrojem nebo protičíslem, jen to při psaní zdržuje a pro naučení se vařit bez elektřiny to není nutné. Všechny informace je dnes možné snadno dohledat na internetu, naše práce je především inspirací k tomu je začít hledat přemýšlet o nich tak, jak se to učíme my.

Výživa lidstva a současná věda

1. Kuchař jako historik: *kořeny místní faremní stravy*
2. Kuchař jako hnojivář: *DDT, pesticidy, GMO*
3. Kuchař jako geolog: *fosilní paliva a zemědělství, bod ropného zlomu*
4. Kuchař jako biochemik: *fotosyntéza, potraviny a udržitelná výživa*



KUCHAŘ JAKO HISTORIK



Hlad jako nepřítel

Dějiny člověka jsou dějiny hladu. Zmínky o 7 letech hladových a 7 letech tučných, o faraonových sýpkách prázdných nebo plných, najdeme už ve Starém zákoně. Středověk je bojem o území, tedy bojem o pole a jejich úrodu. Zámořské objevy byly plavby za novu půdou, zakládáním plantáží a nových farem.

Tuberkulóza, která byl a metlou 19. a začátku 20. století, byla nemocí slabších, tedy hladových lidí. Sestry Bronteovy, Jiří Wolker, Franz Kafka... ti všichni vášnivě chtěli žít a těm všem chyběla síla, kterou životu dává čerstvé zdravé jídlo.

V první světové válce padlo 20 milionů lidí. Dalších 20 milionů zemřelo na “španělskou chřipku”, jejíž hlavní příčinou byla **válečná podvýživa**. A netrvalo dlouho a přišla 30 léta a s nimi znovu hlad a nekonečné fronty na polévky .

Rok 38 odstartoval dalších dlouhých 7 hladových let druhé světové války. Poválečný **hladomor na Ukrajině si vyžádal 1,5 milionu obětí**: v té době pojídali i své vlastní děti. Ale i u nás bylo ještě v padesátých letech jídlo na lístky.

Nemoci jako **kurděje, beri-beri, pelagra nebo křivice** byly nutriční choroby z nedostatku.



Zelená revoluce

Je divem že základem všech světových poválečných vládních programů bylo vyrovnat se s traumatem hladu? Když začátkem 50 let přišly do zemědělství DDT a pesticidy, lidé je vítaly s prapory jako své osvoboditele. Stejně tak první traktory: jeden průměrný motor nahradil se spotřebou jednoho galonu výkon dospělého muže za 28 dní.

“Zelená revoluce” zvýšila produkci z hektaru až o 250 procent. Spolu s traktory a kombajny osvobodila umělá hnojiva vyspělý průmyslový svět od hladu.

Masová produkce potravin přinesla nový styl jejich odbytu. Přišly první hypermarkety. A s nimi přišly emulgátory, zkyčřovadla a konzervanty, které prodloužily život potravin na jejich pultech. Nadšení a víra ve vědu, technologie a lidský pokrok nebraly konce. Byla to doba sytosti. Netrvala však dlouho.

Kořeny české “zdravé výživy”

Tomu, co dnes tak neosobně nazýváme “zdravý životní styl” byl věnován už první český román. Babička Boženy Němcové sbírala divoké byliny, sušila švestky a křížaly, ohýbala se pro každý klásek, čistila studánky a “recyklovala” zbytky ze svého kapsáře tak, že rozmazlovala Sultána a Tyrla. Svou úctou k přírodě učila svá vnoučata tomu, že **všechno co vložíme do hrnce, pochází z přírody a její moudrosti**.

Druhé jméno, které budovalo dobrou pověst tradiční české výživě, patřilo opět ženě - buditelce. Každý poctivý český kuchař držel alespon jednou v ruce **“Domácí kuchařku pro dcerky české a moravské”** Magdaleny Dobromily Rettigové a její výživné recepty tipu : “vraz do buchty 15 vajec a kilo másla”. Ovšem byla to jiná vejce, jiná mouka, jiná másla pro jiné lidi než dnes.

Do konce druhé sv. války v českém zemědělství pracovalo více než milion lidí a jeho výkon a především kvalita jeho produkce předčila v té době zaostalé Rakousko, fádní Německo i chudé Polsko. To trvalo do poválečného **odsunu 3 milionu Němců** ze zemědělského pohraničí a násilné kolektivizace.

Jen v letech **1949-53** letech odešlo z příčiny **socializace z českého zemědělství** 323 tisíc pracovníků a už nikdy se tam nevrátilo. Z těchto dvou ran se české zemědělství nevzpamatovalo dodnes.



Socialistická výživová hybernace

Socialistické velkokolchozy překyselovaly půdu a týraly zvířata v klecových stájích a chlévech bez možnosti výběhu a pohybu, zato nadotovaná antibiotiky, hormony a výživovými koncentráty.

Ve školách stejně jako později ve všech závodních kantýnách, úřadech a podnicích RaJ jsme od padesátých do konce osmdesátých let vyrůstali na stravě složené z živočišných bílkovin a denaturovaných uhlohydrátů.

V rámci zdravé socialistické výživy nám kulatoučké paní za okénky školních a závodních kuchyní či nemocnic vydávaly němé pohrobky farmářské stravy Magdaleny Rettigové buchty s mákem a koprovku, ale už z rafinované mouky a cukru, a z vajec s bledými žloutky.

První kontakt s racionální stravou přinesl v 70 letech umírněný Rajko Doleček a pořady Bud fit. O DDT ani slovo, ale alespon se začalo mluvit o nadváze a kaloriích a místo vepře se českým národním zvířetem stalo “kuře stokrát jinak.”

Originální zdroj tohoto zdravého výživového směru, kniha Fit pro život amerických manželů Diamandových, u nás vyšla až v roce 1995. Stejně tak informace o tom, že jsme za těch 20 let nezkonzumovali “brojlery” ale tisíce tun “hormonových nádorů”, k nám putovaly přibližně také tak dlouho.



Pašovaná makrobiotika

Příchod “mezinárodní kuchyně” v polovině 80. let byl vítaným oživením jednostranně fádní a rozvažené soc-dem stravy. První pece na pizzy a čínské pánve se objevily v osmdesátých letech a české hospodynky začaly dobromyslu říkat oregano a bramborovým škrobem zahušťovat omáčky z glutamanu sodného.

První zmínky o jiné stravě než té oficiální, se objevovaly v rámci politického disentu. Makrobiotika byla reakce na další téma, o kterém se u nás v souvislosti se zemědělstvím a výživou nemluvalo: byla to reakce na dramaticky rostoucí výskyt rakoviny. Z Dráždan se k nám vozila miso pasta, za studena lisované panenské oleje a celozrnná rýže a to stejnými cestami, jako se k nám pašovaly magnetofony Sony, lyžáky Alpina a samizdatová literatura.



Přírodní a gastro disent

Stejně jako se navzdory politickému a kulturnímu dusnu našla skupina lidí, která se byla ochotná nechat za své názory zavřít a riskovat “budoucnost” svých dětí, existovala i skupina “strážců našeho tradičního výživového odkazu”, jejíž členové stejně jako dříve Čeští bratři přechovávali vedle Kralické bible recepty svých rodičů a prarodičů.

V “gastronomickém disentu” pohybovala hrstka ekologických farmářů, páter Ferda se svými léčivými čaji, Josef Zezulka s nesmaženými pokrmy a bylináři a přírodní léčitelé Josef Zentrich, Josef Prouza, Jiří Janča, Jindřich Paseka nebo jasnovidka a bylinkářka Boženka Kamenická. Ti všichni chápali, cítili a dokázali uchovat a předat esenci a léčivou sílu rostlin, které nás obklopují, které jsou “naše”.

Pro ně byly potraviny lékem a z léku dokázali udělat naše jídlo. Často tak zbytečně pátráme po vzdálených a exotických pokrmech, školách a recepturách a zapomínáme na své vlastní zázračné kořeny.

Diety jako obchodní artikl s krásou

Po revoluci se z beztvaré gastronomické masy vycházející z obchodní sítě Jednota začaly oddělovat konkrétní tváře a **krása začala být dobrým obchodním artiklem**. Začal boom zaručených diet: Lenka Kořínková přišla se svou rozumnou **dělenou stravou**, o pár let později přišla **dieta podle krevních skupin**, ale pak následovaly stovky dalších, více či méně šílených návodů na zhubnutí, z nichž všechny byly opřené o “zaručené vědecké výzkumy” a všechny s sebou nesly **jojo efekt**, zdravotní následky jednostranné stravy a vypěstované **potravinové intolerance**.

Lidské tělo zhubne pokaždé, když z jeho stravy vyloučíme dvě skupiny potravin. To znamená že zhubne když budeme jíst měsíc rýži (uhlohydrát) stejně jako když budeme měsíc jíst jen maso, sýry a vejce (bílkovina) případně nebudeme jíst nic. A stejně tak rychle zase poté přibere. Přesto jsou tyto návody na krásu jako jedinou cestu přijetí a štěstí stále profitovým artiklem barevných ženských časopisů a regálů v knihkupectví. **Bulimie a anorexie** jako jedny z nejurputnějších chorob trpící ženské duše nám staví před oči, že lidská výživa a její psychologie není věc, s kterou je radno si zahrávat.



První biovlaštovky

Z kraje devadesátých let se našlo pár lidí kteří pochopili, že **kdo chce zdravé jídlo, musí zpátky k půdě**. Organické faremní produkty jako protiváha technologické a chemické “masprodukce” konvenčního zemědělství, přišly do Prahy v pol. 90 let.

Jedním z prvních byl **Botanicus** a jeho zahrady u Lysé nad Labem a know how Malcoma Stuarta mj. z královských biozahrád v Anglii, tedy tradicí, kterou uchovává a rozvíjí **princ Charles**.

S bylinnými čaji ho následovala **Slunečná brána** s know how a kapitálem z Rakouského Sonnentoru.

Vzorní farmáři **Hare Krišna** hospodaří podle filozofie matky věd Ayurvédy na farmě v Městečku u Benešova a několik svých jídelen provozují v Praze. Svou příkladnou péčí o zvířata i půdu a její plody jsou dosud vzorem pro ekologické farmy u nás.

Každý má své bio

Třetí byl veganský **Country Life** ukázněných Adventistů sedmého dne s farmou na Berounsku a s obchody a restaurací v Praze. Ten se také stal prvním velkoskladem a distributorem potravin bez chemie a aditiv. **Probio**, **Nový věk** či **Bio-nebio** včetně několika internetových portálů jsou jejich následovníky, díky nimž je dnes v ČR hustá síť více než 15 desítek obchodů se zdravou, bohužel ne vždy čerstvou a ne vždy naší domácí výživou. (důvody budou uvedeny dále)

Originální české koncepty založené na alternativním stylu vznikly pod hlavičkou unikátní světové sítě **Dobrych čajoven**, které vyrostly z recese a politického programu disidentské Společnosti za veselejší přítomnost. Dalším originálním českým projektem byl koncept skvělých kaváren **Ebel kafe**, které ke kvalitní surovině z farmy nabídly ucelený systém služeb, designu a filozofie.

Na začátku tisíciletí přišlo trochu tápající komerční **Albio**, které se jako jedno z desítek oběť dotační politiky MZe stáhlo ze svých třech bioprodejen a restaurací a dnes dodává sušenky a pečivo do řetězců a zdravých výživ pod názvem Certifikovaná Biopekárna Zemanka. Francouzské **Biocafé** skončilo provoz svých 4 kaváren s krizí v roce 2009.



Zdravá výživa masově

Poslední zaznamenáníhodné počiny jsou pražské makrobiotičky a terapeutky Jitka Matherová a Iva Blahníková z **Nine-Star-Ki** studia ve Vršovicích a po nich přišel skvělý **Life Food**, který sice zavřel několik svých “kamenných” prodejen, ale spolehlivě operuje na internetových shopech.

Další obchody, restaurace a čajovny se zdravou výživou jako brněnské **Biolinie**, Hradecká **Rozmarýna** nebo desítky **plagiátů Dobré čajovny** jsou jen variantou nebo kombinací těchto základních dietických, ideových a kulturních směrů “české” zdravé výživy, kterým se později budeme věnovat samostatně.

Seznam námi vyzkoušených a doporučených farem najdete na konci prezentace, seznam míst, kde lze koupit “zdravou” stravu najdete např. na www.biopekarnazemanka.cz

České bio ne fair trade

Jak to tak v obchodě bývá, v průběhu let mezi koncepty zdravé výživy a jejich majiteli začal **konkurenční boj** o trh, který si mnohdy nezadá s bojem velkých řetězců.

Když se např. vyhlašoval státní grant na akci “**bio do škol**”, která mimochodem stojí danového poplatníka více na propagaci MZe než na útratu faremních bio potravin, tak tendr o generálního dodavatele vyhrál Country Life. Ten vzápětí nechal třeba farmáře s bio vejci pana Kýra podepisovat smlouvy, které si v ničem nezadají se smlouvami dodavatelů hypermarketů.

Podobně biozelinář Aleš Horák dnes do Makra a Aholdu může dodávat mrkev jen přes bio zeleninový velkosklad ing. Šterby který většinu mrkve dováží z Itálie. V Makru ji pak ve 600 gramovém balení kupujeme za 49 korun, zatímco Aleš Horák ji prodává za 28.

Když si bio rolník pan Netík od Dobrušky postěžoval, že pobočka Probio velkoskladu prodává jeho pohanku s 1000% marží a že chce více peněz, tak mu zástupce velkoskladu odpověděl: “Vy sedláci jste na bídu zvyklí”. Proklamace o “zlých” nadnárodních řetězcích a “hodných” malých obchodech jsou jen iluzí lidí, kteří se v obchodě s potravinami nepohybují.



Propagační “bio grantmiliony”

S evropským dotovaným a grantovým systémem propagace zdravé výživy přišla na informační a reklamní trh řada neziskových organizací, které si mezi sebou rozdělují desítky grantových milionů ročně na tzv. podporu bio produktů.

Probio, Greenmarketing, Duha nebo Probio liga organizují Biosemináře, Biojarmarky, Bioprodukty roku, Biosummit, či Bioakademie ... Dříve než se stanete partnery, klienty či sponzory takových akcí, zeptejte se na ně alespoň třech farmářů, kteří čerstvé bio opravdu vyrábějí a prodávají, a jejichž seznam najdete na konci prezentace. Je možné že se dozvíte pozoruhodné informace.

Kdo se chce více dozvědět o zákulisí českého obchodu se zdravou výživou a podmínkách produkce na jednotlivých českých ekofarmách, může studovat:

Listiky.estranky.cz.

Stručně řečeno: svět není černobílý - tak jako DDT může zachránit život před malárií, tak ti co mají udržitelný rozvoj v náplni práce, se nemusí vždy udržitelně chovat.

Čerstvé české faremní produkty v hotelích a fine dining restauracích

Na počátku tisíciletí v roce 2001 se v Praze objevil zvláštní fenomén zdravé organické stravy přímo ve fine dining restauracích a vybraných hotelech. Za tímto projektem nákupu čerstvých místních a sezonních produktů přímo z farem stála skupina českých kuchařů, kterým nebyly neznámé širší souvislosti jejich profese. Byli ochotni podstoupit všechny potíže, které jsou běžně v souvislosti s lokálními produkty uváděny ve všech učebnicích hotelových a kuchařských škol:

Individuálně vyráběné a nakupované suroviny jsou dražší, jsou hůře dostupné a na jejich závoz není vždy spolehnutí, nejsou k dispozici celý rok, jejich příprava bývá pracnější, jsou náročnější na ošetřování a skladování.

V ČR se k těmto standartním důvodům přidal ještě **tápající hygienický a vererální aparát**, který si nařízení Rady Evropy vysvětlil jako totální zákaz prodávání a nákupu čerstvých faremních produktů a např. “přechovávání” nepasterovaného mléka přirovnal k držení marihuany.

Než se obojí (čerstvé mléko i marihuana) u nás povolilo, trvalo to do roku 2010, a muselo to být Tesco, **které začalo prodávat čerstvě nadojené mléko ke stáčení z tzv. “železných krav”**. (kdo se chce podívat na stránky Asociace soukromých zemědělců, najde tam otevřený dopis ministrovi zemědělství Šebestovi na toto téma).



Proč do toho jít?

Do té doby však v ČR zrušilo svou potravinovou produkci dvě třetiny rodinných farem. Bylo by jich jistě více, kdyby jim svými pravidelnými nákupy čerstvých jehnat, kůzlat, králíků, vařené špaldy a špaldového pečiva, vajec, mléka, másla, jogurtů, tvarohů, brynzy, čerstvých ovčích, kozích a kravských sýrů, moštů, bylinek, ovoce, domácích uzenin a čajů nepomáhali právě tito kuchaři.

Kuchaři, kteří díky své odvaze a angažovanosti dokázali na “území obklíčeném polutanty, elektromagnetických škrobem a byrokraty” nabídnout svým klientům zdravou, čerstvou, místní, sezonní, organickou, fair trade snídani nebo menu. Proč tuto investici, práci navíc a riziko podstupovali? Zde jsou některé z důvodů.

KUCHAŘ JAKO HNOJIVÁŘ



Něco za něco : příběh DDT

DDT bylo poprvé syntetizováno už v roce 1874. Na to že je vhodné jako insekticid - tedy hubí hmyzí škůdce v zemědělství ale i moskyty a komáry v tropických zemích - se přišlo ve Švýcarsku v roce 1939 a objevitel Paul Muller za to v roce 1943 dostal Nobelovu cenu. Od druhé světové války se používalo masově. Proti malárii a spavé nemoci si jej vojáci stříkali rozprašovačem pod armádní blůzy. Mezi lety 1940 až 73 se dostalo do půdy 2 miliony tun této látky.

První výsledky testů na vedlejší účinky insekticidu DDT přišly v roce 1962. Bioložka a spisovatelka Rachel Carsonová v knize "Silent spring" dokázala, že když draví ptáci jako vrchol potravinové pyramidy požírali hlodavce, kteří se krmili obilím s DDT, mají nízkou plodnost, degenerovaná mláďata a jejich druhu hrozí vymření. Vyšlo najevo že DDT je toxické, má vliv na hormonální systém, způsobuje 5x větší riziko rakoviny prsu u žen a snížení pohyblivosti spermií a jejich defekty u mužů.

Zákaz používání: S hrůzou se začala nahlížela naivita, s kterou se farmáři postříkali od hlavy až k patě při každém přechodu z pole na pole. V 70 letech přišel zákaz používání DDT. U nás platí od 75 roku, přesto se výskyt DDT v naší zem. půdě stále pohybuje nad přípustným limitem EU. (Např. bývalý sklad pesticidů v Lubech u Klatov je dosud zamořen a není doporučeno v okrese pít vodu ze studní.)

Obnova používání DDT: Výroba a užívání DDT dnes reguluje tzv. Stockholmská úmluva z roku 2001. Přesto se v některých afrických státech v sníženém a kontrolovaném množství bude DDT používat nadále jako nejefektivnější boj proti malárii, která zabije ročně milion lidí a kterou přenášejí komáři. Jen v Indii dokázalo DDT snížit úmrtnost na malárii ze 75 milionů na 50 tisíc ročně.



Něco za něco: pesticidy

Pesticidy jsou souhrnný název pro chemické prostředky k ochraně zemědělských plodin před hmyzem, ptáky, houbami, měkkýši, rybami, hlodavci, roztoči a plevelu. **Na světě se spotřebuje 2,5 milionu tun pesticidů ročně. Přesto jsou ztráty v zemědělství díky škůdcům každý rok větší.**

O negativních účincích pesticidů včetně karcinogenních, se však na rozdíl od DDT jen šeptá. Ohromná mašinérie vládních zemědělských a výživových programů je příliš velkým soukolím, aby do ní mohli dietologové sáhnout. Zemědělství napojené na petrochemii, potraviny na zpracovatele, obchodníci s jídlem na fastfoodové a nadnárodní řetězce a ti všichni na farmaceutický průmysl - to je kolos, v kterém se točí příliš mnoho lidí a příliš mnoho peněz.

Faktem je, že hlavním složením chemických hnojiv je fosfor, draslík a sodík. Půda však obsahuje **34 minerálů. Chemických hnojením přetváříme půdu na poušť. Potraviny jsou ze slabé půdy čím dál slabší, čím dál slabší jsme i my.** Navíc světové zásoby fosforu či draslíku budou velmi brzo vyčerpány.

Druhým faktem je, že většina pesticidů užívaná v EU může působit toxicky na vývoj nervové soustavy, přičemž **poškození mozku může být vážné a nezvratné** (hyperaktivní děti, alergie, ekzemy). Řada pesticidů má **schopnost narušovat hormonální systém člověka.**

Prokazatelné **vedlejší efekty** používání pesticidů jsou: hynutí včel, kontaminace povrchové vody, vyčerpání půdy a nárůst parazitů, plevelu, hmyzu a škůdců obecně. **Čili přesně to, proč jsme je začali používat a čemu měly zabránit.**

Něco za něco: hybridy

Z hlediska dnešního znečištění potravin jsou hybridy - tedy prosté křížení rostlin bez použití mutace rostlina/živočich - **zdánlivě zanedbatelným nebezpečím**. Uvádíme je na přednáškách a jako úvod před GMO.

Jeden z nejzkušenějších a nejproduktivnějších vědeckých pracovníků na úseky výživy na světě Dr. Walker k otázkám hybridů napsal toto:

*“V lidském těle jsou komplikované “laboratoře”, ve kterých vznikají životně důležité substance. Tyto laboratoře tvoří **systém žláz s vnitřní sekrecí (slinivka, nadledvinky, štítná žláza, brzlík, hypofýza...)**. Ony životně důležité substance nazýváme **hormony**, neboli první posly, kteří zprostředkovávají komunikaci mezi bunkami a v našem případě umožňují trávení potravin (inzulin, prolaktin, tyroxin...).*

*Hormony se osmozou (prolínáním) dostávají přímo do krve. Tento transfer umožňuje **přítomnost enzymů v každé hormonální žláze**. Kromě enzymů je důležitým komponentem hormonů množství **stopových prvků**, o kterých nevíme dlouho. Vedle 16 elementů, ze kterých je převážně hmota složena, jich známe nejméně 43. Tedy víme, **že na na správné funkci a činnosti těla se podílí nejméně 59 prvků**.*

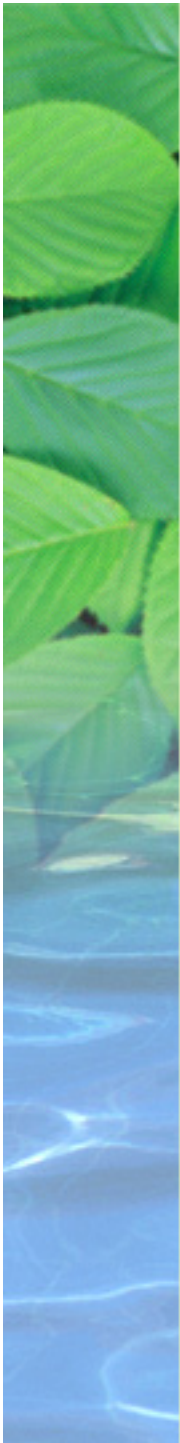


Hybrydy se snažme nejíst

“...je třeba upozornit na to, že hybrydy (křížením vypěstované rostliny) a především kukuřice, jsou na stopové prvky chudé. Snažme se proto, pokud možno, hybrydy nejíst.”

Dnešní hledání “původních odrůd” rostlin je právě hledání oněch 59 prvků nezbytných pro fungování našeho těla. Staré odrůdy jablek jako strýmka, pšenice dvojzrnka a nebo všeobecně rozšířená obliba mořských řas, které vyrůstají z mořského dna tvořeného miliony let, jsou protiváhou k hybridnímu křížení rostlin.

(Některé potraviny, které obsahují prakticky všech 59 prvků nutných k fungování těla, jsou uvedeny na různých částech této prezentace např v kapitole “suprapotraviny” nebo “aminokyseliny”.)



něco za něco: GMO

GMO má 4 základní způsoby užití:

- A) Genetickou modifikací se do rostliny vkládají geny, které mají zaručit její **odolnost proti škůdcům a tím snížit spotřebu pesticidů** (například proti zavíječi kukuřičnému).
- B) Genetickou modifikací se do rostliny se vkládají geny **odolnosti vůči vlivu pesticidům, aby se jich mohlo použít více proti plevelu** (např. proti pýru plazivému). Nechvalně je známá americká firma Monsanto a válka mezi USA a EU o zákazu dovážení GMO kukuřice do EU.
- C) **Modifikují se geny, které prodlužují životnost potravin** (například rajčete)
- D) Geneticky se do zemědělských produktů **přidávají vitaminy či přímo léky**.

Výsledek je však velmi lapidárně řečeno jako u penicilinu - na GMO se v **USA modifikoval např. pýr plazivý a zavíječ kukuřičný** a tento jev spustil navýšení spotřeby pesticidů.

Neznamená to že GMO nemá své výhody, ale takováto jedna kolosální planetární nevýhoda a její následky předčí i tak problematické výhody. A i za prodlouženou trvanlivostí rajčete hledejme komerční, ne nutriční účel.



GMO není řešení

Minimálně 80 let budeme čekat na výsledky morfologických a genetických změn z používání GMO na člověka. Důsledky zásahů přímo do genů zvířat a plodin se neobjeví dříve, než v třetí generaci.

Negativní dopady užívání GMO na rostlinách a zvířatech které máme k dispozici již dnes, jsou velkým varováním, že GMO je jen sofistikovanější verzí předchozích zásahů člověka do přírodních procesů, které nejsou nutné.

Současná světová masová produkce potravin nemá odbyt. Jenom Dánsko, které má 5 mil obyvatel, vyrobí mléka pro 20 milionů lidí, Francie vyrobí víno pro čtvrtinu světa a bere tak šanci “domácím” vinařům. Budoucnost zdravého fungování naší planety je v koordinaci, plynulosti, pestrosti, vynalézavosti a maximální diverzifikaci.

(více Reflex č. 34/2005 - Šárka Dittrichová, Geneticky modifikované zákony)



Energetická měření hodnoty osiva a potravin

Platí zde dvě základní pravidla:

1. čím je jídlo čerstvější, tím je zdravější
2. čím je osivo více prosté chemie, tím je vitálnější.

Mezi tými odborníky kteří se energií v potravinách zabývali byl i francouzský vědec **André Simoneton**, který stanovil jednotku angstrom pro vitalitu a energii jídla. (jeho knihy lze sehnat na Amazon.com) Uvedl, že například mléko má v čerstvém stavu vitalitu 6500 angstromů a po 12 hodinách ztrácí až 50% svého vyzařování. Na konci 24 hodin ho zbývá pouhých 10%. Pasterizování mléka zničí veškeré vyzařování této potravin, stejně jako konzervování ovoce.



J.W. Goethe jako biolog

Takto je možné rozpoznat i rozdíly mezi dvěma na pohled stejnými semeny, z nichž jedno bylo poškozeno teplem nebo chemikálií a druhé ne. A také lze popsat tvar a stav rostliny, která z něj vyrůstá. Čím více pokory k přirozeným přírodním procesům budeme mít, tím blíže se budeme blížit pravdě.

V lidské těle probíhá **najednou 50 až 100 tisíc chemických a biologických procesů**. Není v lidských silách je sledovat, kontrolovat nebo dokonce ovládnout současně. Zásah na jednom místě má nutně svůj dopad na místě druhém

J.W.Goethe v publikaci kterou napsal krátce před svou smrtí uvedl:

“člověk může... vzít semeno, analyzovat obsah proteinu, sacharidů, tuků, minerálů, vlhkosti a vitaminů, ale to všechno neprozradí nic o jeho genetickém pozadí ani biologické hodnotě...Přírodní organizmus nebo entita obsahují faktory, které nelze rozpoznat ani demonstrovat, pokud rozdělíme původní organizmus na části ručíme je pomocí analýzy.”



Udržitelný rozvoj jako nutné východisko

Jak jsme viděli při marných pokusech snížit produkci polutantů v Kodani, dnes strmou křivku chemie a těžkých strojů v zemědělství začíná opisovat **třetí svět, který se brání limitům průmyslové zemědělské produkce**. Jeho problémy jsou stejné, jako naše před sto lety a stejně jako tehdy u nás na ně zabírá DDT (obnova používání v Africe a Mexiku), pesticidy a těžká mechanizace. Chce-li se však celý zbývajíc svět nakrmit tak jako my masem, máslem a bílým pečivem, vyčerpá poslední zásoby paliv, zemědělské půdy a vody.

Foliovníky u španělské Almerie jsou zeleninovou zahradou Evropy. Kam až oko dohlédne jsou **pod zemí lávové substráty a hnojiva a nad zemí igelit**. I v úrodných oblastech USA a Francie z vyčerpané půdy vzniká poušť a její plody nemají nutriční hodnotu.

Čím je země rozvinutější, tím více masa spotřebuje. Dobytčí farmy jsou však často podobné koncentračním táborem, **zrychluje se dokonce životní cyklus zvířat**, která nikdy neviděla louku, protože krmení sváží flotily nákladních aut poháněných tisíci barely nafty.

Zemědělství nyní spotřebovává 70 % vody na planetě. K vypěstování 1 kg brambor potřebujeme 100 litrů vody. **Na výrobu 1 kg hovězího masa spotřebujeme až 13 000 litrů vody**.

Podle odhadů významného českého geologa Dr. Cílka bude **světová zásoba dostupné a tedy levné ropy vyčerpaná za 5 let**. Začíná boj o udržitelný rozvoj planety a přežití lidí. Součástí tohoto boje se stávají ti, kteří se zemědělskými produkty pracují a rozumějí jim - tedy kuchaři, tedy opět my všichni.

KUCHAŘ JAKO GEOLOG





Uhlíková stopa cheeseburgerů

„Environmentální futurista“ z Kalifornského Institutu of Ethics and Emergency Technologies, autor eseje Hacking the Earth, který byl Ioni časopisem Foreign policy vyhodnocen jako jeden ze 100 globálních myslitelů posledních let Jamais Cascio, si v roce 2008 zadal unikátní úkol: vysledovat, jakou uhlíkovou stopu za rok má americký národní pokrm - cheeseburgery.

295 milionů Američanů sní každý průměrně **3 burgery za týden**. To dělá 150 burgerů ročně na každého, což jsou cca 4,5 milardy cheeseburgerů jen v USA.

Uhlíková stopa je veškerá energie, která byla spotřebována: krmivo pro dobytek, proces vypěstování salátu, vypěstování pšenice na žemli, energie nutná na dojení dobytka, zpracování mléka na sýr, zpracování dobytka v hovězí maso, rozvoz všech surovin, jejich chlazení. A kysličník uhličitý není jediný plyn, který nakonec vznikne. Metan z exkrementů dobytka je ekvivalentem 23 jednotek kysličníku uhličitého.

Cascio došel k závěru, že takto vzniká dvěstě milionů tun oxidu uhličitého z cheeseburgů jen v USA. Proč by nás to mělo zajímat? Protože uhlíkovou stopu mají nejen americké cheeseburgery, ale i kolumbijské bio banány nebo čínská kuřata ale i mléko nadojené na Vysočině, zpracované v Drážďanech a prodávané v Brně. Stále si málo uvědomujeme, že naše potraviny jsou z ropy a zemního plynu.



Zdroje našich zdrojů

Než si ukážeme jak je naše jídlo napojené na ropu a zemní plyn, připomeneme, si jak a kdy se jejich ložiska vzaly na naší planetě. Paradoxně se objevily také v souvislosti s globálním oteplováním. **Globální oteplování planety totiž kulminovalo také během křídy, 144 až 65 milionů let před naším letopočtem.** Byla to éra dinosaurů. Klima se měnilo radikálně, ale pomalu, během milionů let. To dalo mnoha druhům šanci šanci se přizpůsobit. **Zvýšená sopečná činnost zaplavila atmosféru šestinásobným množstvím CO2.** Průměrná globální teplota raketově rostla. Trvalo to miliony let, ale příroda veškerý přebytečný CO2 z atmosféry odstranila. Byl absorbován pomocí přirozených uhlíkových jímek do oceánu a rostlin. A pohřben hluboko v zemi.

Během dalších milionů let zkameněl. **Miliardy tun uhlíku naplněných sluneční energií** byly v průběhu dějin planety pohřbeny v zemi a **vytvořily nesmírné zásoby uhlí a surové ropy.** Tam skončila noční můra s CO2 pro období křídy. A naše začala. To je největší paradox globálního oteplování. **Tentýž uhlík, který byl z atmosféry v dávných dobách odstraněn, je nyní vypouštěn zpět do ovzduší,** kdykoli spalujeme fosilní paliva. A opět otepluje planetu.

Vracíme tedy uhlík zpět do ovzduší ale ne za miliony let jak vznikal, ale v rozmezí ani ne jednoho století. Reprodukujeme extrémní podmínky z období křídy. Jenže tentokrát krkolomnou rychlostí. Takovou rychlostí, že mnoho živočišných a rostlinných druhů se nestačí adaptovat a nepřežije. Náš hlad po energii je stále neukojitelný. **Naše uhlíková stopa je enormní.** Jak globální oteplování graduje, tak také nabírá a rychlosti. Co uděláme teď, když o tom víme? Ptají se např. autoři dvd National Geographic, dílu s názvem 6 stupňů.

Čerpání ropy je nevratný a jednosměrný proces

Svět nyní spotřebovává 85 milionů barelu ropy za den a tato spotřeba roste, především v Číně. Podle IEA letos vzroste o 1,67 barelů na 86,6 mil barelů denně. Otázkou jak dlouho bude trvat než světové zásoby ropy budou vyčerpány se zabývají týmy odborníků na celém světě. Wikipedia uvádí, že lidstvo dosud vytěžilo 900 mld barelů ropy a její světová zásoba stačí na dalších 43 let. Za předpokladu, že těžba ropy bude stejná jako nyní. Kartel OPEC však připustil, že zásoba levné - lehko zpracovatelné - tzv. "lehké ropy" už je na svém vrcholu a dále už bude vždy jen dražší.

Často citovanou kapacitou na otázku ropného zlomu je I geolog, dnešní emeritní profesor z Princetonské univerzity M. King Hubbert, který v roce 1956 předpověděl, že zásoba americké ropy dosáhne svého vrcholu v roce 1970. Jeho zaměstnavatel Shell Oil se mu tehdy vysmál a oficiální vědecké kruhy napadly jeho metodu a napadají dosud. V roce 1970 USA však skutečně dosáhly vrcholu v těžbě domácí ropy a od té doby jsou jejím importérem. Ze zemí které jsou politicky nestabilní, jako je Irák nebo Rusko. Jeho křivka ropného zlomu se používá dodnes.

Pesimistou v tomto oboru je I Geolog Colin Cambel (PhD Oxford) který předpověděl, že světová těžba ropy bude na vrcholu v roce 2007 a od té doby bude jen klesat až k úplnému vyčerpání. Založil Asociaci pro studium ropného zlomu a zemního plynu - poslední mezinárodní konference byla v Denveru v říjnu 2009. Matt Simons "velekněz ropného zlomu" jeden z předních světových odborníků na ropný zlom, dokonce předpokládá dosažení vrcholu ropných zásob v Saudské Arábii v nejbližší chvíli, pokud se tak již nestalo. A CNN a Britains Independent v roce 2005 připustily, že světové rezervy ropy a zemního plynu mohou být až o 80% menší, než se předpokládalo.



Jíme potraviny z ropy

Intenzifikace a industrializace zemědělství započala v 50 - 60 letech minulého století.

Produkce zrní se v této době zvýšila o 250%. Díky fosilním palivům ve formě umělých hnojiv (zemní plyn) pesticidů (ropa) a zavlažování poháněnému fosilními palivy.

Dnešní spotřeba energie v zemědělství se skládá:

1. 31% do výroby umělých hnojiv
2. 19% pro pohon zemědělských strojů
3. 16% pro transport
4. 13% pro zavlažování
5. 8% pro chov dobytka
6. 5% pro výrobu pesticidů
7. 8% ostatní

(energie potřebná pro balení, chlazení, dopravu do maloobchodních prodejen, domácí přípravu jídla není v těchto číslech zahrnuta).

Výroba 1 kg dusíku pro hnojivo vyžaduje energii 1,4 až 1,8 litru nafty. Za rok 2002 jen USA použily 12 milionů tun dusíkatých hnojiv, což je 15,3 mil litrů nafty.

Mezi lety 1945 a 1994 vzrostlo množství energie vložené do zemědělství čtyřnásobně, zatímco produkce vzrostla jen trojnásobně. Od té doby vklady energie stále rostou, ale úroda se již nezvětšuje. Dosáhli jsme maximální výtěžnosti a ta nyní s horšující kvalitou půdy i osiva padá.

Cena fosilních paliv a cena potravin

Zemědělství je odpovědné za 17% veškeré spotřeby energie vyspělých zemí. Podle FAO (Food and Agriculture Organization of the UN) poměr výstupy/vstupy v zemědělství jsou 1:1 - na 1 kcal fosilních paliv vyprodukujeme 1 kcal potravin. Opět bez transportu, balení, chlazení...

Se započítáním veškeré energie nutné k produkci jídla (bez domácí/veřejné přípravy) bylo spočítáno, že je potřeba 10 kcal energie - např. spalováním nafty (= procesy transformace energie mimo lidské tělo) na 1 kcal potravin doručených ke konečnému spotřebiteli (= přeměněných na energii svalů lidského těla). (*viz Dale Allen Pfeiffer, FWR*)

Energie lidského těla už však nadále není využívána k dodání energie do ekonomických procesů, ale k vytváření toku informací, které řídí transformace energetických surovin mimo lidské tělo (např. spalování nafty v motorech)*.

Jednoduše řečeno: Potravinový systém spotřebuje 10 krát více energie, než produkuje ve formě potravin. A my, kteří toto jídlo sníme, svou prací (poháněnou energií, kterou z něho získáme), nepokryjeme objem zdrojů na jeho výrobu. Jsme jakýsi roboti, kteří udržujeme neefektivní stroj toku informací v chodu a spotřebováváme veřejné zdroje rychleji, než se stačí obnovit.

Za předpokladu 2500 kcal denní výživy jedné osoby poměr 10/1 znamená 25 000 kcal "naftou poháněných strojů". Ve chvíli, kdy se začne snižovat množství fosilních paliv, bude i méně energie na produkci potravin a jejich cena začne stoupat.

(* Jako příklad se uvádí malý benzinový motor, který dokáže převést 38 000 kcal v jednom galonu benzínu na 8.8 kWh mechanické energie, což odpovídá 3 týdnům práce jednoho člověka. Galon je 3,78 l: 3,78 litry nafty spotřebuje motor auta na cca 80 km a 80 km ujede za cca 45 minut... malá motorka za 2,5 hodiny)



Nejen ropa, ale půda, pole, voda

Trvá více než 500 let, než se vytvoří 2,5 cm ornice. Ta vzniká rozkladem rostlinné hmoty a erozí hornin a sama je chráněna před erozí rostlinným pokryvem. Produktivita půdy poškozené intenzivním zemědělstvím se díky erozi každým rokem snižuje, některé zdroje uvádějí, že v současné době až o 65%.

Dřívější louky, které se staly obilnicemi, ztratily polovinu tloušťky ornice po pouhých sto letech farmaření. Ornice mizí 30 krát rychleji, než se obnovuje přirozenými procesy. Současné plodiny jsou mnohem náročnější na živiny, než byly původní trávy. Většina zemědělské půdy není nic víc než houba, do které je nutno pumpovat vodu a živiny, aby dávala úrodu.

Každým rokem jsou ztraceny miliony hektarů kvůli erozi, zasolení a vyčerpání vodních zdrojů. K tomu navíc miliony hektarů orné půdy na světě zabere stavba měst, silnic a průmyslových objektů.

Každý z nás potřebuje 1,2 akru půdy

Rozšiřující se populace vytváří zvyšující se tlak na dostupnost zemědělské půdy. Nyní je např. v USA 1,8 akru zemědělské půdy na hlavu. Se zvýšenou populací a zabíráním půdy se počítá, že toto množství spadne na 0,6 akru. **1,2 akru** (12 krát 12 metrů) na osobu je však **rozloha nezbytná pro udržení současných standardů výživy**.

Spodní voda: Povrchová voda tvoří pouhých 70% vody používané k zavlažování v zemědělství - zbytek je z podzemních zvodněných vrstev - akviferů. Ty jsou doplňovány prosakováním povrchových vod a dešťových srážek - ty ale dokáží doplnit méně než 0,1% vyčerpané každý rok. Příklad na kukuřici: na 4300 kg kukuřice potřebujeme dnes 1,9 milionů litrů vody.

Monokultury: Téměř 50% obdělávané půdy je užito na **pěstování monokultur** a nedodržují se osevní postupy a rotace plodin. Výsledkem je zvýšený výskyt škůdců, proti nimž jsou použity další pesticidy, které dále poškozují a vyčerpávají půdu.

Balancování na kraji propasti

Průměrná spotřeba jídla ve vyspělých státech je 986 kg potravin ročně. To dává každému člověku přibližný denní energetický příjem 3 600 kalorií. Světový průměr je 2 700 kalorií na den.

Celých 19% energetického příjmu je tvořeno rychlým občerstvením (fast food). Průměrný Evropan jí u stolu jedno hlavní jídlo denně z celkových čtyř.

Jedna třetina energetického příjmu průměrného člověka je živočišného původu (včetně mléčných produktů), tvořících dohromady 362 kg potravin ročně.

Spotřeba vody, která zahrnuje zemědělství, je v současné době v USA a EU 5 480 litrů na osobu za rok. Hydrologové považují za minimum 2 646 litrů a to jsou předpokládané dodávky vody v roce 2050.

V dnešní době existují jen tři země na této planetě, které jsou významnými exportéry obilí: USA, Francie a Kanada. Přesto v USA žije 34,5 milionů lidí v bídě. Ukrajina, bývalá obilnice Evropy, potraviny dováží. Ani ČR není potravinově soběstačná.

Předpokládá se, že v roce 2025 už USA nebude moci exportovat potraviny kvůli domácí poptávce. Někteří američtí prognostici dokonce nabádají snížit populaci USA ze současných 295 milionů na 200. Trendy však ukazují, že pokud vše poběží tak jak nyní, stávající počet obyvatel USA se do roku 2050 zdvojnásobí.



Jedna z horších variant

Může se stát, že brzy budeme svědkem rostoucího počtu úmrtí hladem. Globální populace pak bude muset být redukována ze současných 6,32 mld na 2 mld to znamená o více než dvě třetiny.

V tom nejkatastrofičtějším scénáři - který se však opírá o velmi reálná čísla - můžeme přijít o víc, než je počet obyvatel nutný k dosažení udržitelnosti.

V tomto scénáři velkého vymírání se podmínky zhorší natolik, že přežívající lidské populace budou tvořit jen zlomek současného počtu lidí. A tito přeživší budou trpět traumaty ze zhroucení a smrti civilizace, svých sousedů, přátel, rodin. Můžeme něco udělat? Můžeme:

V první řadě nestrkejme hlavu do písku. Každý kdo se o informace potravinových zdrojů této planety zajímá, samostatně je vyhledává z nezávislých zdrojů a na internetu, přemýšlí a diskutuje o nich se svými kolegy, hledá řešení a nebojí se o nich otevřeně mluvit, je malým příslibem naděje.

Většina z nás je zapřažená v cizích vozech, ale náš rozum a cit nám zůstaly vlastní. Nenechme se vézt cizími vozy. Přisluhováním těm, kteří sami slouží a neví o tom, možná vybudujeme určitou formu “kariéry”, ale pro své odvážnější kolegy, pro Čechy z první linie, pro farmáře, kteří si od nikoho nikdy nenechali nic nadiktovat, budeme za zbabělce. Nikdo, kdo nechá promluvit své svědomí, rozum a profesní čest, se nemá za co stydět.



KUCHAŘ JAKO FUTUROLOG



Tři úhly pohledu na budoucnost

Světová veřejnost se v otázce přípravy na budoucnost planety dělí podle příslušnosti k tomu kterému informačnímu zdroji (z nichž každý jeden z nich pracuje s tolika proměnnými, že jen těžko může obstát sám o sobě) do tří základních kategorií, z nichž jedna každá z nich je založená více na víře, než na faktech.

Miliardář Soros patří do první kategorie (u nás reprezentované např. prezidentem Klausem) a tvrdí, že vyšší cena ropy jsou jen bubliny vyvolané spekulanty. Tato skupina se modlí k novým nalezištím na Sibiři a zemských polech, kalkuluje s 66% procenty ropy, která zůstávají po těžbě pod zemí a k novým investicím do rafinérii, které budou čistit dnes už zbývající “těžkou” ropu.

Druhá skupina vzývá alternativní zdroje - od větrné a vodní energie přes kapalný uhlovodík, biomasy, termální depolymerizaci, hybridní pohony až po termonukleární fúze z vodíku a izotopů, kterých je na Zemi i ve vesmíru dostatek.

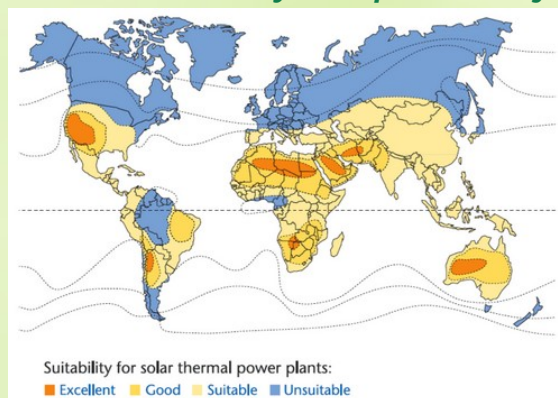
Třetí skupina pak hovoří o planetárním kataklyzmatu a zániku civilizace a odkazuje na předchozí děje na této planetě.

Těžko říci která skupina má kolik příslušníků, ale je zřejmé, že nejpočetnější je ta která se domnívá, že na svém stávajícím životním stylu nemusíme zásadně měnit nic a členů přibývá poslední dobou čím dál více i skupině třetí, také pasivní. Proč tomu tak je?

Psychologové tvrdí, že takto pracuje lidská psychika - že setrvávání v dosavadním způsobu myšlení a jednání (stravování) navzdory všeobecně dostupným varovným signálům, je vlastně sebezáchovná životní obrana proti strachu ve světě, který představuje nepřetržité ohrožení. My se nyní podíváme na ty, kteří strach nemají a navrhuji řešení, z nichž některá jsou velmi rozumná a jiná nevyhnutelná. Rozdělíme je od globálních po lokální.

Slunce jako největší z nadějí

Spotřeba energie na Zemi je dnes asi 14 TW. Slunce dává zemi neustále 180 tisíc TW čisté, nevyčerpatelné a nejkvalitnější energie. Je to 10 tisíc krát více, než člověk nyní spotřebuje.



Dává spravedlivě hojnost energie všem lidem bez rozdílu a všemu živému na planetě Zemi vůbec. Množství sluneční energie dopadající na naši republiku je 200 krát větší, než je celková současná spotřeba za rok.

Na jeden čtvereční metr dopadá 1000 - 1250 KWh/rok, z deseti metrů je možné pokrýt spotřebu domácnosti za rok. Celková doba slunečního svitu se pohybuje od 1400 do 1700 hodin za rok.

Zásobování 15 procent energetické spotřeby Evropy z slunečních panelů postavených na africké poušti se zabývá projekt *Desertec*, jehož autorem je tzv. Římský klub, který má řešení budoucnosti planety přímo v popisu práce.

Římský klub

Vznikl v roce 1968 kdy se ukázalo, že poválečný růst ekonomiky dosáhl svého vrcholu. Sdružuje uznávané odborníky z mnoha zemí a provádí výzkumy beroucí v potaz problémy vývoje světa jako celku.

Za hlavní přístupy k řešení problémů jeho členové považují:

1. Při zkoumání problémů používat **globální přístup** a uvědomovat si, že rostoucí vzájemná závislost států, existence celosvětových problémů a budoucí potřeby všeho lidstva znemožňuje řešení těchto problémů v rámci jedné země.
2. Myslet holisticky a snažit se o hlubší porozumění vazeb ve spleti současných problémů - politických, sociálních, ekonomických, technologických, životního prostředí, psychologických a kulturních
3. Vypracovávat dlouhodobější studie, než mohou zpracovávat vlády, zaměstnané řešením každodenních problémů a vázané ohledy, které musejí brát na voliče.

V roce 1972 vydal vědeckou zprávu na zvanou **Meze růstu** a v roce 1992 zprávu **Překročení mezí**. Ta obsahuje matematické modely které předpokládají významný pokles životní úrovně spojený s vyčerpáním zdrojů a znečištěním životního prostředí mezi lety 2020 a 2060.

11 oblastí globálních problémů

1. Životní prostředí: poškození přírody dosáhlo takového stupně, že je ohrožena samotná existence lidstva. Je třeba zabránit znečišťování, které poškozuje vodu, vzduch, půdu a zdraví lidí
2. Demografie: populace se od roku 1900 ztrojnásobila, od roku 1950 zdvojnásobila. Dnes jsou různé trendy: v Evropě a Japonsku populace stárne, v Africe dochází k populační explozi.
3. Rozvojové programy: *“Za ničení přírodních zdrojů nenesou odpovědnost chudí rolníci, ale chudoba” (Geoffrey Bruce). “Na rozvojových programech mnozí vydělávají: strojírenské firmy, západní vlády a podniky, které jich využívají pro své strategické zájmy, a na druhé straně zkorumpovaní představitelé a vládní úředníci států, jimž je pomoc poskytována. Chudoba se přitom zhoršuje. Ostudou mezinárodních institucí včetně Světové banky, které utrácí ohromné částky na svůj provoz je to, že na činnost ve prospěch chudých zbývá pouze velice malý díl těchto prostředků.” (Bernard Scheider, generální sekretář Římského klubu)*
4. Hodnotový systém: proti hrozbě “střetu civilizací “ (Samuel Huntington) a posilování různých fundamentalismů a terorismu je třeba nalézt základnu ze slučitelných hodnot respektujících různé kultury a etické systémy, která umožní koexistenci všech lidí na světě ve vznikající globální společnosti.
5. Vládnutí: proč nejsou vlády schopny řešit problémy jako je nezaměstnanost, znečišťování životního prostředí, korupce, kriminalita, terorismus? Jaká by měla být role občanské společnosti v systému vládnutí? Oblasti k řešení: rostoucí komplexita problémů, vzájemná závislost států, potřeba multidisciplinárního přístupu, nedostatek vůdčích osobností a chybějící dlouhodobá vize, ale i nejistota, která je charakteristickým znakem současnosti.

Rímský klub a “vynalézání budoucnosti”

6. Práce nové technologie (roboty, počítače, telekomunikace) a globalizace umožňují revoluční snížení potřeby lidské práce. Jaká je budoucnost práce a jak rozdělit práci, která zbývá? Jak organizovat život lidí zvyklých pracovat - pro komunitu, na vzdělání, na zábavu?
7. Informační společnost: zásadní význam má komunikace a ta znamená dialog - vyjednávání bez manipulace. Pak může být nástrojem porozumění a přispět k lepšímu fungování demokracie.
8. Nové technologie: rozvoj v oblasti počítačů a telekomunikací, biotechnologií, materiálů, vesmírného výzkumu... je neuvěřitelný. Jsou velkým přínosem pro lidstvo, ale mohou mít i negativní dopady. Je třeba se zabývat jejich vlivem na politické systémy, řízení podniků, hodnotové systémy, vzdělávání ale i na individuální psychologii, chování a na společnost jako celek, čili na jejich etiku.
9. Vzdělávání: vzdělávací systémy čím dál méně vyhovují potřebám vznikající globální společnosti. Vzdělání je třeba chápat jako permanentní celoživotní proces s cílem rozvoje individuálních schopností a kreativity, schopnost přizpůsobit se změnám. Vzdělání je základním nástrojem, který otevírá cestu k efektivnímu řízení vlastního života a života ve společnosti.
10. Nová globální společnost: žijeme v komplexním a nejistém globalizujícím se světě, v informační společnosti. Musíme porozumět těmto novým skutečnostem, abychom mohli pochopit jiné kultury, jiné jazyky, jiné způsoby myšlení. “*Vynalézání budoucnosti je nejdůležitějším a nejobtížnějším vynálezem lidstva.*” (Aurelio Peccei - zakladatel Římského klubu)
11. Světový ekonomický a finanční řád: chybí odpovídající pravidla a etika a musíme si říci, jak chceme žít s globalizací, která zvýhodňuje bohaté, kteří mají přístup ke globálním zdrojům, jaký ekonomický a finanční řád vytvoříme.

Desertec

Jedním z konkrétních výstupů Římského klubu je projekt Desertec, který je považován za jednu z největších soukromých iniciativ v oblasti obnovitelných zdrojů energie vůbec. **V africké Sahaře má podle něho být umístěna olbřímí solární elektrárna, která by pokryla až 15% evropské spotřeby energie.**

Připravenost k obrovské investici v hodnotě kolem 400 mld. euro hlásí např. zhruba 20 německých společností v čele s RWE, Deutsche Banks, Siemens a další. Konkrétní smlouvy sice nebyly uzavřeny, nicméně společnosti “vyjádřili o projekt zájem”. Z celkových 400 mld. euro by 350 mld. spokla konstrukce koncentračních solárních elektráren, zbylých 50 mld. eruo by pak stálo vybudování nové rozvodné sítě, která by dovedla generovanou elektřinu do Evropy.

Odpůrci projektu argumentují např. závislostí na politicky nestabilních zemích, nicméně 13. července 2010 by se zájemci o investici měli sejít na jednání v Mnichově. Velmi kladně se k projektu staví Itálie a Španělsko, které jsou od Afriky kousek, r... a jadernou energetiku.



Kultura “Pozornosti” nebo “Třídění”

Další planetární vizi budoucnosti nabízí americký **Institute of Ethic and Emergency Technologies**. Jeho členové za klíčové slovo současné civilizace považují slovo “**Pozornost**” a pod pojmem moci vidí informace, které máme o druhých. Výraz, ke kterému bychom měli směřovat, je ale “**Třídění**”. Tedy cíleně pracovat na selekci informací, kterými je zasahovaná má “Pozornost”.

Např. Tak, že rozhoduji o druhu informací, které chci o své osobě poskytnout a stejně tak o druhu informací které dovolím, aby se ke mě dostali (např. reklamy).

Jako stavební bunky této “tříděné” civilizace vidí jakési “**Reputation networks**” (sítě dobré pověsti) z kterých a do kterých prostupují jen selektivně vybrané informace, které se ucházejí o “pozornost” jejich členů. Např. síť nebo její člen vyšlou signál: “**tato reklamní kampan je mimo můj sociální a etický kruh a nepřeji si ji být zasažen**”.

Bez tohoto třídění se v množství informací ztrácíme a ztrácíme především kontakt jeden s druhým.

Členové institutu navíc tvrdí, že každá technologie bez rozdílu má dopad ekonomický, etický, politický, kulturní a enviromentální a její rozšíření by mělo podléhat obecné diskuzi.



Geoengineering

Člen výše citované instituce, autor knihy Hacking the Earth, James Hansen přichází s třemi tezemi na záchranu planety:

Víme co nás čeká: sucho, požáry, tornáda, hlad, pandemické nemoci, monzunatické deště, 50 milionů klimatických uprchlíků, politické nepokoje...

Víme co máme udělat: např. vytváření mraků z mořské vody (zavlažování), geneticky modifikované stromy (pohlcování CO₂), ukládání uhlíku pod zem a jeho pálení, stratosferické sulfurové injekce, orbitální štíty proti slunečnímu záření...

Nemáme na to čas: proto je třeba:

1. **Transparentnost:** nedělat nic tajně, otevřeně diskutovat, sdílet vědecké výzkumy, přístup ke zdrojům musí být otevřený a musíme si uvědomovat potenciální problémy každého rozhodnutí.
2. **Zřídit mezinárodní dozorčí rady:** koordinovat záchranné koncepty mezi různými státy, žádný stát není svědek, ale má právo svého hlasu.
3. **Ekovědci bez hranic:** z exekutivní periferie je zahrnout přímo do středu rozhodovacích procesů jak v byrokracii tak v dozorčích radách.
4. **Čistý mechanismus řešení sporů:** žádný partikulární nebo osobní střet nebo procesní obstrukce nemohou zpomalovat postup, i za cenu losování musí dojít k rozhodnutí.
5. **Zákaz nestátních (neveřejných) projektů:** Bill Gates a jeho byt i charitativní aktivity vždy vedou jen k posílení jeho pozic, což může být další potenciál pro katastrofy.



Návrhy pro globální zemědělství

Mario Giampietro (Ph.D., profesor Institutu Environmentálních věd a technologií na Státní univerzitě v Barceloně), a

David Pimentel (Ph.D., Cornell Entomology University Massachuttes) předpokádají, že *udržitelná výroba potravin je možná pouze za těchto podmínek:*

1. Do zemědělství musí být zavedeny technologie šetrné k přírodě
2. Ke slovu se musí dostat obnovitelné zdroje energie
3. Pomocí zásadního zlepšení energetické efektivity se musí dosáhnout nižšího využití fosilních paliv na osobu
4. Počet obyvatel a jejich spotřeba musí být v souladu s udržením stability přírodních procesů.

Autoři těchto studií jsou optimisté a věří, že zmíněné zemědělské krize nás začnou ovlivňovat po roce 2020 a nestanou se kritické dříve, než v roce 2050. Tím však rozhodně není řečeno, že máme do roku 2020 pokračovat ve spotřebě 86 mil barelů ropy denně a plýtvat tunami “potravin z ropy”.



Každá trocha pomáhá

Je řada možností, co můžeme dělat.

Reformované zemědělství, zbavené ztrát, plýtvání a špatného hospodaření, by mohlo snížit energetické vstupy pro produkci potravin až o polovinu. Místo umělých hnojů používat např. dobytčí hnůj - který obsahuje 56x více živin, než je nyní v umělých hnojivech. Ekologické farmy jsou důkazem toho, že to funguje.

Autoři předchozích studií pak velmi nesměle špitli toto: “Velmi efektivní by bylo **možná úplně odstranit maso z našeho jídelníčku**.” Proč “možná” a “bylo by”? Prostě by to planetě Zemi velmi pomohlo. A našim dětem také. Nechceme o tom mluvit? To je jasné, stejně jako jasné proč nechceme, nicméně faktem zůstává, že vegetariánství je v situaci, kdy na této planetě hladoví 100 milionů lidí, tím nejelementárnějším vyjádřením lidského soucitu a v situaci, kdy balancujeme nad vyčerpáním planetárních zásob ropy, zemního plynu, ale především vody a půdy, také velmi rozumným. **A nic na tom není:**

Vegetariánem často, hrdě a rád

Komentář

“Masné talíře” jsou učebními programy školních jídelen a “učnovských personálek” a posléze “zaměstnaneckými výhodami” závodních kuchyní, které jsou zase agitkami volebních programů různých především levicových politických stran, které jsou často seznamy úkolů od “masoteroristických” a jiných lobbistických potravinářských skupin, které sponzorují politické strany. A ti všichni dohromady nám tvrdí, že ony “zbraně hromadného ničení v hypermarktech” jsou “zdravé jídlo.

Obraz kuchaře jako “hloupého honzy” s mastnou pusou, patří do kuchařek Magdaleny Rettigové, ale vůbec nekonvenuje se současnými nutrologickými, biologickými a lékařskými výzkumy, o kterých budeme hovořit později.

Každý at si jí co chce, každý at si o tom mluví jak chce, at si prodává nebo kupuje co chce, at se směje komu chce a jak chce, to je právo, které je zakotvené v ústavě tohoto státu. Ale vzhledem k tomu co jsme četli a ještě číst budeme, čest a sláva všem, kteří jsou si třikrát denně ochotni připomenout, že na této planetě nejsou sami.

Já jsama jsem vegetariánkou 12 let, nekouřím 14 let a alkohol nepiji 16 let a upřímně: není den, kdybych alespon na jedno z toho neměla “chuť”. Ale nemine večer, kdybych se neradovala, že jsem jí nepodlehla. Snažím se jen v sobě otevírat okna která vedou na jih, ne na sever. Motto “Nežijeme proto, abychom jedli, ale jíme proto, abychom žili.” se dědí v naší rodině už pátou generaci a nezdá se, že by kdokoli z nás strádal. Díky pevné vůli si už století udržujeme svou nezávislost a názorovou vytříbenost, ke které vedeme i naše děti.



V Británii již začali:

Je třeba vzít v potaz, že vývoj alternativy a vybudování potřebné infrastruktury si vyžádá velké investice a zaberou minimálně 10 let. Nutně dojde na úspory - vedle např. převedení dálkové dopravy na železniční přijde ke slovu především **decentralizace výroby potravin**.

17 britských měst, mezi nimi Nottingham nebo Bristol pochopilo, že ropný zlom přijde dříve nebo později a začali jednat. Jejich programem je:

1. Rekvalifikace
2. Svépomoc
3. Samozásobitelství
4. Využití vlastních zdrojů.

Věří v obnovení místních ekonomik i v pěstování vlastních potravin. Mají vlastní měnu a pozemky za intravilánem měst si rozparcelovali na zahrádky k pěstování vlastních plodin.



Český Klub ekofarmářů-zpracovatelů

Od roku 2005 u nás existuje subjekt, který se zabývá krizovým managementem pro rodiny ekofarmářů, kteří se snaží hospodařit, vyrábět a prodávat bio produkty podle zásad udržitelného rozvoje, které jsme podepsali při vstupu do EU, ale v jejichž naplnění jim je bráněno zásahy státní zprávy. Jeho program má 7 okruhů:

1. **Definice problémů týkajících se veřejných zdrojů:** např. Chyby v privatizaci zemědělské půdy, zneužívání dotací, týrání zvířat, nedostupnost práva, nerovný přístup k informacím, špatné podklady k rozhodování a především chybějící strategie udržitelného zemědělství v ČR (viz studie Lističky na vinici...)
2. **Koordinace nabídky a spotřeby :** Sledování průměrných nákupních košíků a regionální rozdělení výroby a zpracování místních produktů s přidanou hodnotou bez použití chemie a gmo osiv. Zasito či chováno může být jen to, co bude za slušnou cenu na českém trhu poctivě zpracováno a dobře prodáno. Je třeba hlídat a budovat vlastní potravinový trh - jednání s řetězci, budování vlastních obchodů, center, trhů až po prodej ze dvora musí být plynulé a bez zatěžujících byrokratických překážek, české kvalitní zemědělské produkty musí mít plynulý přístup na trh i za cenu dotování jejich ceny (do veřejného, školního, lázenského stravování...). Bio plodiny pěstovat až na půdě která zryje a bez chemie. (viz, návrhy a zápisy z jednání na MZe)
3. **Kontrola byrokracie:** každý jeden úředník státní zprávy bude kontrolován v efektivitě, produktivitě a chování zpětnou vazbou od dotčených privátních subjektů a občanů. Lobystické skupiny budou vyřazeny z rozhodovacích procesů o rozdělování veřejných dotací a grantů (například volební program ČSSD psali lidé přímo napojeni na dotace a státní peníze). Decentralizace rozhodování a finančních dotačních zdrojů - směrem od místních zemědělských agentur k MZe a ne naopak jak je tomu dnes.



Klub ekofarmářů - zpracovatelů

4. **Sledování a vyhodnocování toku dotací:** závěry šetření NKU již v roce 2005 uvedly, že v českém zemědělství dochází ke kumulování dotací vyššímu, než je přiměřený zisk. Tato situace se nezměnila - stále jsou u nás zemědělské podniky, které jsou živé prakticky jen z dotací, zatímco jídlo dovážíme z přebytků z evropských potravinových burz a na venkově platíme podpory nezaměstnaným. Dotační strop musí být maximálně 30 % obratu podniku, jinak blokuje půdu pro její původní využití, tedy k výrobě kvalitních potravin a vytváření pracovních míst.
 5. **Vzdělávání a komunikace:** všichni lidé mají právo být informováni o situaci, v které se nacházejí a to jak na úrovni státních škol, tak veřejnoprávních médií ale i privátních subjektů. A zpětně každý dobrý a užitečný nápad vzniklý na seminářích a ve školních třídách je třeba bez obstrukcí zařadit do rozvojových projektů. Děti a mladí lidé mají být vedení především k uplatnění svého individuálního potenciálu pro zachování života na zemi.
 6. **Praxe jako jediné měřítko udržitelnosti:** žádný vzdělávací, výzkumný, marketingový ani “neziskový” grant nemůže být udělen bez zpětné vazby a jasné aplikovatelnosti. Ročně takto přicházíme o desítky milionů korun, které bolestně chybí v provozech. Outsourcing MZe je neúnosný - náklady na úředníky jsou duplikovány zadáváním jejich práce nejrozličnějším dodavatelským subjektům (právním, marketingovým, výzkumným) které za státní peníze počítají či obhájí to, co stát potřebuje obhájit.
 7. **Informovanost spotřebitele:** je nutné, aby každá potravina byla označena svou “**uhlíkovou stopou**” (tedy odkud kam putuje, kolik energie ropy a zemního plynu jsme vydali za její osiva (a na jejich výrobu), hnojení (a výrbou hnojiva), setí, zavlažování, sklizení, transport, zpracování, balení, chlazení...), dále **dotačním vstupem** - tedy kolik jsme zaplatili na dotování její produkce (např. na kg bio hovězího je více než 130 Kč dotací), dále svou **spalnou a enzymatickou hodnotou** - tedy kolik energie dodá “buněčnému dýchání” našeho těla, kterému brání oxidanty v trvanlivých, devitalizovaných potravinách...
- Z urputného odmítání těchto legitimních požadavků je zřejmé, že současná česká vláda, MZe a většina zemědělství pracuje zcela proti principům přežití a udržitelného rozvoje a upozorňují tak na to, že o to více je třeba trvat na jejich přijetí.

Nobelova cenu za ekonomii za rok 2009 patřila udržitelnému zemědělství

Získala ji **Elinor Ostromová** za práci o “veřejných zdrojích” na poli výzkumu ekonomického vládnutí. Vysvětluje v ní, že ani privatizace veřejných zdrojů ani jejich kontrola státem je neochrání, že cesta je v maximální diverzifikaci moci na co největší množství nezávislých skupin lidí, kteří jsou veřejnými zdroji “napájeni”.

Ve své podstatě se jedná o systém práce jako je tato - získat si co problému (našem jídle) maximální počet informací a dospět vzájemnou dohodou k takovému chování, které bude pro všechny udržitelné. *Jak je vidět na fotografii, není žádný “klaus” na světě, který by těmto “Elinorám” ubral na jejich přesvědčení, odvaze a dobré náladě.*





KUCHAŘ JAKO BIOCHEMIK



Slunce a původní zemědělství

Původně fotosyntéza živila všechno na této planetě. Sluneční záření byl bohatý, obnovitelný zdroj. To také vytvářelo omezení v množství potravy, která mohla být vypěstována, a tím byl také omezen populační růst.

Abychom zvýšili produkci potravin, museli jsme zvětšit množství obdělávané půdy a omezit konkurenci. Dnes už je prakticky veškerá hodnotná půda na této planetě využívána pro potřeby zemědělství. Zbytek přírody je nucen živořit na místech, která člověk nechtěl. To je jeden z hlavních důvodů masového vymírání druhů a rozpadu ekosystémů.

Pro zvýšení produkce nebylo jiné cesty, než zvýšení množství energie. Lidská populace rostla tím, že si přivlastnovala stále víc a víc dostupné sluneční energie ve všech formách (uhlí, nafta a plyn). V tomto okamžiku je téměř 40% veškerých fotosyntetických procesů (přeměna světla na rostliny) na povrchu Země pod kontrolou lidí.

Procesy likvidace škůdců a průmyslová revoluce v 50-60 letech min. století, umožňující intenzivní zemědělství za pomoci mechanizace, urychlily obdělávání půdy a zvětšily velikost půdy, kterou mohl obdělávat jeden člověk. S každým zvýšením produkce potravin se lidská populace významně rozrostla.



Fotosyntéza

Z hlediska života na zemi je fotosyntéza nejdůležitější biochemický proces.

Pochopení jejího fungování je příběh, který začal psát v roce 1648 vlámský lékař van Helmont a který není uzavřen dosud. Nejkratší chemické vzorce přenosu elektronů v bílkovinových komplexech jsou minimálně na celou řádku. Velkým oříškem bylo např. zjistit původ vznikajícího kyslíku. Prostě dodnes nemáme fotosyntézu “informačně pod kontrolou”.

Pozornost základnímu systému fotosyntézy je nezbytné k pochopení funkcí **nutrologie, lidské výživy a metabolických procesů**. O to více, čím více jsme zajatci omylů o získávání životní energie z kalorií a z koncentrovaných bílkovin, organických nasycených tuků nebo tepelně upravených uhlohydrátů.

Bez fotosyntézy by biosféra planety nebyla zásobena organickými látkami. Tyto organické látky jsou nezbytné pro výživu tzv. heterotrofních organismů, mezi které patří i člověk.



Zelená kapacita planety

Z 10 na 71 kJ sluneční energie uvolní chloroplasty zelených rostlin (prostě to zelené co roste na planetě) 15×10^{11} kyslíku a fixují 20×10^{11} tun kysličníku uhličitého ze vzduchu a oceánů. Díky tomuto procesu naše planeta “dýchá”.

*(Na podobném principu “dýchají” i naše červené krvinky, jejichž červené barvivo **hemoglobin**, které dává lidské krvi schopnost přenášet kyslík, má stejnou strukturu jako chlorofyl v rostlinách. Jediný rozdíl je, že jádrem chlorofylu je hořčík, a hemoglobinu železo. Proto jsou čerstvé zelené štovíky, pampelišky, saláty, špenáty, bylinky - /hořká chuť/ tak dobré pro naši krev /kovová chuť/....)*

Fototrofní organismy (chloroplasty zelených rostlin) zachytí ročně asi 10 na 71 kJ energie a její pomocí vyrobí asi 14×10^{11} tun organické hmoty.

Velmi obecně můžeme říci, že toto je **veškerá dostupná potrava pro lidstvo planety a je třeba ji podělit mezi 6,8 mld lidí a nespočet bíložravých zvířat a ryb**. Její “kalorický” (energetický) objem na hlavu nejen že se nebude zvyšovat, bude se snižovat. Proč?



Fotosyntéza a voda, teplota, CO₂ a potraviny

Pro fotosyntézu je nutná **voda** - dodává procesu vodík, ovlivňuje růst asimilační plochy, přivádí ionty prvků, rozvádí prvky nutné k fotosyntéze...

(Proto se tolik zavlažuje, proto zemědělství spotřebovává 70% vody na planetě.

Pokud voda chybí, fotosyntetické - tedy i produkční - procesy probíhají jen z 5 - 25%.)

Snížení množství vody vede navíc k uzavírání průduchů a tím k menšímu příjmu kyslíčnicku uhličitého - tedy hrozící nedostatek vody může "dusit" celou planetu

Teplota - zvýšení teploty o 10 stupňů urychlí průběh reakcí 2-3 krát.

(Proto používají foliovníky dokonce i ve Španělsku, kde je přes poledne ve stínu 36 stupňů pak ve skleníku je 50. Teplota nad 37 stupňů však ničí enzymy - i proto rychlené a "uvařené" a navíc podtržené pomeranče, broskve, rajčata... doma na míse nedozrají, ale scvrknou se.)

Kyslíčnick uhličitý je další vstup pro proces fotosyntézy nutný. Ale jen v určitém rozsahu. Jeho koncentrace ve vzduchu kolísá mezi 0,02 - 0,03%. Fotosyntéza začíná na koncentraci 0,008 - 0,010%. **Zvyšování za hranici 2-5% CO₂ ve vzduchu fotosyntéza ustane.**

(My sami vydechujeme kyslíčnick uhličitý, protože základem většiny aminokyselin (stavebních prvků proteinů a tedy i naší výživy) je uhlík - stejně tak jako základ celé planety. 14% kyslíčnicku uhličitého ve vzduchu, už by však pro nás bylo smrtelných.)



Intenzita a spektrum světla

Stejně tak je pro fotosyntézu důležitá **intenzita (síla) světla**.

(Ta je důležitá i pro nás - deprese v "tmavých" skandinávských zemích se léčí silným elektrickým světlem.)

Vliv na fotosyntézu má však i **spektrum (kvalita) světla**. Ideální je v rozmezí 380-760 nm. Přejdem od červených k fialovým paprskům se kvantový zisk snižuje.

*(Ovšem tato ztráta je kompenzována **doprovodnými pigmenty** a ty jsou pro lidské tělo velmi zajímavé - např. rudé barvivo antokyan obsažené v červené řepě, má protirakovinové účinky.)*

*(Fialová (jemnější, "vyšší") frekvence, je pro velkopěstitele nezajímavá, mají ji rádi **šedomilné** rostliny a ty rostou déle. Také proto ubývá diverzita (pestrost plodin), protože se pěstují ty "rychlé", **světlomilné**.)*

Prostě intenzita světla je pro začátek fotosyntézy u různých rostlin různá. Některým stačí již intenzita petrolejové lampy, např. řasy (Algae) fotosyntetizují v hloubce vody, kde má záření intenzitu měsíčního světla, **lilek roste v noci...**

Pamatujme si, že dělíme rostliny na stínomilné, které využívají modrofialové světlo a světlomilné, s vysokým požadavkem na intenzitu světla červeného, a že my máme radši fialové - nepřesvícené. Protože:



Přesvícení a oxidanty

Při vysoké intenzitě světla (přesvícení) vzniká během fotosyntézy velké množství kyslíkových radikálů - oxidantů. V tom případě mají rostliny schopnost zastavit celý systém fotosyntézy. Rostliny tedy raději obětují bílkovinu a na čas zastaví svůj růst, aby zabránili vzniku ničivých oxidantů. Člověk se tak bohužel nechová. A “bohužel” platí pro něho samotného.

(Na úrovni lidského těla vznikají oxidanty také z “přesvícení”: z přejedení a “přeubavení” - prostě když tělu poskytneme více informačních, emocionálních nebo kalorických podnětů, než je schopné beze zbytku strávit a znovu zdravě vyhladovět. To platí na všech úrovních.)

Díky zmenšování plochy zemědělské půdy kvůli komunikacím a výstavbě, díky rostoucí populaci, díky znehodnocování půdy a jejímu vyčerpání chemickými hnojivy, díky ubývající a zahnívající vodě, díky nízké kvalitě a energii rostlin, které zpětně nevytvářejí kvalitní půdu a díky ropnému zlomu je naše planeta stále unavenější, “hůře dýchá” a hrozí reálné riziko že ten, kdo se nenaučí žít z menšího příjmu kcal denně, se do budoucna vystavuje nebezpečí většímu, než si je ochotný připustit.

Den života? Možná za 1000 kcal

Pro mnohé z nás se to zdá být představa života o 1000 kcal stejně strašná, jako strávit život s jediným partnerem. Vědecké výzkumy však ukázaly, že obojí je možné. Ovšem pouze za předpokladu, že oněch 1000 kcal, stejně jako ten jeden parták, musí být kvalitní, vitální a mrštní. V našem případě organické rostliny vyrostlé z kvalitní organické půdy, které nesmí být technologicky ani tepelně upravené.

Již v roce 1950 byly dr. M. Kuratsuneou prováděny pokusy se stravou japonských válečných zajatců, která obsahovala 30 g proteinů, 180 g sacharidů, 8 gramů tuků a počet kalorií na 70 kg hmotnosti na den bylo celkem 760. Za předpokladu, že tato strava byla vařená, ničily vězně otoky, nedostatek vitamínů a zhroucení. Pokud byla syrová, přežívali v pohodě.

Tisíce stejných pokusů byly učiněny na zvířatech. V Indii sir Robert McCarrison krmil opice jejich obvyklou stravou, ale uvařil ji. U všech se vyskytla kolitida (zánět tlustého střeva) a když uhynuli (často předčasně) gastrické a intestinální vředy.

Ve Švýcarsku morčata krmená vařenou stravou trpěla kurdějemi, strumou, zubními kazy, anemií, a pokud se přidalo mléko i artritidou. O tomto fenomenu se dočteme v dalších kapitolách podrobně.



23 gramů bílkovin denně

Snižování denního přísunu kalorií není žádné náboženství nebo věrouka, to není ani “vegetariánství” ani “ekologie” ani spásitelský komplex nebo teze o konci světa, to jsou prostě zákonitosti fungování biochemických procesů fotosyntézy, metabolismu živých organismů, chování sociálních skupin, energetických zákonů, průmyslových, stavebních, dopravních a zemědělských technologií, screening fosilních planetárních zdrojů, základní ekonomické modely, marketing a sociální aritmetika velkých čísel.

Kdo už má teď hlad ať si připomene, že lidské tělo denně ztratí se svou močí, výkaly, vlasy, nehty, olupováním kůže a potem cca 23 g bílkovin (“cihel” těla). Aby je doplnilo (my nerosteme jen obnovujeme) potřebuje **3/4 kg bílkovin za měsíc**. Oficiální doporučované denní množství je cca 56 g, což je dvojnásobek skutečně potřebného množství. Většina lidí však jí tuto dávku v každém jídle. Pokud má však sklenička čtvrt litru a nalijeme do ní půl, vše co přebývá přeteče. Přemýšlejme o tom.

Jídlo a občanská společnost

1. Kuchař jako volič: *kupní síla a zemědělská politika, dotace a spotřebitel*
2. Kuchař jako ekolog: *ekozemědělci neznamena bioproducenti*
3. Kuchař jako danový poplatník: *konkrétní příklady produkce zdravých potravin*



KUCHAŘ JAKO VOLIČ

Paradoxy světové potravinové produkce

Přestože vyspělá zemědělská lobby brání svou spotřebu veřejných zdrojů a dotací tím, že brzy bude nutné nakrmit na planetě 9 mld lidí, ve skutečnosti **1,5 mld lidí stále pracuje v zemědělství pouhýma holýma rukama**, což je více než součet obyvatel vyspělých zemí. Pod hranicí chudoby žije 100 milionů lidí, tedy hladoví. Jak bylo řečeno výše ústy Římského klubu, k těmto lidem se prostředky rozvojových fondů ani dotované potraviny nedostanou.

Současné mechanizované, technologizované a chemické zemědělství vede k **nadprodukcí nekvalitních potravin pro které není odbyt**, k **snižování produkce kvalitních potravin a jejich sortimentu**, k úbytku tradičních odrůd zemědělských plodin, vede k vylidňování a nezaměstnanosti venkova, a především k masivní destrukci přírodních a veřejných planetárních zdrojů.

Jen v USA se na nákup mléčných produktů vydá za hodinu 342 tisíc dolarů subvencí a přesto tyto **mléčné produkty z velké části nikdy nebudou snědeny**. Jenom částka za skladování přebytků, které nenajdou nikdy odbytiště, činí v USA ročně 47 milionů dolarů (*Harvey Diamond*)

Současné **zemědělství spotřebovává 17% zásob ropy a zemního plynu**, V ČR zemědělství spotřebuje 560 milionů litrů nafty ročně.

70% planetárních zdrojů vody je spotřebováno v zemědělství. Na výrobu jednoho kilogramu hovězího potřebujeme až 13 tisíc litrů vody.



Není vám to milé? Nám také ne.

Zemědělské dotace dnes z velké míry končí v rukou hrstky velkých hráčů, kteří za ně nakupují GMO osiva a agrochemii. Hlavní zemědělské produkty jako je řepka a obilí ve velké míře slouží jako biopalivo nebo se pod cenou prodávají, aby se mohly za dotace nakoupit nová osiva, chemie a stroje. Takovýmto zemědělstvím si ničíme vlastní zdroje, vlastní rozpočet, vlastní potraviny a vlastní zdraví.

Sedláci si stěžují, že jsou často na svých polích jen loutkami svých dodavatelů a úředníků a nerozhodují o tom, co zasijí a komu a jak a za kolik to prodají, jejich jména jsou zneužívána pod petice za vyšší “evropské” dotace, které jsou ve skutečnosti jen redistribucí našich vlastních daní na kvalitní potraviny.

Odbyt: Státní pobídky pro výstavbu zahraničních obchodních řetězců z České republiky udělaly odbytiště přebytků z potravinových burz ze Španělsku a Holandska. Stáváme se odpadkovým košem Evropy a původní venkovské obyvatelství levnou námezdní silou pro montovny aut a televizí.

Ekonomická politika: Politika podpory exportu zastírá fakt, že máme 80% HDP jako země původní E15, ale jen 30% platy. Máme nejnižší díl HDP ze všech členských států Unie. Makedonci, Chorvati, Řekové i Rumuni jsou daleko před našimi 47%, které našim domácnostem zbydou na spotřebu. S touto nízkou kupní silou nedokážeme nastartovat domácí spotřebu a čelit krizi, ale ani si objednat v restauraci kvalitní české jídlo. Kde tento začarovaný kruh začal?

MZe: Chemie, velkoholdingy a dotace

Než se dostaneme k tomu, jaký je výkon českého zemědělství, jak vypadá náš spotřebitelský košík a jaké jsou příběhy některých našich zdravých potravin, podívejme se na příčiny:

Transformační zemědělský proces zahájený v 90 letech byl pro mnoho obcí a venkovských zemědělských rodin novými padesátými lety. Přímo pod nosem jim **státní půdu** kupovaly **městské subjekty**, často za peníze neznámého původu.

Vedle tohoto divokého prodeje státní (především bývalé sudetské) půdy se podobným způsobem privatizovala **bývalá velkodružstva a kolchozy**. Ty se uvěřitelnými či méně uvěřitelnými právními kličkami dosud nevypořádaly s původními vlastníky a hospodaří tak, jak uvidíme v grafech na další stránce (více sdružení českých restituentů půdy SOS).

Ke své půdě a majetku se v privatizaci prakticky dostala jen šlechta, která měla peníze na milionové soudní průtahy, konexe ve Strasburgu a znala cizí jazyky nutné ke studiu mezinárodního vlastnického práva.

Česká zemědělská půda tak ve velké míře není v rukou a vůli těch, kteří na ní pracují, a často ti, kteří ji vlastní, nerozhodují o tom, jak s ní budou nakládat. Stala se prostě kohoutkem k evropským dotacím.



Rodinné farmy vlastní 7% české zemědělské půdy

V tomto světle je fakt, že spotřeba dotací těchto zemědělských subjektů převyšuje jejich produkci a odbyt, to nejlepší co nás mohlo potkat, protože tato produkce bud zatěžuje přírodu nebo emoční a morální prostředí na venkově.

Rodinné farmy, kde je možné nakoupit kvalitní potraviny, obhospodařují cca 7% zemědělské půdy v ČR. To je evropsky zcela ojedinělý jev (více v kapitole ekozemědělství). Jejich podmínky k podnikání jsou nesrovnatelně horší než v EU a jejich podpora je minimální a tržní konkurenci jim tvoří dotacemi nacucané holdingy. Vaše základní otázka na každé farmě necht zní: jaký podíl dotací na vašem obratu mají zemědělské dotace? U rodinných farem zjistíte, že to je 20-30%, u velkých zcela naopak 70 až 80%.

A to je jednou větou česká zemědělská politika. MZe bez ohledu na to, zda na něm sedí ministr za ODS, ČSSD nebo KDU-ČSL, se stejně jako celá česká vláda věnuje výhradně procesním (tedy byrokratickým) úkonům a podporuje ultimata lobbistů, které mají 3 pilíře: **spotřeba chemie a osiv, ochrana velkých hráčů a vyšší dotace.** (více na: www.Listicky.estranky.cz, a www.Asociace soukromých zemědělců).

Paradoxy české zemědělské produkce

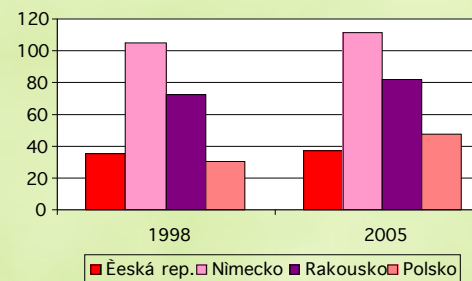
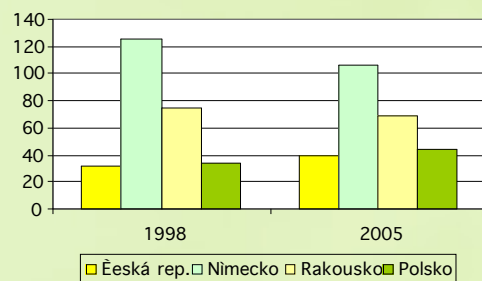
Ve srovnání s EU 27 je naše zemědělská produkce z hektaru poloviční.

1. Rostlinná produkce: ČR: 39,4 tis Euro ze 100 ha. EU 27: 88, 2 tis Euro ze 100 ha.
2. Živočišná produkce: ČR: 37,6 tis Euro ze 100 ha. EU 27: 70 tis. Euro ze 100 ha (údaje z roku 2007, Eurostat).

Tržby versus dotace: Celkové tržby v rostlinné výrobě: 66,5 mld. V živočišné: 50 mld. Na těchto celkem 116,5 mld tržeb “padlo” v roce 2007 41 miliard dotací. (V roce 2009 již 43 mld protože každý rok trochu “dotahujeme” na dotace v EU).

V zemědělství dnes pracuje sto tisíc lidí, dotovaných 430 tisíci korunami na hlavu. Ovšem jak na kterou. U “rančérů” je to 1,5 milionu na hlavu, u zpracovatelů potravin to není ani 100 tisíc. Nejméně v zemědělství vydělávají tí, kteří v něm skutečně pracují.

Neslabší je produkce ČR i ve srovnání se sousedy: Graf 1 rostlinná a Graf 2 živočišná produkce. (2007 Eurostat)



Zpracování potravin v ČR? Ne čisté.

Toto je jedna z typických novinových zpráv z prostředí českých zpracovatelských potravinářských firem:

Firma Penta chce koupit uzeniny značky Schneider - největší závod na výrobu uzenin v Čechách. (např. Masokombinát Plzeň). Spolu s ním chce vytvořit silný středoevropský masný holding. Penta do masa poprvé investovala před třemi lety (2007), když získala skupinu Carnibona, která je jedničkou na Slovensku a dvojkou v Maďarsku. Dnes pod ni patří i slavný výrobce uzenin v maďarském Debrecínu. Horší je to s informacemi o firmě Schneider.

Poslední oficiálně dohledatelný majitel firmy Schneider Group byl v roce 2004 podnikatel Petr Šikloš. Ten je také například v dozorčí radě Plzeňského golf parku, a jeho jméno se minulý rok skonovalo hlavně v souvislosti s “toskánskou aférou”. Šikloš by na snímcích, které mimo jiné ukazovaly na setkání premiéra Mirka Topolánka se šéfem ČEZ Martinem Romanem, který dříve vedl Škodu Plzeň a se Šiklošem se dobře znají. (srov. MFD 17.2.10)

Tyto fúze “xaverovů s masokombináty”, “madet s olmami”, “olmy s kosteleckými uzeninami”, za nimiž stojí fúze nadotovaných “agrofertů s agrodaty”, a pod nimiž jsou podepsána stále táž jména, která najdeme podepsaná i pod programy politických stran, (např. pan Toman pod Oranžovou knihou zemědělství ČSSD) a před kterými uhýbá i antimonopolní úřad, máme každý den k obědu a k večeři. Pokud nedáme přednost alespon trochu čistější stravě.



KUCHAŘ JAKO EKOLOG

Všichni jsme ekologové

Nikdo asi neznáme člověka (nebo firmu či rodinu), který by si o sobě nemysleli, že jsou ekolog. Zařadí místo barevného jogurtu bílý, pořídí si domů úsporné žárovky, koupí dětemkoně..

Ekologie je trend a je dobré se cítit být v něm. Pokud se nemluví o těch “ošklivých věcech” a zůstaneme u jogurtu, koníčků a žárovek, tak proč ne. Touto konformitou, pohodlností a snobstvím, se však mezi ekology infiltrovali ti největší pokrytci na světě.

Nekorunovanému kolumbijskému smaragdovému králi Victorovi Carranzovi se v Kolumbii přezdívá Pan Čistý. Jeho speciální skupina 15-17 letých mladíků byla pravá eskadrona smrti. Převlečení za prodavače mléka se dostali až do centra konkurenčního narkokartelu a “čistili to tam”. Po vyhrané “zelené válce” však svou eskadronu nerozpustil, naopak ji poslal vraždit a rozsévat hrůzu do oblastí východně od Boyacá, kam rozšiřuje svou moc. Nyní buduje síť ekologických farem a ekoturistických hotelů s názvem Victor Carranza.

I my u nás máme svoje Victory Carranzы, kteří stejně jako v Kolumbii vybudovali svá ekonomická impéria dravou bezskrupulozností a ovlivňováním svědků a kteří jsou kryty kontakty se zkorumpovanými

politiky, úředníky a soudci.



Paradoxy českého ekozemědělství

Ve slovníku Wikipedie pod heslem ekologické zemědělství najdeme definici, že je to zemědělství, které produkuje kvalitní a hodnotné potraviny. Je uzavřeným okruhem: farma je nezávislá na vnějších dodávkách a vypěstuje si dostatek krmiva pro svá zvířata, kterým zajišťuje nadstandartní péči a tím vším dohromady zajišťuje i větší zaměstnanost na venkově. V českém ekologickém zemědělství nic takového neplatí.

Důsledkem odsunu Němců, nepodařeného dosídlení venkova a násilné kolektivizace, se většina pohraniční zemědělské půdy dostala do státních rukou a prostřednictvím Pozemkových fondů byla v “dražbách” rozprodána, téměř z poloviny městským spekulatnům s ekodotacemi.

Ti na dražby přijížděli ve skupinách, každý ve svém jeepu, oblečení do černých kožených bund s kapsami nabitými státními penězi a vyděšeným venkovanům předváděli své právo “první noci”.

Podstrčené směnky a dlužní úpisy, udavačské dopisy, výpovědi matek, které se “před nimi” se svými dětmi skrývaly v lesích, fotografie a reportáže o stovcích kusech utýraného dobytka, to všechno má Mze a její servisní složky ukryto hluboko ve svých bezedných šuplících pod názvem “Program rozvoje českého venkova”



Zákony si děláme sami

Hned jak skupina půdu “vydražila” okamžitě ji přihlásila do systému ekologického zemědělství a **za vložených 50 tisíc korun za hektar**, (které státu splácejí 20 let), začali inkasovat **12 tisíc dotací ročně**. Za to mají povinnost pěstovat na 5 hektarech jednu krávu.

Protože to nejsou mléčné krávy, nepotřebují stodoly ani chlévy, běhají divoce po lesích a napadají místní lidi a jejich standartně chovaná hospodářská zvířata.

Místní obyvatelé vesnic jsou touto situací zužováni již od konce devadeských let, od vstupu do EU, starostové rozesílají fotografie a stížnosti na všechny státní instituce, ty však vždy pozmění nařízení tak, aby “**nedošlo k porušení zákona**”.



Čím méně budete pracovat, tím více dotací dostanete

Naše podmínky jsou nastaveny tak, že tzv. rančeři pobírají dotace za to, že “nesmějí” chovat více než 1 krávu na pěti hektarech půdy. **Za pět hektarů s jednou krávou až 60 tisíc ročně.** Za deset krav půl milionu. Ty největší ekologické holdingy za pětiletou smlouvu se státem inkasují více než půl miliardy korun. To je více než ve Francii.

Jejich majitelé v obcích nežijí a o zvířata se nestarají, I proto, že se většinou napůl divokých krav, o které se nikdo nestará, bojí.

Maso z těchto holdingů se prodává do konvenčních obchodů nebo do zahraničí, protože český spotřebitel na bio bifteky nemá peníze nebo ví, že červené maso lidskému organismu neprospívá. Jiné bio komodity naopak na českém trhu chybí a přicházejí k nám ze zahraničí v trvanlivé podobě.



Podle hektarů jedničky, podle produkce nuly

ČR registruje a dotuje z celkového objemu zemědělské půdy 8% půdy jako ekologické. To je druhý největší ekovýměr v EU, hned za Rakouskem s 11%. Pro srovnání Maďarsko 2%, Polsko 1,5% celoevropský průměr je 3,7% podílu ekologické půdy v rámci celého zemědělství.

Zatímco však v Rakousku je průměrná velikost farmy 17 hektarů, u nás je to 305 ha a běžně jeden holding vlastní 15 tisíc i více hektarů zemědělské ekopůdy.

Zatímco v Rakousku je 1017 farem, na kterých můžete koupit bioprodukt, u nás je to 104 farem, ale i toto číslo je toliko administrativní, ve skutečnosti je jich maximálně 55.* (zdroj ing. Martin Leibl MZe) [U nás se totiž dotuje ne za práci, ale za hektar.](#)

V kumulovaných číslech je proto naše bioprodukce ve srovnání s evropskou ani ne desetiprocentní. (V mléčných faremních biovýrobcích jsou to promile).



Zemědělská politika nesleduje potravinový trh

85 % českých ekofarmářů a jejich hlavním produktem je seno. Podíl dotací na jejich obratu je 70- 80%.

Průměrná ekologická evropská farma, která zaměstná tatku, mamku a užívá děti a o sezoně dva brigádníky, má v přepočtu na produkci, prodej, zisk a zaměstnanost 20-30% dotací.

Pět let žádáme Ministerstvo o přešetření této situace, s každým novým ministrem posíláme nové podněty o audit dotací do zemědělství, odpověď je vždy stejná - ticho.

Přitom již v roce 2005 NKU přinesl závěr, že v ekologickém zemědělství se ve velkých podnicích díky stávající dotační politice kumuluje zisk, který "je vyšší než průměrný". Od té doby se dotace zdvojnásobily.



80% půdy na 8% poptávky 1% půdy na také 8% poptávky

Až budeme sledovat nákupní košík uvidíme, že maso má na obratu čerstvého zboží podíl 8%. U nás však dotujeme 85% ekopůdy na produkci masa.

Naopak zelenina má v oddělení čerstvého zboží také obrat 8%, ale dotujeme jen 1% půdy na její pěstování.

Až se budeme procházet Makrem či Billou nebo Aholdem, uvidíte, že prakticky všechna bio zelenina se k nám s výjimkou cibule, dováží, včetně brambor z Slovenska. Za tuto zeleninu platíme dvoj až trojnásobek toho, co chtějí čeští farmáři.

Připomente si v tu chvíli, že máme největší výměr eko půdy z nových států EU (340 tisíc hektarů) a dotujeme ji více než 1,6 miliardou korun ročně.



Máme nejméně a platíme nejvíce

Máme prakticky nejdražší potraviny na světě. A s touto politikou navíc kupujeme ty nejméně kvalitní v Evropě.

V zemích EU, v kterých se v zemědělství produkují potraviny, jsou levné. My potraviny nevyrábíme, dotujeme hektary a na nich seno. Na kilo potravin pak zaplatíme desetkrát více dotací, než ostatní. V obchodech však platíme cenu, jako bychom je nedotovali. Nebo kupujeme zahraniční.

To, že jsou to dotace z Evropy je iluze. Jsou to naše peníze a daně, které odvádíme do společné kasy EU, a pak si je znovu rozdělujeme podle toho, jak si sami určíme nebo vyjednáme. Posudte sami.

Dánsko které je rozlohou menší než my, má 4,95% ekologické půdy. My máme 8%. Dánsko z této půdy má 80% orné - tedy pěstuje na ní ovoce, zeleninu, obilí. My máme z eko půdy 80% pastvin. To je v pořádku, protože jsou to převážně podhorské - pastevní oblasti. Ale: přesto chová Dánsko 123 tisíc kusů skotu a my na trojnásobně velké rozloze polovinu, 67 tisíc kusů skotu.

Dotace dánského farmáře jsou 100%, naše jsou v roce 2010 95% dánského (evropského). Každý rok dorovnáваме a v roce 2013 budeme mít všichni stejně.

Přepočteno na hlavu, zvíře, kilo masa, má český zemědělec více zemědělských dotací než dánský. Je to divné, že o takovýto audit není zájem? (zdroj: Eurostat *Farm Structures Surveys; Statistics in focus*, 2007, č. 69, 7 s.)



Boj o půdu nebyl bojem o evropskou kvalitu potravin, ale o evropské dotace

Zemědělské dotace jsou určeny k tomu, aby na venkově a na farmách udržely obyvatele a zaměstnanost, aby sloužily zvířatům a krajině a aby se neakcelerovala masová produkce, ale výroba kvalitních čerstvých potravin a zajistil se slušný život farmářům a jejich rodinám. My jsme si tuto politiku vysvětlili jinak. České ekologické zemědělství je tak kolosální dotační rošádou, z kterého spotřebitel zdravé jídlo rozhodně nemá. Čísla jsou jasná:

V ČR je v současné době více než 360 000 hektarech půdy.

Zaregistrováno a dotováno 2000 je ekologických farem. Jen na několika desítkách z nich se najíte.

Z těchto 360 tisíc ekohektarů je totiž jen jeden hektar pro zelí, půl hektaru pro okurky, a půl hektaru pro račjata. V roce 2007 jsme na ekopůdě vypěstovali celkem 1 tunu biopaprik, 210 kg bio fazolí, 740 kg biokapusty, což že spotřeba pro jednu vegetariánskou rodinu.



KUCHAŘ JAKO DANOVÝ POPLATNÍK



Dotace k nám a jídlo také

Více než 65 procent spotřebovaných bio potravin je z dovozu a na každém balíčku bio mrkve nebo jablek v HM najdete jako zemi původu Itálii nebo Bolívii. Získat český čerstvý faremní bio produkt je stejně složité jako v dobách, kdy se vozila miso pasta z Dráždan.

Spolu s pobídkami pro hypermarkety na český trh vstoupili zahraniční obchodníci s “bio”: **z Německa, Rakouska a Itálie**. Jejich heslem je: levné, mražené, chlazené, potržené, trvanlivé, celoroční a zdaleka. Nabízejí směsi na špaldový chléb, pesta, sušená rajčata, sýry, uzeniny, vína.... **o třetinu až polovinu levněji než je naše**.

Cena těchto “zdravých” biopotravin, kterým je z nutričního hlediska lépe se vyhnout, **se rovná ceně konvenčních potravin**. Například směs na špaldový chléb stojí 36 korun za 500g zatímco kilo české špaldy z Křišnova dvora stojí 62 korun a její cena zdaleka nekryje náklady a dřinu za její pěstování, o nějakém zisku nemluvě. Proč to tak je?



Bio je jídlo s příběhem

Příběh bio vajec: Dotovaná bio produkce EU naráží na českou dotovanou půdu. Těm několika českým faremním bioproducentům vytvořila takovou cenovou konkurenci, že se přes ni nedostanou na trh. Bio vejce od pana Kýra tak nemohou konkurovat dotovaným bio vejcím z Německa. Na pultě však platíme cenu za německá vejce jako od pana Kýra. Rozdíl je v “nákupce”, ne v “prodejce”. (pavelkyr@seznam.cz)

Příběh bio uheráku: špatná dotační politika, špatná podpora podnikání v ČR obecně, potravinářská a zemědělská lobby a tato zahraniční dotovaná konkurence je kombinací, která v této chvíli pohřbívá náš první a nejlepší bio uzenářský produkt, bio uzeninu roku: Pan Sklenář ze Sasova od Jihlavy nedostal jako farmář chovající bio bagouny od banky úvěr na zpracovnu s poukazem na to, že vedle něj už jsou (dnes Babišovy) Kostelecké uzeniny.

Předal tedy recepturu I maso jim, že mu ho budou na zakázku vyrábět. Ti do jeho receptu přidali atlantskou mořskou sůl a uherák zdražili o 30 procent na 145 korun za kus. Pak jej trochu zmenšili a za sto korunu ho prodávají do Makra. Pan Sklenář ho však svým klientům ze zdravých výživ stále dodává v původní velikosti za zdraženou cenu. Kdo nevidí oba uheráky vedle sebe, rozdíl nepozná a řekne panu Sklenářovi (nebo obchodníkovi ze zdravé výživy) že je zloděj.

Letos když konečně zaúvěroval a schválil svá vlastní bio jatka (30 mil korun) a musí splácet úvěr, od něj “Kostelec” jako jediný zpracovatel v kraji odebírá 2 kusy vepřů týdně. ...nekoncepční dotační systém tak funguje tak, že platíme mnohdy desítky let farmu, která nakonec díky byrokratickým chybám může zkrachovat a o dotace přijdeme všichni. (josef.sklenar@volny.cz)

Závisíme na nich

Příběh bio vína: k zvýhodněnému získání dotací na zpracovnu vína stačí podle nových předpisů koupit 5 litrů bio vína a opatřit je svou etiketou. Farma Abrlových, která je bio vínu závislá, u nás s ním nás začala a ve víně tvoří její jediný sortiment, tak získala konkurenci od konvenčních moravských vinařů, kteří do sítě pustili bio víno jako nezajímavý vedlejší produkt své konvenční nabídky vín. Když Abrlovi na bio festivalu v Norimbergu narazili na vinaře sousedy, kteří prodávali své bio víno z doby, kdy byli ještě v přechodném období a značku bio nesměli používat, odpověli jim, že tam to stejně nikoho nezajímá. (josef.abrle@tiscali.cz)

Příklad bio sýru: paní ing. Králová z ekofarmy Bochov u Karlových Varů získala cenu bio sýr roku. Spočítala si však, že nebude svou mlékárnu certifikovat, protože by musela vyhovět nárokům hygieny a ty by její kilogram sýra zatížily 200 korunami fixních nákladů za technologie, které v okolních státech EU farmáři mít nemusejí. Její sýr by tak byl na trhu neprodejný. (chkz@centrum.cz)

Toto jsou příklady které ukazují, že české farmy nedosáhnou onoho bodu zvratu, od kterého začíná bio mít pro spotřebitele zajímavou cenu a nedokáží se ani uživit, ani uživit nás. **A to přes 325 mld dotací do zemědělství v posledních 9 letech** (jen v roce 2009 to bylo 43 miliard a dotace z EU budou do roku 2012 stále růst). A jak jsme viděli na začátku, produkce a kvalita potravin stejně jako počet zemědělců stále klesá.

A přesto čerstvou zdravou místní faremní produkci potřebujeme. Jako lidé jsme na ni dokonce závislí. Závisí na ni naše zdraví, naše vitalita, naše nálada, naše síla, naše produktivita, naše myšlení I náš zisk.

III. Obchod a marketing

1. Kuchař jako obchodník: *jak chápat politiku světové burzy potravin, cenu potravin a jejich hodnotu*

2. Kuchař jako analytik: *nákupní košíky v řetězcích a veřejném stravování*

3. Kuchař jako reklamní agentura: *základní formy komunikace a PR tipy*

4. Kuchař jako jedlík: *spouštěče, příčiny a důsledky přejídání*



KUCHAŘ JAKO EVROPAN

Hlavní producenti potravin

Francie je rozlohou největší zemí Západní Evropy. Tradičně její zemědělství, lesnictví a rybolov - ve srovnání s EU - tvoří dominantní podíl HDP (5,5%, u nás 2,8% . Nejvyšší podíl na HDP mají služby (68,5%) do kterých patří i restaurace a hotely. HDP - počítáno na hlavu - je jedno z nejvyšších v Evropě: 30 tisíc Euro proti 12 400 v ČR.

Francie je šestým největším světovým zemědělským producentem a druhým světovým vývozcem za USA. (70% exportu končí u jiného člena EU). V rámci EU je Francie nejhlasitějším bojovníkem za zemědělské dotace. Na jejím příkladu jsou znát největší rozpory současné zemědělské produkce.

Ještě do roku 1974 žila polovina obyvatel Francie na venkově a jedna třetina pracovala ve zemědělství. Průměrná velikost statku byla 28 hektarů. Dnes na francouzském venkově žije pětina obyvatel a v zemědělství pracuje 7% lidí. Polovině farmářů z jednoho milionu francouzských statků je více než 50 let a nemají komu svůj statek předat.

Kumulováním zemědělské půdy, rozšiřováním statků, mechanizací zemědělské práce dnes 3% obyvatel Francie - to je 11 milionů lidí - vyrobí máslo pro 5 miliard obyvatel planety. Francie vyrábí 400 druhů sýra a pokryje čtvrtinu světové produkce vína.

Dánsko má 5 milionů obyvatel a vyrobí mléka pro dvacet milionů. V USA pracuje v zemědělství už jen 3 miliony lidí a vyrobí tolik obilí, že mohou nakrmit 2 mld lidí.

Známe cenu všeho, ale hodnotu ničeho

Výsledkem je zmatek, kdy **ceny potravin neodpovídají lidským, energetickým, ekologickým, zpracovatelským, dopravním ani obchodním vstupům, navíc je jejich dumpingová cena dotovaná.** Díky tomu dnes produkty jako “levná”, čti dotovaná, kuřata z Francie konkurují “drahé” produkci v Africe. Nový Zéland bez dotací vyrobí litr mléka za třetinovou cenu evropského, ale na evropský dotovaný trh jej nedostane.

Spousta potravin se navíc přímo vyhodí nebo zničí. Jen americký mléčný průmysl je ročně dotován částku ne menší než 3 mld dolarů. Na jeho odbyt se vydá 342 tisíc dolarů za hodinu. Z velké části nebudou ty mléčné výrobky nikdy snědeny. **Jenom částka za skladování mléčných přebytků činí v USA 47 milionů dolarů ročně.** (Harvey Diamond)

Naše MZe platí 50 milionů ročně na akci “mléko do škol”, což je vzledem k tomu, co je obecně známo o výživových hodnotách mléka, politická i rozpočtová chyba první třídy.

Potravinové burzy jsou džungle, v kterých Rakousko k nám načerno vyváží litr vína za 6 korun a náklady kryje z vývozní příirážky. My prodáváme do Německa litr mléka za 6 korun a pak jej zpátky v lahvi kupujeme za 15. Ceny potravin nejsou kryty jejich hodnotou a naopak.

Ve chvíli, kdy planetě docházejí fosilní zdroje a na druhé straně 100 milionů lidí hladoví, je dotování zemědělství velkým otazníkem, protože za potraviny vposledku stejně platíme nedotované ceny zatímco zemědělství vyrábí dotovanou nadprodukcí surovin, pro kterou není odbyt.



KUCHAŘ OBCHODNÍKEM



Jak a za co utrácíme

Každé jednotlivé oddělení hyper nebo supermarketu získává největší rotaci peněz (a v kumulovaných číslech největší objem peněz) na nejlevnějších položkách.

Obchodní dům Máj (dnes My) na Národní třídě měl mnohem větší obrat než HM na Smíchově a tento obrat se skládal z průměrné útraty pod 50 Kč.

Jinými slovy klient má jen určitý budget, s kterým musí vystačit celý měsíc (rok) a který utrácí plynule. S naším 30% příjmem ve srovnání s E15 nemůžeme očekávat, že česká rodina bude utrácet každý víkend za oběd ve slušné restauraci 2000 korun.

Podívejme se jak se chová “volném” trhu:

Za co utrácíme - spotřeba za 7 dní



Spotřeba rodiny za 7 dní



Za co utrácíme



Rodiny z rozvinutých států jedí nejméně zdravě - utrácí převážně za sladké nápoje, pečivou z bílé mouky, mléčné produkty a uzeniny. Paradoxně čím jsou rodiny chudší, tím jedí zdravěji.

V USA už jedna čtvrtina mladých lidí pro obezitu nemůže být přijata do armády, vojáci nemohou být povýšeni, protože pro svou tloušťku nezvládnou ani základní fyzická povinná cvičení.

V EU trpí nadváhou 22 procent dětí, 5 milionů z nich je obézní.

V ČR je 16 procent dětí obézních.

Podívejme se z čeho. Každých 50 centů z Eura utratíme v řetezcích.

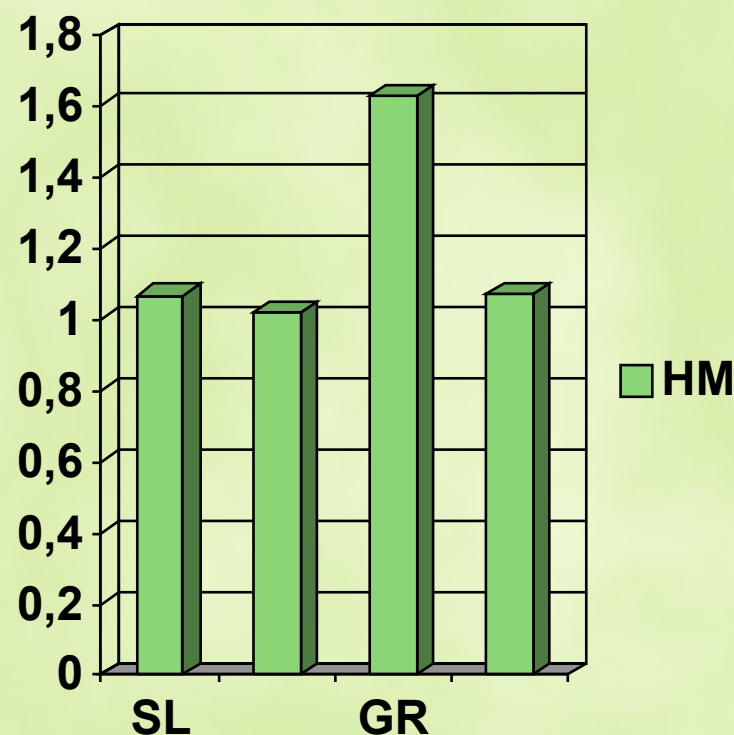
Podívejme se za co.

I. Celková spotřeba v HM

V obchodních řetězcích se dělí oddělení do 4 základních kategorií:

1. Oblečení (SL), boty, doplňky, domácí textil
2. Průmyslové zboží (HL) rozdělené do volného času, zábavy, domu a elektroniky
3. “Koloniál” neboli “Grocery” neboli “Products of grand circulation” neboli trvanlivé potraviny
4. Čerstvé zboží (Fresh): mléčné, lahůdky, ovoce a zelenina, průmyslová pekárna, drůbež, vlastní pekárna, květiny

Bez ohledu na další rozpad čísel vidíme, že za trvanlivé “mrtvé” potraviny utratíme o 60% více než za čerstvé.

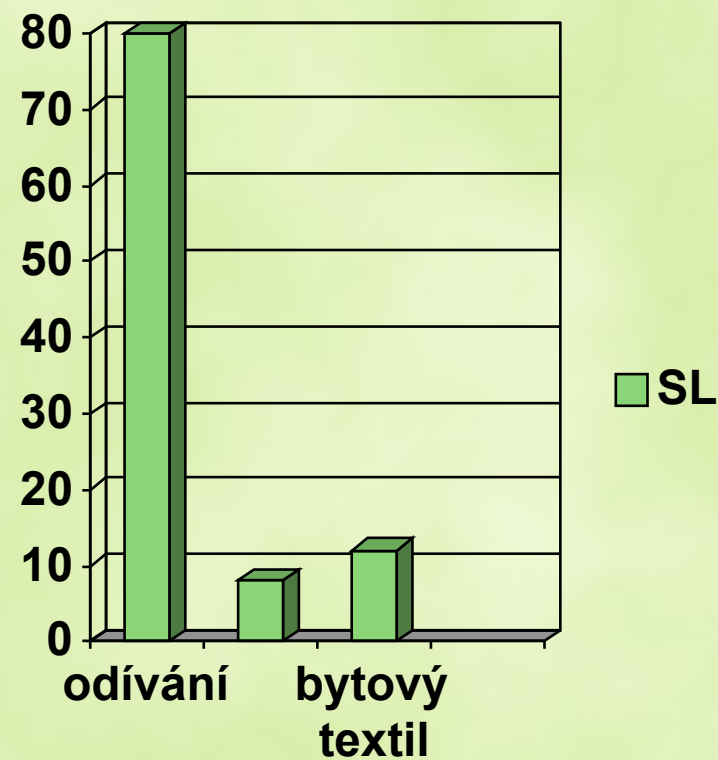


I.1. Textil

Za textil zákazníci utrácení v tomto poměru:

1. Odívání: 46% na dámské, 36% pánské, 5% chlapecké, 6% dívčí, 1% dětské, 6% kojenecké
1. Bytový textil: metrový (46%) a kusový (54%)
2. Obuv: za dámskou (45%), pánskou (32%), chlapeckou (4%) dívčí (6%) kojeneckou (4%) a péči o boty (9%)

*Naše průměrná zásoba oděvů je na 5 let.
Přesto ročně utratíme za (nekvalitní)
“modní” zboží v HM stejně tolik, jako
za čerstvé potraviny.)*

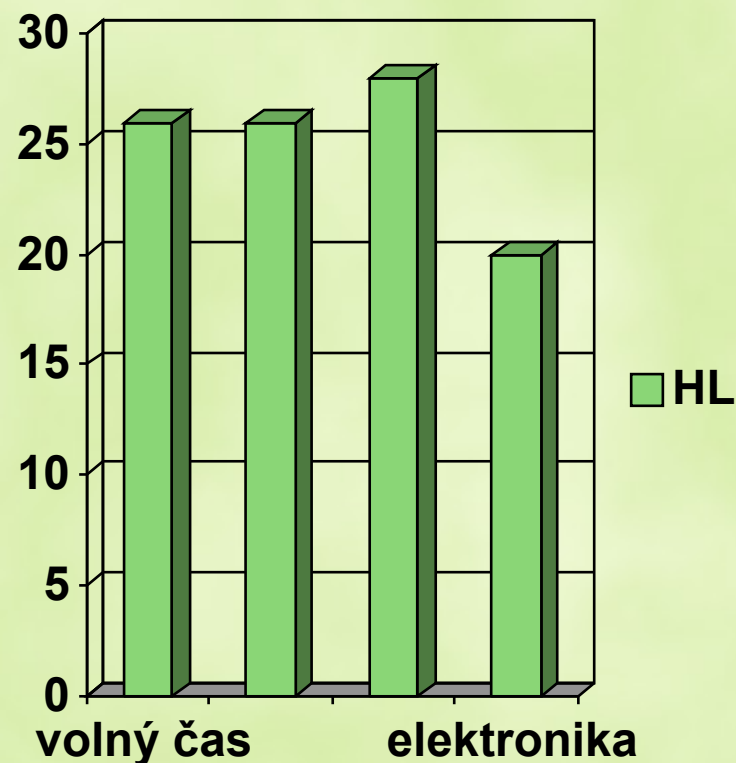


I.2. Průmyslové zboží (HL)

Se dělí na:

1. “Vlný čas”: z toho hračky jsou 43% a sport 57%
2. “Dům”: kuchyně 56% , vybavení 27%, nábytek a světla 15%, auto 2%
3. “Zábava”: papírnictví (57%), domácí zábava (28%), knihy (7%) počítače (8%)
4. Elektronika: “bílá linie” 36% (velké a malé spotřebiče). “hnědá linie” 64% (TV, videa, kamery, HI-FI, telekomunikace, příslušenství)

Nepsaným obchodním pravidlem HL je sortiment : pokud nebudeme mít deset barev odpadkových košů z nichž 8 je neprodejných, neprodáme oněch 100 kusů bílých a červených košů. 92 košů ze sta pak jde do slev a energie vynaložená na jejich výrobu je “neudržitelná”.



I.3. Potraviny (mil)

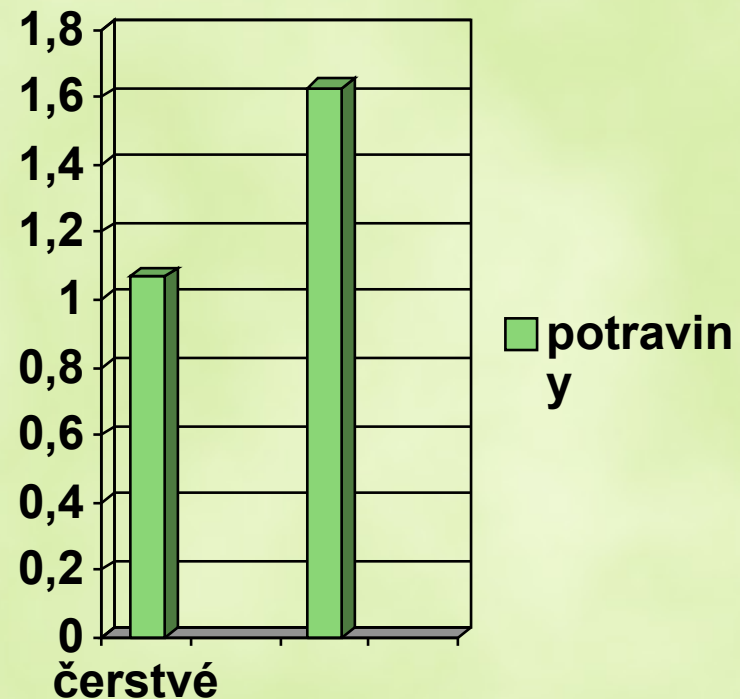
Oddělení potravin se prakticky ve všech obchodních řetězcích na světě dělí na tzv. “suché” a “čerstvé”:

Skoro u všech řetězců bývá převaha obratu v suchých, tedy trvanlivých potravinách, nicméně největší rotace bývá v čerstvém zboží jako je pečivo, mléčné produkty a ovoce a zelenina.

Některé produkty se kříží - například kuře můžeme najít jak v mraženém sortimentu trvanlivých, tak v chlazené podobě v čerstvých.

Nepsané pravidlo říká, že čím menší je obrat v oddělení čerstvého zboží, tím menší je obrat celého obchodu. Má se za to, že člověk, který si koupí kilo banánů, si k němu koupí i automatickou pračku.

Bohužel toto pravidlo vede k jejich maximálnímu zlevnění a tedy k minimální kvalitě. Nejvíce to v “chudých” zemích jako je naše odnášejí “rohlíky” a v chudých rodinách tlustá střeva bezmocně zalepená lepkem.

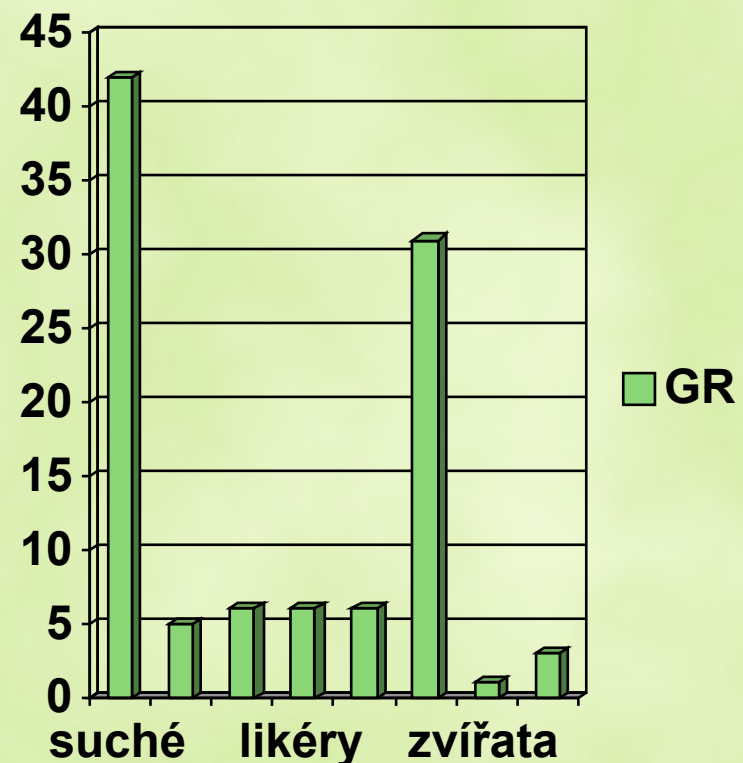


1.3.Trvanlivé potraviny (%)

- * Suché potraviny (47%)
- * Mražené (4%)
- * Pivo víno alkohol (6%)
- * Alkohol a likéry (6%)
- * Péče o domácnost (6%)
- * Kosmetika (32%)
- * Domácí zívřata (1%)
- * Trafika (2%)

- * Největší prodej mají suché potraviny (viz dále) a kosmetika
- * alkohol celkem je 12%

Obrat oddělení "Suchých" potravin je od 60% vyšší než obrat ostatních oddělení, stále ještě funguje syndrom plných spíží a lednic.



Pečivo (13 %)

Bar chart showing the number of species in the DRY group across different trophic levels. The y-axis represents the number of species (0 to 25). The x-axis shows trophic levels: cukroviny, dezerty, and others. The DRY group is represented by green bars.

Trophic Level	DRY (Number of Species)
cukroviny	21
dezerty	16
	15
	14
	13
	4
	3
	3
	3
	4
	1
	1
	1
	1

I.3.1.1. Nealko nápoje (mil)

- * Sirup a koncentrát (7%)
- * Malé limonády a džus (13%)
- * Velké limo (23)
- * Nápoje v prášku (6%)
- * Soda (8%)
- * Džusy a nektary (27)
- * Stolní voda (37)

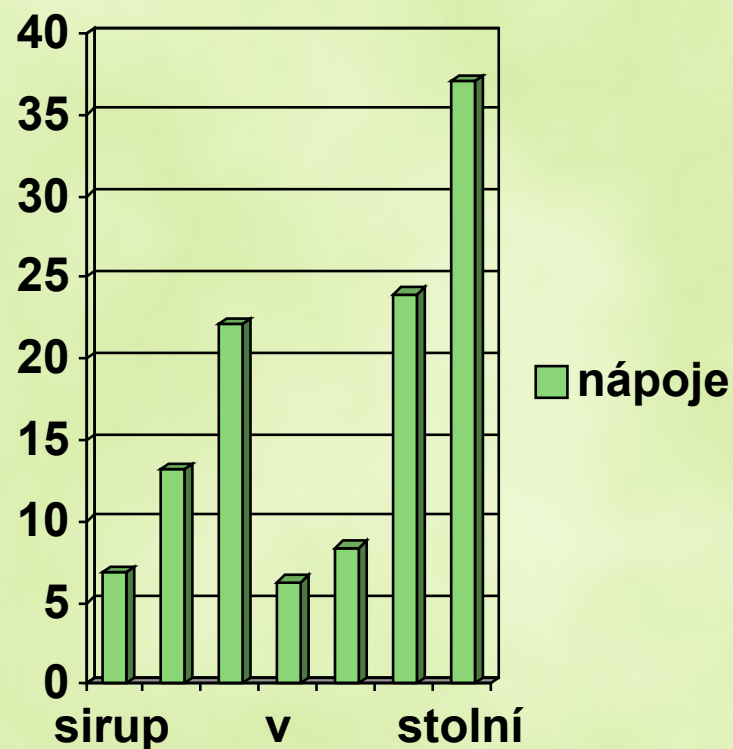
Poměry celkem:

pivo 34% a vína 66%

alkohol 14% nealko 16 %

49% z nápojů jsou "sladké"

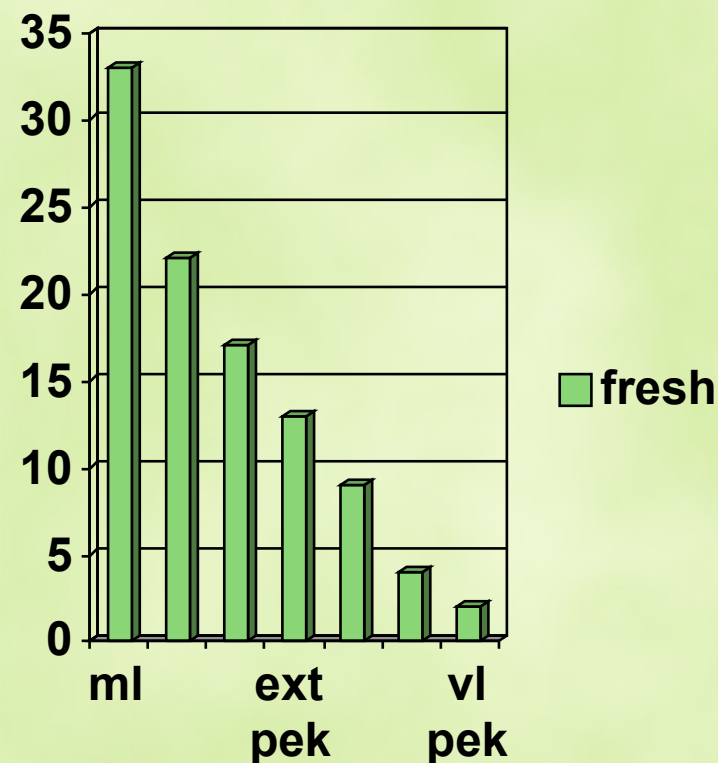
Nejvíce peněz lidé utratí za sladkosti (tekuté nebo pevné). Čím dál tím víc přejedené a čím dál tím víc unavené a slabé lidstvo hledá zdroj energie. Tam, kde místo něj nachází závislost. V proporcí půlka lidí se snaží žít dobře a půlka na to "kašle".



I.3.2. Oddělení čerstvého zboží (%)

- * Mléčné výrobky (33%)
- * Lahůdky (23%)
- * Ovoce a zelenina (17%)
- * Průmyslová pekárna (13%)
- * Maso (8%)
- * Drůbež (3%)
- * Vlastní pekárna (2%)
- * Květiny (0%)

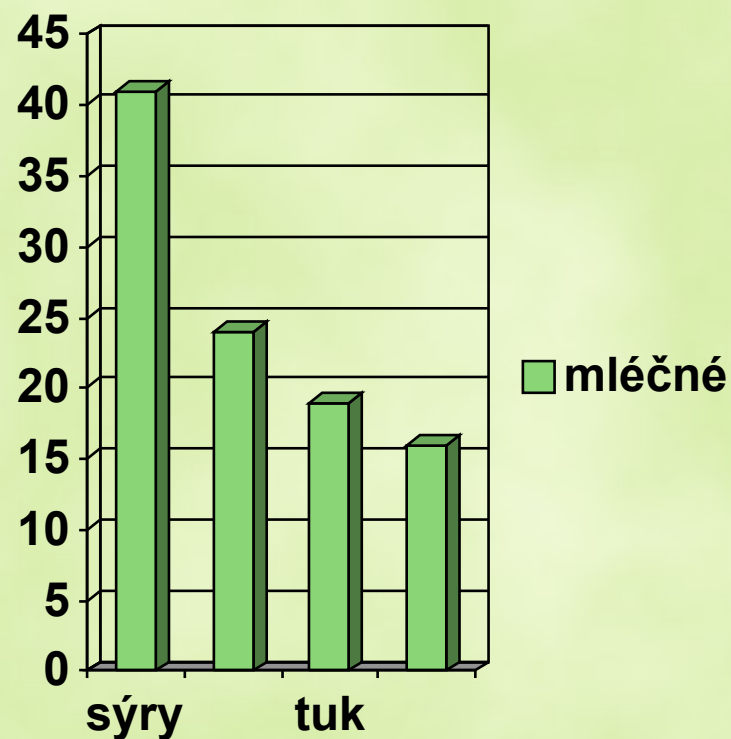
Nacházíme se ve fázi, kdy lidé nahradili maso mléčnými produkty, které považují za zdravější. Potřebujeme se posunout do fáze, kdy mléčné produkty odsunou na pozici masa a nahradí je čerstvým ovocem a zeleninou, celými zrny obiloviny a luštěninami a zastudena lisovanými oleji.



I.3.2.1. Mléčné produkty (%)

- * Sýry (41%)
- * Jogurty (24%)
- * Máslo, tuk ,vejce (19%)
- * Mléko, smetana, nápoje (16%)

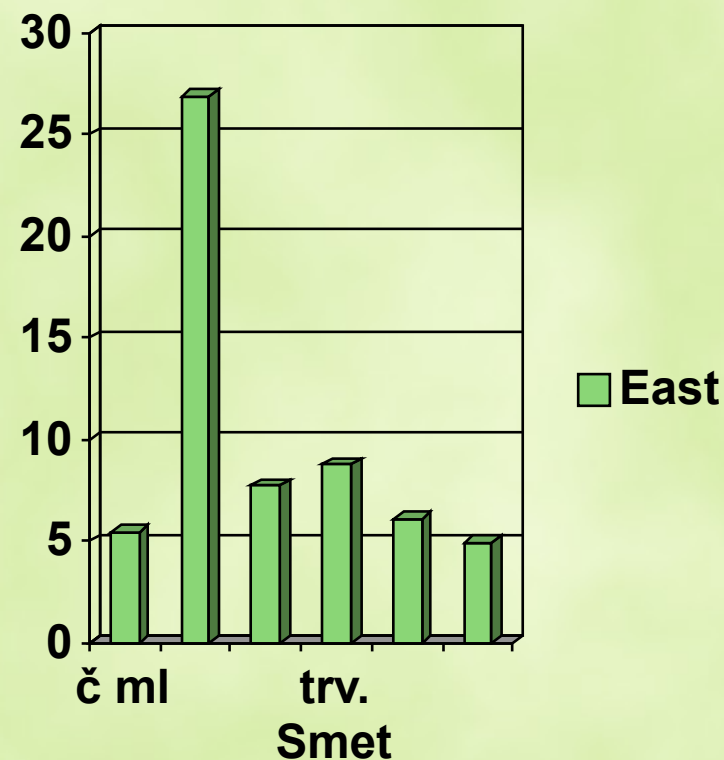
Předtrávené zakysané jogurty sice představují čtvrtinu obrátu mléčných produktů, 41% sýrů však ukazuje na to, že spotřebitelé nejsou dostatečně seznámeni s tím, jak jsou pro jejich těžko stravitelné.



I.3.2.2. Mléko, smetana, nápoje (mil)

- ✱ Čerstvé mléko (5,4)
- ✱ Trvanlivé mléko (26,8)
- ✱ Čerstvá smetana (7,7)
- ✱ Trvanlivá smetana (8,7)
- ✱ Čerstvé mléčné nápoje (6)
- ✱ Trvanlivé nápoje (5)

V obchodním žargonu ze klientům HM říká "kaštani". Jisté vysvětlení tohoto označení může poskytnout pohled na to, co si vyberou, když mají k dispozici čerstvé a trvanlivé mléko. Velkým odsudkem zemědělské politiky je, že za tímto výberem je cena.



I.3.2.3. Maso a lahůdky (%)

Z celkového objemu obratu
čerstvého zboží tvoří maso 9%

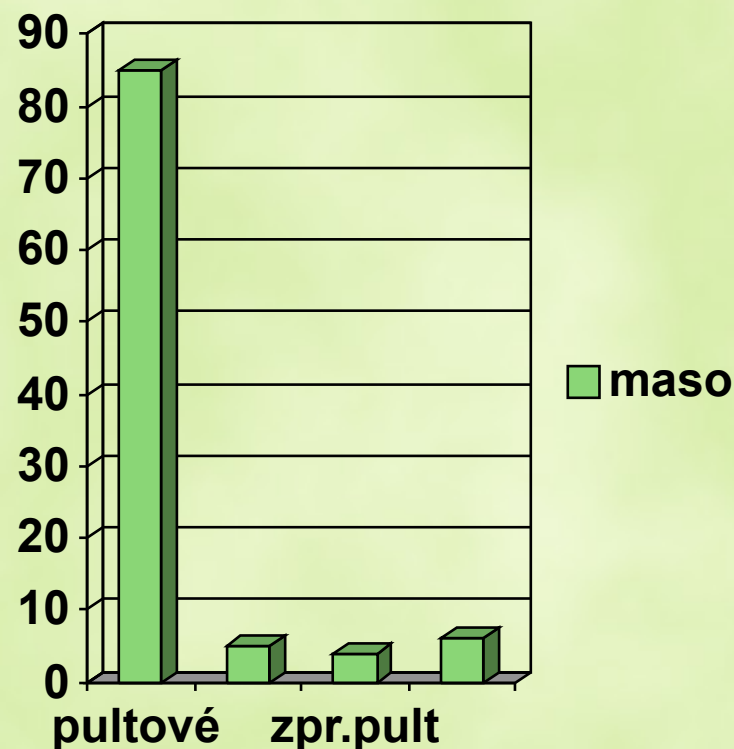
Z toho je 85 % pultového,
5 % baleného

4% zpracovaného pultového
(polotovar)

6% Zpracovaného baleného
balené

U lahůdek, které tvoří 24% “fresh”
obratu, je 66% pultových
36% balených

*Zájem o červené maso je u českých
spotřebitelů jen čtvrtinový než zájem o
mléčné výrobky a poloviční než o ovoce
a zeleninu. Lidé se snaží a hledají I
zdravé jídlo I přes masivní propagaci
nezdravého a nedostatečnou nabídku
zdravého (čerstvého a místního).*



I.3.2.4.Ovoce a zelenina (%)

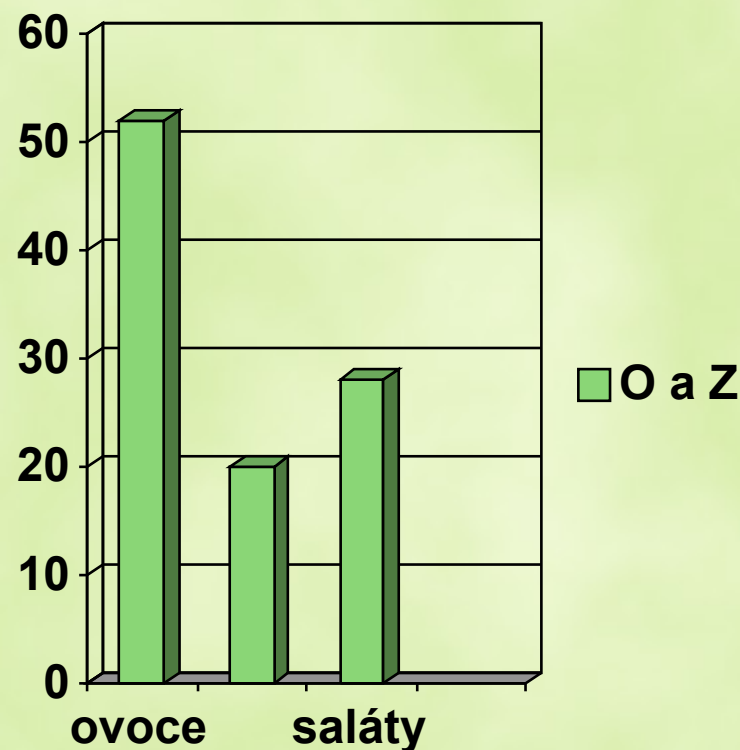
O+Z tvoří 17% obratu oddělení
čerstvého zboží a :

52% tvoří ovoce

20% zelenina

28% saláty (rajské,
papriky, okurky, saláty)

*Ovoce je náhražkou cukrovinek,
respektive cukrovinky jsou
náhražkou ovoce. Kvalita ovoce je
základem k dobrému zdravotnímu
stavu obyvatelstva. Sladké je jen to
ovoce, které je zralé, nejlépe
domácí.*



I.3.2.5. Zelenina (mil)

- * Volné brambory (8)
 - * Balené brambory (3)
 - * Košťálová (zelí, květák, brokol (8)
 - * Kořenová (mrkve, celer, petržel, ředkve, řepa..) a dýně (11)
 - * Exotická (1)
 - * Luxusní (1)
 - * Doplnková (3)
- (v prodeji zeleniny jednoznačně převazuje "místní", presto...)

*Sortiment konvenční zeleniny podle země
původu:*

Salát - Španělsko

Rajčata - Holandsko

Ředkev - Německo

Karotka, kedluben, brokolice - Itálie

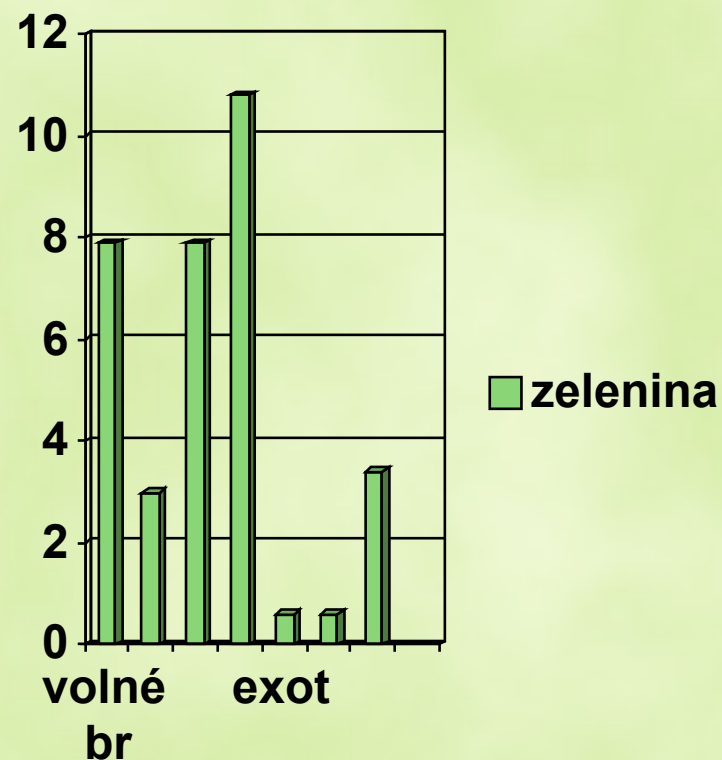
Brambory - Rakousko

Okurky - Španělsko,

Řepa, zelí, kapusta - Polsko

Cibule červená - Rakousko

Zelí a cibule ČR



I.3.2.6. Zelenina na saláty (mil)

- * Rajčata (17,7)
 - * Saláty (5)
 - * Okurky (8,2)
 - * Papriky (12)
 - * Jiné (2,4)
 - * Krouhané saláty (2,3)
- (exotické a jiné druhy zeleniny
zákazníci konzumují minimálně)

*Sortiment bio zeleniny podle země
původu - Makro II/10*

Rajče, kedlubna, saláty, zelí - Itálie

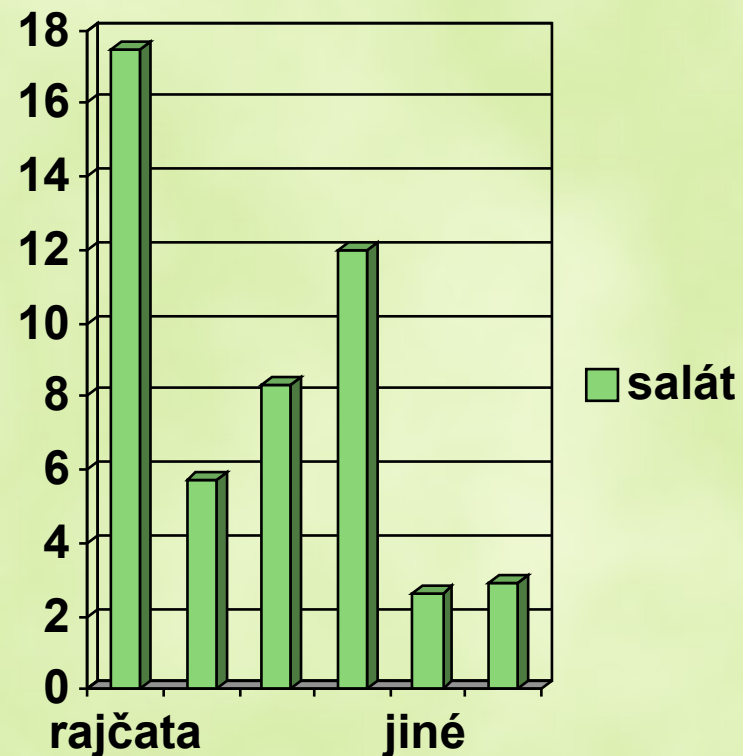
Brokolice - Rakousko

Salátovky - Španělsko

Brambory - Slovensko

Cibule - Rakousko

Česnek - Španělsko



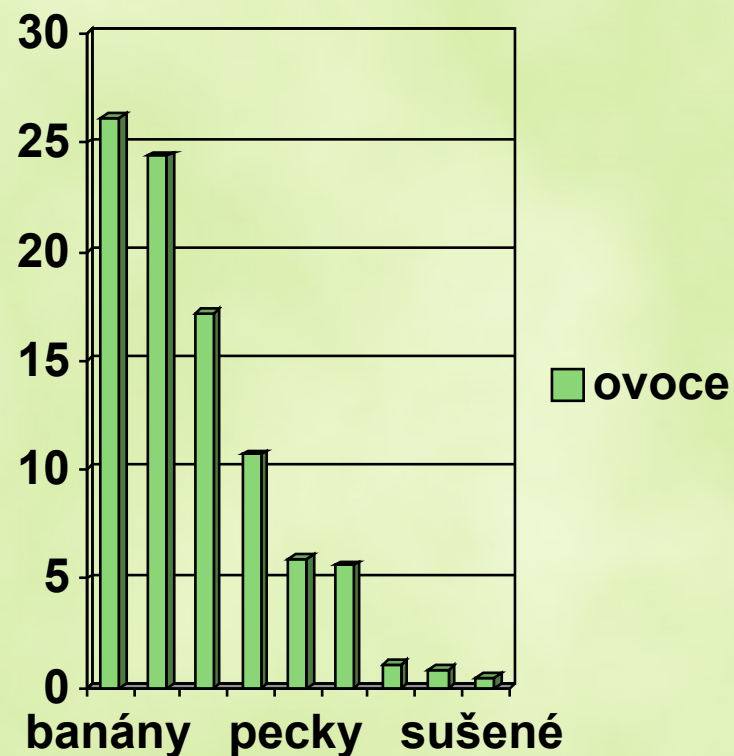
I.3.2.7.Ovoce (mil)

- * Tropické ovoce jsou banány, tradičně nejprodávanější položka na světě) (26)
- * Citrusové (24)
- * **Jablka** (na třetím místě !) (17)
- * Měkké ovoce (10)
- * **Peckoviny** (6)
- * Exotické ovoce (5,6)
- * **Ořechy, fíky datle** (1,1)
- * **Hrušky** (0,8)
- * Sušené (a luštěniny) (0,4)

Ovoce tvoří dvojnásobný obrat oproti zelenině, téměř stejný obrat jako pečivo a stejný obrat jako maso (!). Přesto se v nabídce restaurací objevuje méně než pečivo a jiné uhlohydráty (těstoviny, pizzy...) a ve srovnání s masem, sýry a jinými kalorickými bílkovinami je jeho nabídka zanedbatelná.

Navíc co se týká obratu v oddělení nápojů, ovocné “džusy” mají větší obrat než velké limoády.

Z tohoto hlediska ovoce představuje největší sortimentní rezervu obchodů, jídelních lístků a hotelových barů a restaurací



I.3.2.8. Pečivo (%)

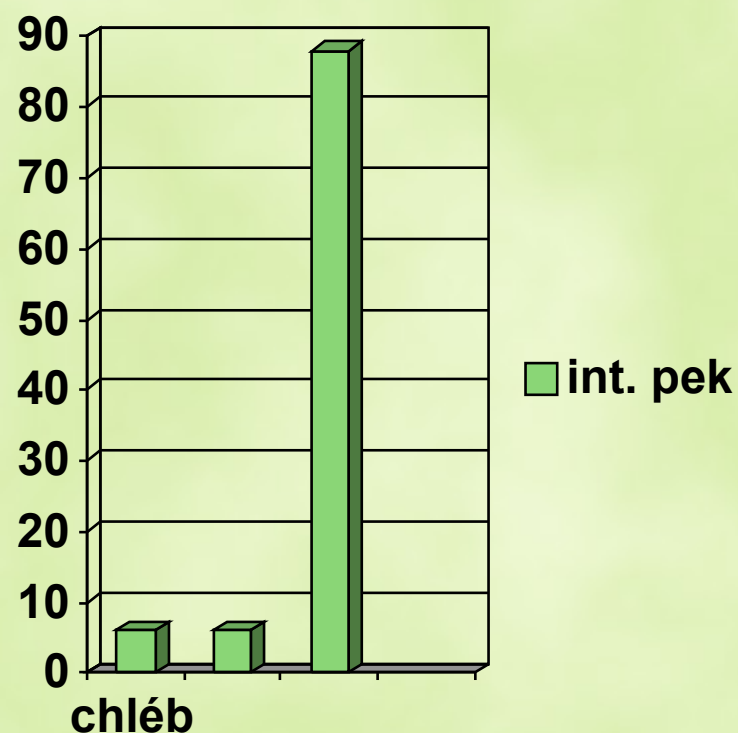
Pečivo z vlastní pekárny představuje “pouhá” 2%. Od externích pekařů se prodá 13% (v objemu prodeje celého oddělení čerstvého zboží)

Zázrak vlastní pekárny však spočívá v její nejlevnější položce, která láká lidi do dochodu. **Rohlíku za 90 hal.** Ten od žádného dodavatele nezíská. Nebo než by ho dovezl, tak by byl neprodejný. Je třeba ho vyrábět a prodávat přímo na místě. (viz kapitoly o rafinované mouce)

Zatímco rozpad prodeje zboží od externích pekařů je: zákusky 13%, chléb 13%, pečivo (housky, rohlíky, bagety, koblihy, koláče) **54%**,

U domácí pekárny je to : chléb 6%, zákusky a dorty 6% a **88% jsou housky a rohlíky za 90 haléřů.** Toto pečivo není kvalitní ani “dobré” tedy kvalitní jinak by si lidé stejně jako od externích pekařů kupovali i chléb a zákusky.

Tato cena a položka dělá obchod.



Price image

Marže z hlediska oddělení:

Průměrná marže v oddělení textilu 15 - 20%

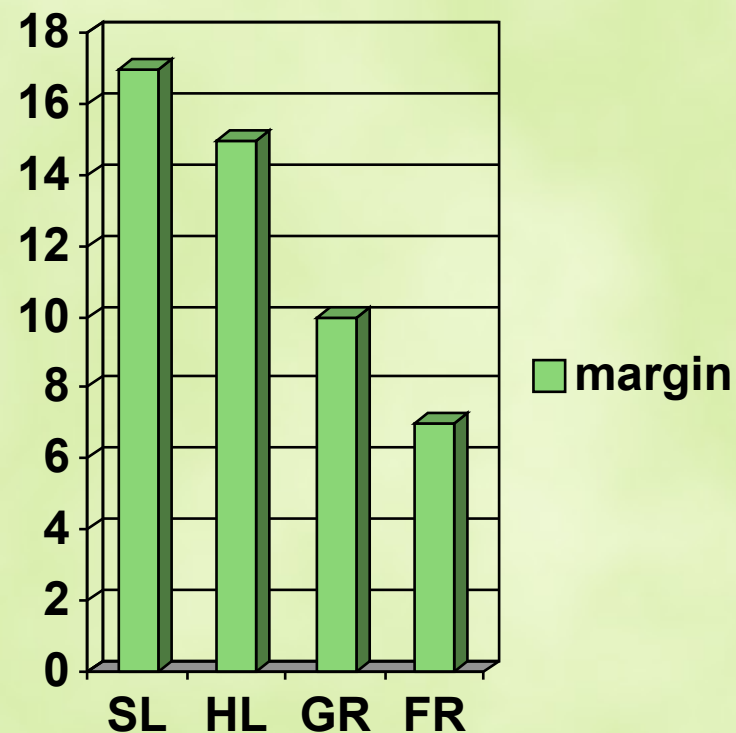
- * V oddělení průmyslového zboží 10-20 %
- * V oddělení trvanlivých potravin 7-12%
- * V oddělení čerstvého zboží 5-10%

Přestože je marže v oddělení čerstvých potravin nejnižší, většina obchodníků do provozu sortimentu čerstvého zboží investuje nejvíce: do jeho chlazení, prezentace, doplňování, přebírání, vážení a obsluhy...

Pokud se zmenšuje plocha obchodu, zmenšuje se o oddělení průmyslového zboží, které nese největší marži, nejmenší práci s prodejem a stejný obrát jako oddělení čerstvých produktů.

Je to proto, že **čerstvé produkty jsou obchodním klíčem k zákazníkovi.**

Kampaně politických stran a protesty zemědělců proti "zlým" řetězcům a jejich "maržím" jsou nesmyslem a politickou manipulací o dotace.



Čerstvé jídlo I čerstvé myšlení

Důvodem proč lidé navštěvují obchody je “čerstvost”. Obchodní řetězec La Fayette v Paříži vypracoval graf “spouštěčů” nákupů a “novinka” byla vždy v prvních třech místech. Točení prodejních míst v hypermarketech je taková honba za iluzí novinky - aby měl klient pocit, že je stále překvapován, že má stále nový důvod k návštěvě obchodu. Je jedna komodita, která nepotřebuje ani střídání regálů, ani drahou marketingovou podporu v letácích, ani drahý technický vývoj, ani velké slevy - je to čerstvé jídlo.

V našich hypermarketech je nenajdeme a vysvětlili jsme si proč. Máme jedinečnou příležitost jak českému klientovi nabídnout něco, co nikde jinde nenajde. **Sezonní čerstvou organickou zeleninu, ovoce a tradiční domácí stravu.**

Upravené tak, jak jinde neochutnal. A 4x do roka v novém sortimentu. Žádný modní návrhář na světě ani žádný výrobce aut nemá v ruce takovou zbran, jakou má kuchař. A mnozí už to vědí



Hotelová spotřeba potravin

Restaurace v Praze, kde je třeba se objednávat - jako je **Maitreia** nebo **Dutá hlava** - servírují saláty s pečenými bramborami a vodu s čerstvě vymačkaným citronem. Restaurace, kde se na obědy stojí fronty až na chodník jsou **Country Life** a **Govinda** nabízejí strouhanou petržel a čerstvý jogurt s banánem. Jejich ceny se blíží cenám ve fine dining restauracích. Tito lidé se prostě nebojí nabídnout klientovi čerstvé domácí ovoce a zeleninu a nemají je potřebu doplňovat tisíci kaloriemi. **Umí je komunikovat a povýšit na styl.**

Podíváme se na spotřebu surovin v typických pražských hotelech s větší obsazeností a obratem. Budeme hledat **ukazatele z hlediska uhlohydrátů, bílkovin, ovoce zeleniny**, domácích a zahraničních dodavatelů, jejich čerstvosti.

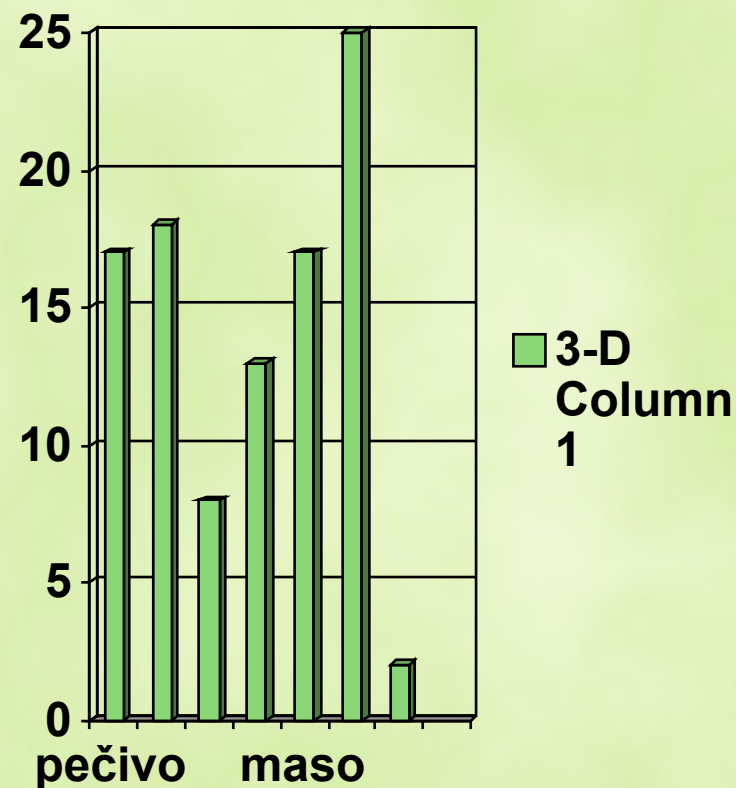
Celková spotřeba (v %)

- ✱ Pečivo 17%
- ✱ Ovoce a zelenina 18%
- ✱ Suché (mouka, luštěniny, těstoviny, rýže) 8%
- ✱ Mléčné 13%
- ✱ Maso 17%
- ✱ Nápoje 25%
- ✱ Ostatní (tuky) 2%

Co je na těchto číslech zajímavé, že se spotřeba téměř shoduje s průměrným nákupním košíkem řetězců. V pečivu, zelenině, nápojích i mléčném. Veřejné stravování podává zbytečně více masa - jeho spotřeba v nákupním košíku je poloviční.

Máme jednoho klienta, jednoho člověka a jeho jedny biologické funkce.

člověk - jeho tělo, jeho biologické procesy a fungování potřebují k životu: 90% glukózy (uhlhydrátů), 4-5% aminokyselin (bílkovin), 3-4% minerálních látek, 1% mastných kyselin a 1% vitaminů (více v kapitole kuchař jako guru)



Komentář k celkové spotřebě

- * Pečivo 17%
- * Ovoce a zelenina 18%
- * Suché (mouka, luštěniny, těstoviny, rýže) 8%
- * Mléčné 13%
- * Maso 17%
- * Nápoje 25%
- * Ostatní (tuky) 2%

Uhlohydráty (škroby, cukry, glukóza) jsou v pečivu (17%) “suchém” - rýže, luštěniny, těstoviny (8%), což je celkem 23%. 30 % je však bílkovin - masa a mléka, kterých potřebujeme jen 5%. Glukózu může tělo čerpat i ze sladkých nápojů a především ovoce a zeleniny, nestačí však pokrýt 90% potřebu.

Celkově jsou nakoupené potraviny příliš kalorické, proteinové a i přes 25% nápojů “suché”.

Vodu potřebujeme: sami jsme ze 70% z vody, naše krev také a planetu také pokrývá 70% vody. 70% organické - vázané vody, musí být i v našich potravinách. Slouží k prolínání potravy do krevního řečiště. Balenou vodou nebo limonádami nebo alkoholem organickou vodu nedoplníme, to je jako když ji nalijeme do sojového mléka, pořád má jen 20% tekutin, zatímco mléko 70%.

Organická voda se nachází jen v čerstvých, tepelně neupravených potravinách a nejvíce v čerstvém ovoci a zelenině nebo šťávách z něj.

Vláknina má schopnost zpomalovat vstřebávání glukózy do krevního řečiště. Prochází střevem 18-24 hodin a vymete odpad, který by se tam rozkládal až 100 hodin a produkoval plyny a ovlivnil metabolismus cukrů. Jen 23% nakoupených potravin ji obsahuje.

Pečivo v %

Chléb 7%

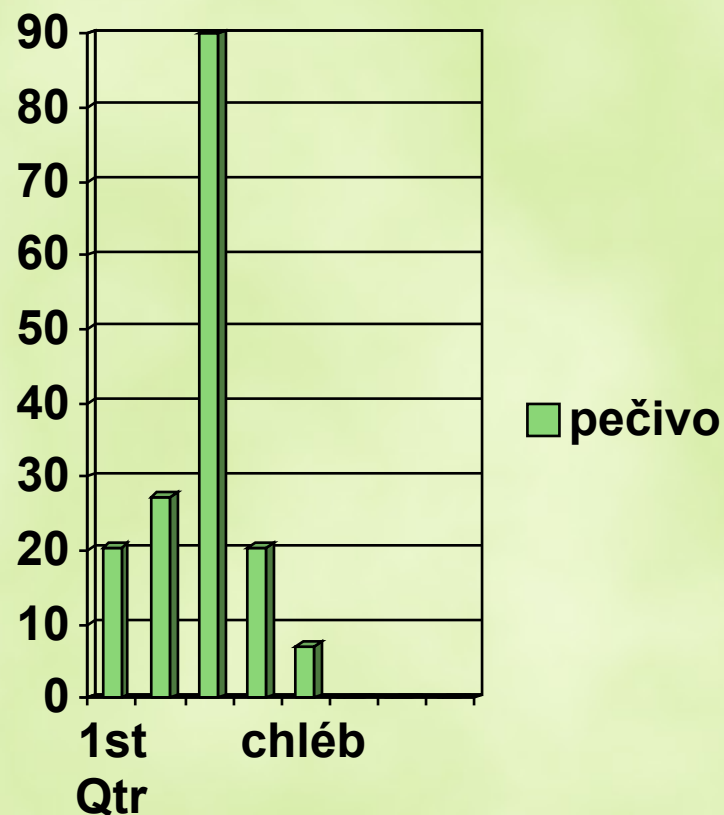
Pečivo slané 28%

Sladké 45%

Dopékané 10%

Opět tento “svobodný výběr” pečiva ukazuje na stejné “lícování” se spotřebu v řetězcích. Stejně jako v HM je podíl pečiva na celkovém obratu cca 17% a největší odbyt má sladké (45%) a nejmenší chléb (7%)

Pečivo, maso, mléčné produkty a ovoce a zelenina se dělí cca jednou čtvrtinou. Postupné přidávání především na ovoci (šťávy a čerstvé dezerty - čatni, pyré, poháry), může pomoci snížit spotřebu sladkého pečiva. Naklíčenými zrný, semeny a ořechy, je možné snížit spotřebu slané pečiva a dodat tělu již naklíčený uhlohydrát.



Mléčné produkty (v l, kg)

Cca 13% na celkovém obratu ve složení:

Mléko 16 612 l

Šlehačka 556 l

Jogurty: 45 400 kg

Tvaroh 26 kg

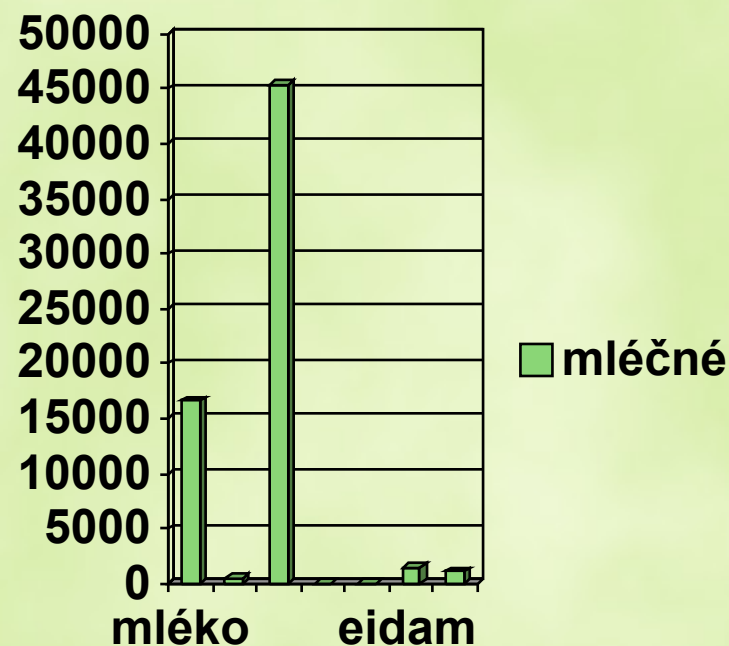
“Lučina” 57 kg

“Eidam” 1519 kg

“Ementál” 1095

Vejce (5 500 kg - 82 452 ks)

*Příznivé je že největší spotřeba j
zakysaných produktů - jogurtu a
tvarohu. Čím “zahuštěnější” je sýr,
tím je sušší a tím je i mastnější a
hůře stravitelný. Kozí a ovčí mléko
a produkty z nich jsou pro lidský
organismus příznivější než kravské.
Nepasterované mléko je mléko
živé.*

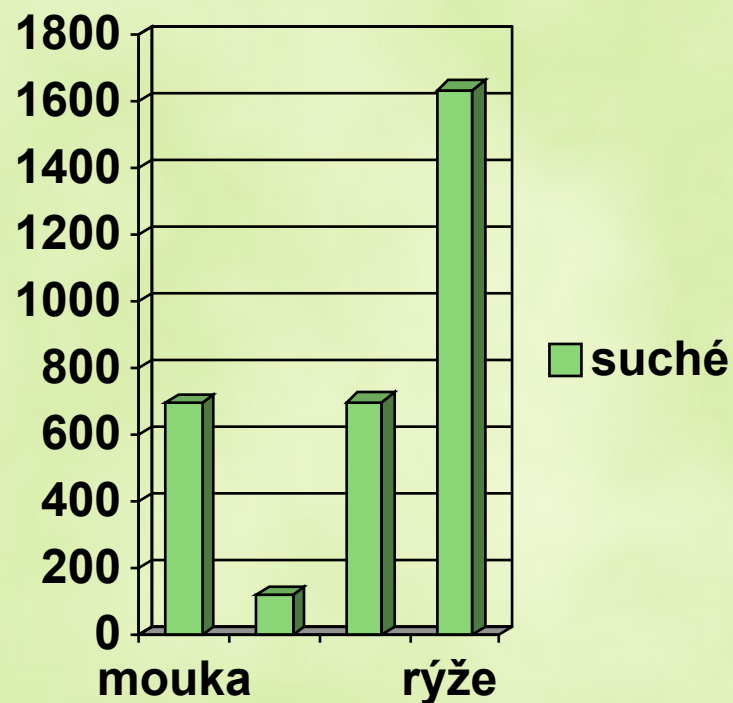


“suché” (trvanlivé) produkty (kg)

Suché “přílohy” mají 8% podílu na celkovém obratu kuchyně v kg

- * Mouka 695 kg
- * Luštěniny 118 kg
- * Těstoviny 700 kg
- * Rýže 1635

Rýže představuje objem součtu zbývajících surovin což není pozitivní.



Masné produkty (v kg)

Maso a uzeniny mají na celkové spotřebě 17% podíl

Ryby 774

Drůbež 1413

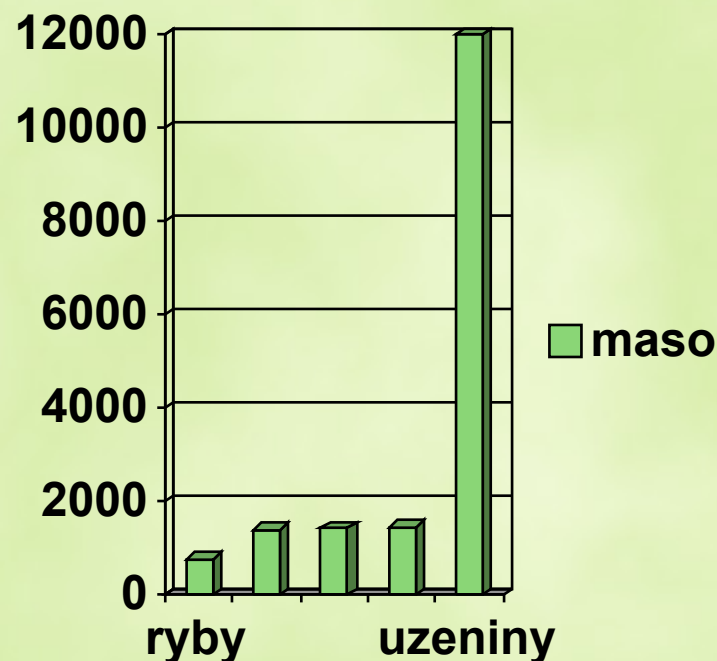
Vepřové 1434

Hovězí 169

Uzeniny 6145

Je zajímavé, že hovězí maso má větší odbyt ve veřejném stravování než na volném trhu, uzeniny mají větší obrát než všechny ostatní čerstvá masa dohromady, ostatní se v proporcích drží celkem vyrovnaně.

*Stejně jako pro mléčné produkty pro ně platí, že “**není-li pečivo, není salám**”.*



Nápoje (v litrech, kusech, sudech)

Nápoje mají na obratu kuchyně
25% podíl

Pivo lahve - 9108

Pivo sud - 6390

“cola” kus - 11502

Džus koncentrát litr - 4854

Káva kg - 1617

Čaj porce - 89 800

*Kdyby džusové koncentráty nahradily
čerstvé džusy z místního ovoce,
posunuli bychom se hodně
dopředu.*

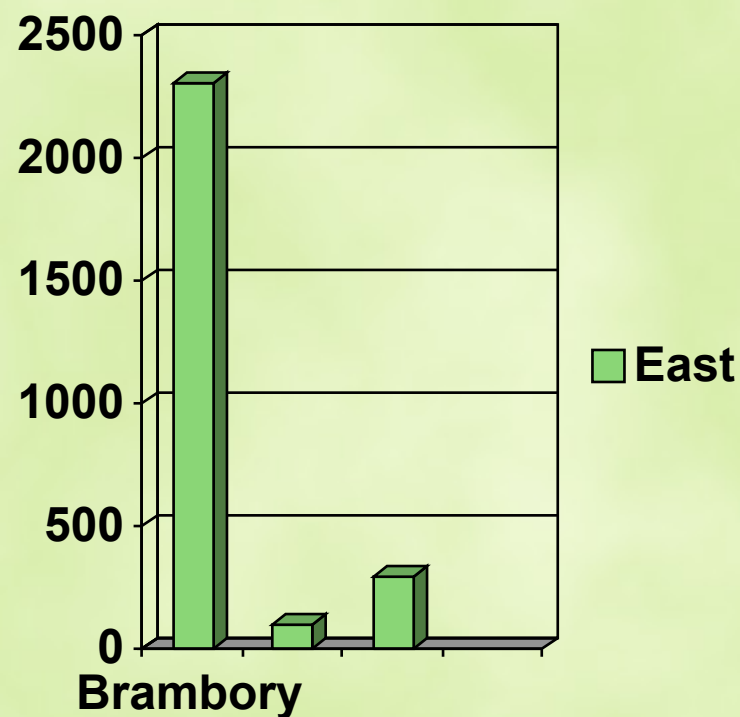


Spotřeba zeleniny (v kg)

- * Brambory loupané 2300 kg
- * Mrkev loupaná 100 kg
- * Červená řepa 300 kg

2700 kg je spotřeba kořenové zeleniny pro tři domácnosti s dvěma dětmi, pokud by jejich členové každý den ráno a večer vypili sklenici čerstvé ovocné a zeleninové šťávy. Taková rodina by spotřeovala 820 kg mrkve, 87 kg paprik, 145 kg zelí a 1300 pomerančů, kterými by pokryla svou spotřebu glukózy, vitamínu, minerálů, aminokyselin. Na Českou republiku by to bylo 2,4 miliony tun čerstvé kořenové zeleniny. Pro představu v organické podobě ji produkuje v celé ČR 2 tuny.

Loupané brambory jsou navíc určitě převážně jako příloha k masu, tedy kombinaci kyselinotvorné a zásadotvorné potraviny v jednom jídle, která pro trávicí trakt není vhodná.



Salátová zelenina

Zelenina celkem má 12% obratu, v rámci salátové je to:

Rajčata 25%

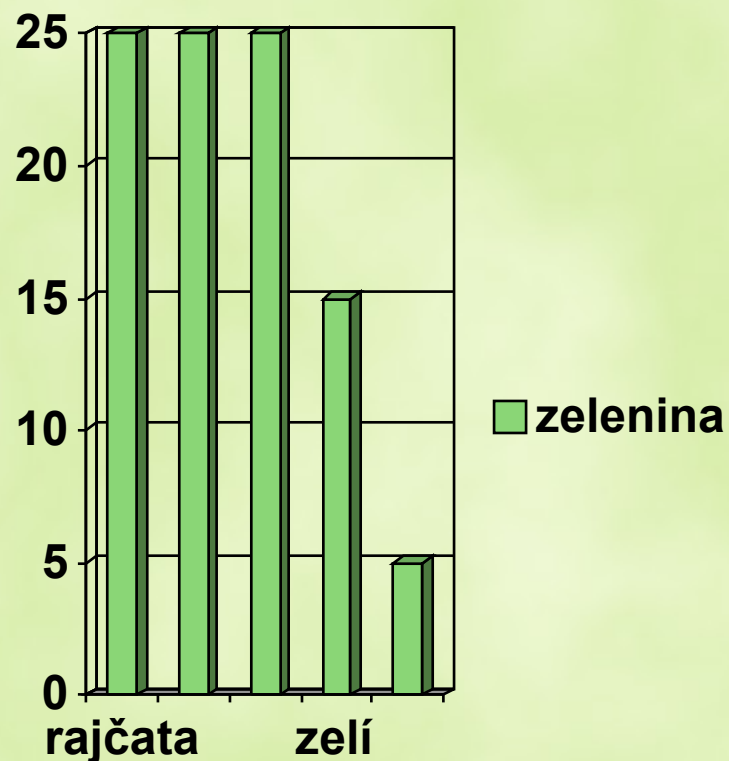
Okurky 25%

Listové saláty 25%

Zelí hlávkové a čínské 15%

Drobné (cibulky, porek, paprika ...) 5%

To je velmi podobná spotřeba salátové zeleniny, jako na volném trhu.



Ovoce

Ovoce má 6% podílu na obratu kuchyně. Z toho:

Pomeranče 20%

Jablka 20%

Kiwi 15%

Banány 15%

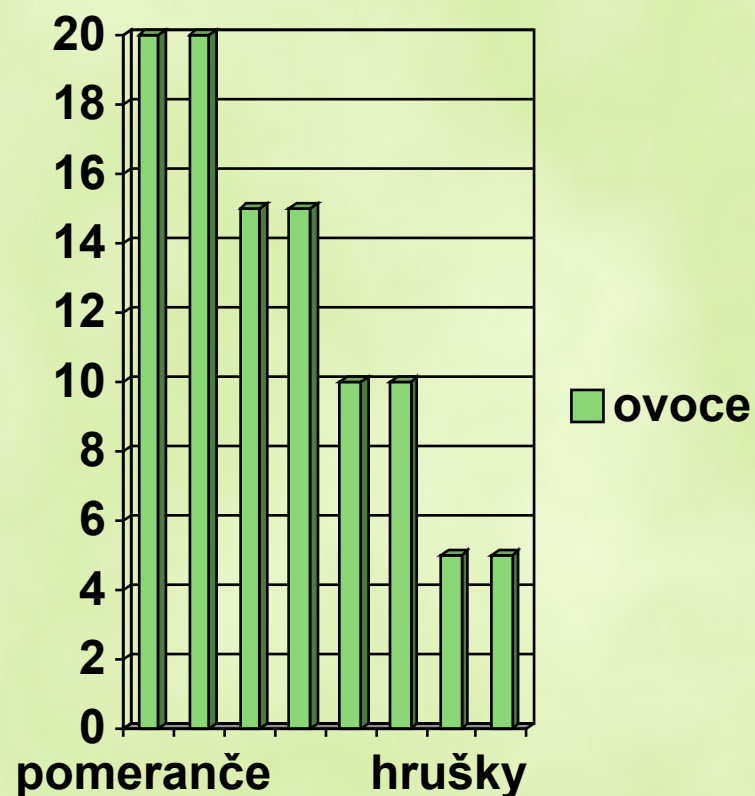
Grepy 10%

Sezonní (merunky, meloun...) 10%

Hrušky 5%

Drobné (jahody, blumy, physalis..) 5%

Je to málo, obláste když by mělo sloužit jako hlavní surovina do čerstvých džusů a štáv.



Klient budoucnosti



Očekávejme a budme připraveni na klienty, kteří nám položí otázky:
jaká je uhlíková stopa jídla, které mu předkládáme,
jaký je jeho původ a jaká jsou v něm zbytková hnojiva, aditiva,
jak je jídlo zkombinované z hlediska aminokyselina a glukózy,
jakou má enzymatickou hodnotu,
v jaké lunární fázi bylo uvařeno,
jaký je v něm podíl jinu a jangu, a zda je sladěno s přirozenými cukry trávení a asimilace živin a sezonnosti a jak se jmenuje farma, z které pochází suroviny, z kterých je uvařeno.

A těšme se na takového klienta.



KUCHAŘ JAKO JEDLÍK

Muž, který snědl vše

Na příkladu slavného amerického sloupkaře si ukážeme základní munici tlustíků - alibistů.

Jeffrey Stengarten je vtipný, I když ne příliš pilný autor sloupků o jídle pro americký Vogue. V čem spočívá jeho kouzlo a jeho popularita? Mimo jiné v tom, že má 15 kilo nadváhy a stejně jako Bridget Jones je mluvčím milionů přejedených a přepitých městských obyvatel, kteří potřebují své alibi. A on jim ho dává. Vystudovaný právník z Harvardu je tím nejvášnivějším advokátem žravosti na světě. Jakýkoli argument a sebekádnější důkazy nabádající ke skromnosti dokáže vyvrátit a vyviklad svými břitkými sylogismy. Přesto přiznává, by byl rád trochu štíhlejší. V jednom ze svých sloupků hledá zázračný lék na zhubnutí a argumentačně si vede takto:

“Sytost je stav bez apetýtu, je to chuť nejíst”, definuje si kýžený stav a žádá vědce a lékaře, aby mu jej doručili v jediné zázračné pilulce, po které by zhubnul ale hlavně: mohl by dál jíst svou “kavárenskou stravu” při které je sice: *“po hlavním jídle sytý, ale když si objedná moučník, pustím se do něj tak, jako bych před tím nic nejedl.”* Jiný způsob snížení chutě k jídlu než pilulka pro něj nepřipadá v úvahu:

Cituje chytlavé banality o tom, že náhražky cukru nefungují, po musli tyčince je jen ještě větší hlad, že mnoho výrobců hotových balených jídel je sladí, abychom jich snědli co nejvíce, že někteří lidé mohou jíst co chtějí a neztloustnou a jiní jedí 1000 kcal denně a nezhubnou...

Prostředek muže, který snědl vše

A pak pan Jeffrey Steingarten už jen lká a vyjmenovává, že proti jeho apetytu cvičení pomáhá jen trochu, nesladký jogurt pomáhá, ale také jen trochu, dexfenfluramin a fluoxetin v uklidňujícím prášku (těžce návykovém) Prozac pomáhají, ale zase vedou k impotenci, peptid se jménem CCK-8 funguje, ale až po jídle a tam ho zbrzdí enzym trypsin a trypsin by zpacifikoval jen inhibitor proteázy, jenže ten se podle Steingartena vyskytuje jen v syrových bramborách. A kdo by jedl syrové brambory, že? Vyklouzne pan Steingarten zpět do svého opiového doupěte “kavárenské stravy”.

Má tam klid, právě se přesvědčil (on I Bridgit), že I když se snažil jak chtěl, tak celá současná věda je na jeho straně a dokazuje, že po jídle se prostě automaticky tloustne, a jíst se musí, aby člověk nezemřel. Pokud se na tyto chronicky známé argumenty nepodíváme trochu jinak a nebo o tom, co psal pan Steingarten už něco sami nevíme.

Tank není silný proto, že má velké dělo NEBO široké pásy NEBO tlustý pancíř NEBO silný motor. Je silný proto, že má od všeho trochu. Stejně tak pan Stengarten není tlustý jenom proto, že si není schopný každé ráno zacvičit, NEBO jen proto, že se nechce dvakrát ročně detoxikovat, NEBO nechce jíst neslazený jogurt a NEBO nechce střídat jednou bílkoviny s A POTOM uhlohydráty, je slabý proto, že není schopen udělat NIC z toho.

A tak si trochu přivymyslí a spoléhá na to, že tak složitým věcem - jak on to zamotal - nikdo nerozumí. Jenže narazil na nás - české odborníky na jídlo a my - na rozdíl od nějakých amerických sloupkařů v Vogue - víme, že : proteázy jsou největší funkční skupiny proteinů a jejich inhibitory se nacházejí především a v první řadě.... v semenech. Ale : pan Steingarten slunečnicová, dýnová ani žádná jiná semínka místo bifteku nebo sýru jíst nebude.

A dostáváme se k podstatě věci: Proč je nám čerstvá, zdravá, nekalorická strava tak hnusná, když víme, že je v ní všechno, co potřebujeme a naopak v ní není nic, co nám škodí? Zde je jedna z hypotéz:

Konec muže který snědl vše

Naše **epifýza** je centrum našeho **vyššího já**, paměti, soudnosti a rozumu. Její kvalita určuje na jakém duševní úrovni se člověk nachází. Je jasné, že když je naše průměrná denní emoce skepse, odsudek, kritizování a konfrontace, těžko pracuje s jemnějšími informacemi obsaženými v naklíčeném obilí. Této energetické a hormonální hladině odpovídá frekvence masa. **Hledáme to, co se rozkládá, ne to, co roste.**

A opačně: **naše střevo**, které je odpovědné za naše analytické myšlení - za správné strávení vnějších smyslových a informačních podnětů - **těžko vyprodukuje brilantní myšlenky, pokud jsou jeho stěny zalepené nahromaděnými hnilobnými odpadními látkami.** To my, kteří tomu rozumíme, vidíme na textech pánů Steingartenů (nebo u nás pánů Kurasů) - to jsou takovéty narychlo nahozené syté a křiklavé barvy, za kterými prosvítá prázdné plátno. Dodáme-li takto vibrujícímu tělu klíčenou vojtěšku, rozzuří se.

Odborná literatura cituje příklady, kdy **už pětileté dítě zvracelo po čerstvých zralých jahodách**, protože vyrostlo na sušeném mléku a hranolkách. Jiné prameny mluví o lidech s nadváhou, kteří nejsou ochotni sníst nic jiného než na co jsou zvyklí, ani v případě nedostatku potravin (zde odkazujeme na kapitoly o geologii a 1000 kcal denně jako klíči k přežití). Zatímco **hubení lidé v případě krize snědí v pohodě cokoli a mají z toho radost, tedy užitek.** Na tomto jednoduchém příkladu jsme si ukázali, že disociativní a negativističtí asketové, závislí na svém odpírání v zapařeném přítmí cukráren, uzenářství, nočních lednic a spíží, jsou tlustí lidé, ne hubení.

Závislost nás vede bohužel neomylně právě k tomu, co nám škodí. A bohužel nejsme sto o tom mluvit otevřeně. Kdo kdy žil s alkoholikem ví, s jakou úpornou vehemencí překládá svou závislost na hřbet všech, kdo se dostanou do jeho okolí. A závislost na nesprávném jídle - vlastním jedu - je horší než na pití. Vždyt jsme to, co jíme.

Muži, kteří snědí vše

I kdyby Amerika nestála před problémem snížit svou populaci z 292 milionů na 200 právě z příčin hrozícího hladu, i kdyby počet jejích chudých a hladových se z nynějších 34,5 milionu zdvojnásobil, i kdyby při záplavě v New Orleans hladoví černoši vyrabovali poslední sklady potravin, nic, slovy nic, nepřiměje tyhle rozežrané Jeffreye Steingarteny k tomu, aby snížili svou sobní dávku kalorií.

Jsou jako oni američtí bankéři, kteří saturovali své “toxické” balíčky balíčky ze státní kasy, a pak si z nich vypláceli své milionové bonusy. Je jako onen belgický manažer, vedle kterého jsem letěla do Bruselu a když se při přistávání nevysunuly klapky a letadlo 20 minut kroužilo nad letištěm, pod námi se na přistávací ploše hromadily sanitní vozy a hasiči a za námi křičely děti, tak ke mě pronesl: “*Přece jen je lepší si připlatit za business class, člověk se dříve dostane ke dveřím*”. Připomenme si tato slova chvíli, kdy by nám těchto lidí mělo být (z nějakého neznámého důvodu) líto.

My sami v každé chvíli, která je svou vlastní věčností, nechtějme být jako oni, a nechtějme ani klienty jako je oni. Vychovávejme si svoje vlastní klienty i vlastní novináře. A bez ohledu na to co přijde nebo nepřijde žijme tak, jako bychom tu měli být tisíc let.

Stanme se oxidanty, ne antioxidanty.



Rozdíl mezi potravinou a živinou

Důvodem k jídlu nebývá hlad ale chuť, myslí si převážná většina lidí a zkoumá, co je skryto za jejich apетitem. A mají pravdu. Velmi často za tzv. hladem vystrkují růžky stres, frustrace, nedostatek sytosti - něco nám prostě chybí. A když nám něco chybí, tak jsme jako ten oxidant, vysoce agresivní hladová molekula, která proráží membrány buněk a krade jim ten svůj chybějící elektron.

Chodí mezi námi mnoho hladových oxidantů a poznají se bezpečně, jsou to onii upíři nálady a energie, kteří jen vejdou do místnosti, už bereme nohy na ramena. Nebezpečí pocitu nenasycenosti je v tomto algorytmu: volné radikály neútočí na molekuly, které mají elektrony navíc a jsou ochotny je předávat, tedy mají vysoký redukčně-oxidační potenciál (například vitaminy nebo enzymy), ale útočí na to, co je v těle slabé - tedy na ony líně se válící toxiny plovoucí v překyseleném nálevu tělních tekutin, vzniklých z neztrávených proteinů a tuků.

Ale nekončí to tím, že by je pohltily, strávily a tím nás jich vlastně zbavily. Na to nemají sílu, chybí jim elektrony. Jako v Matrixu oxidanty jen rozruší tuk slabých buněk, napadnou jejich DNA a ... udělají z ní další oxidant.



Nízko vitální potraviny plodí oxidanty

Tělo, které každý rok tloustne o jedno až dvě kila, je poháněno těmito nepatrnými jadernými oxidačními výbuchy ke konzumaci právě oněch málo vitálních potravin, které mohou posloužit oxidantům jako rychlý zdroj toxických tukových odpadních molekul.

Stáří, nemoc, únava a tento začarovaný kruh neukojitelného hladu, pak postrkuje kupředu DNA, která už prostě nestačí obnovovat svůj program - tedy naše tělo ale i mysl a emoci - a hrouť se do negativních stavu destrukce. Špatná nálada a frustrace je dalším pokynem k “hladu” a nevhodnému kalorickému jídlu.

Tak, jak imunitní systém nedokáže uchovat integritu svého těla, tak naše vědomí nedokáže udržet pevnou integritu našeho bytí, našeho osobního příběhu. Stáváme se obětí “mainstreamového informačního proudu” a “mainstreamových emocí” a průměrného nákupního košíku.

Makromolekulární kuchyně

Čím více jsme plni toxinů, tím více jsme jako sud se stojatou kalnou tekutinou a tím menší je šance, že se “oživíme” potravinou nebo jiným podnětem. Jen ten zbytek čerstvé vody na povrchu na chvíli “zazáří”, ale už **jen po dávkách čím dál tím silnějších stimulů** - emocionálních, informačních, smyslových nebo hmotných a proto vyhledáváme čím dál více sladkého, mastného, hořkého, pálivého, slaného, čím bychom rozhýbali ten kalný spodek sudu.

Buddhisté tomu říkají samsára. **Marné dráždění “zony slasti”**. Kompilace ne už největších hitů Elvise Presleyho, ale Elvise, Michaela Jacksona a Celine Dijon - ona **vydestilovaná, syntetická, rafinovaná emoce slasti a lásky**, po které marně lapeme jako kapři na suchu, **protože jsme si naše vlastní prostředí otrávil**i.

A toto je stručně popsáno princip makromolekulární kuchyně, která dokáže chut ze stovky malin zkomprimovat do jedné kapky.



Oxidant nebo antioxidant, to je to, oč tu běží.

V našem těle je 75 bilionů buněk. Je v něm ale dvakrát tolik bakterií a virů. A ona otázka za deset tisíc dolarů zní, zda se rozhodneme, že budeme žít bunky, nebo viry a bakterie. Nirvána je rozseknutí onoho kruhu. To jsou farmáři, kteří 7 dní v týdnu tvrdě pracují na poli, večer balí a posílají bedny se zeleninou po dráze klientům a dělají účetnictví a pokud jim zbyde pět minut času, tak se hádají se s našimi byrokraty.

K udržení jejich vitalitálního, biologicky mladého organismu s dobrým metabolismem, kvalitním hormonálním, enzymatickým, trávicím, asimilačním a imunitním systémem, jasnou aurou a dostatkem bioenergie, jim stačí denně jedno **postrouhané jablko, stroužek česneku a miska naklíčených mungo fazolí nebo čočky a k večeři pohanková placka.**

Tvrdí, že žijí ze světla, z “elektronů”, které dýchají s čistým vzduchem, a pijí s čerstvou vodou a čerstvými šťávami, a jedí v čerstvé zelenině. Dostávají se ke svým antioxidantům přímo ze slunce, krůček od původních fotosyntetických procesů, krůček od faktu, že každý protein, uhlohydrát, tuk vznikají z uhlíku, kyslíku a vodíku. Stejně tak získávají své informace. Spokojenost plodí spokojenost. Se spokojenosti - souladu - vzniká jejich pocit sytosti. **Sytost nemůže přijít z jídla. Jen z informací v jídle obsažených.**

Játra stejně změní každou kachnu na světě na tekutinu a prvky, z kterých se skládá naše tělo, jinak by s nimi “nezrezonovalo”, nepřijalo by ji. Nemá cenu se pít po syntetizovaných antioxidantech, je lepší zamezit vzniku oxidantů.



Začarovaný kruh skrytého hladu

Chemicky a tepelně upravené potraviny a především nezdravá jídla z rychlého občerstvení, jsou chudé na vitaminy, minerály, nenasycené tuky, nesyntetické sacharidy a další základní živiny. Tělo v zoufalé snaze uspokojit své nutriční potřeby požaduje více a více kalorií. Přejídání produkuje více jedovatých zbytků, než se jich tělo dokáže zbavit.

Tělo s nadváhou je nutričně vyhladovělé tělo, přestože v průběhu let spotřebovalo spoustu kalorií. Jeho **endokrinní systém, oběh, kosti a nervy jsou pod neustálým stresem**.

V důsledku konzumace **nutričně prázdných potravin** je trávicí systém člověka přetížen a je nucen produkovat nadbytek trávicích šťáv, ale i tak má nedostatek důležitých enzymů, potřebných k rozkládání potravy a poskytování živin bunkám.

Bez ohledu na to, jaké množství jídla si takový člověk vkládá do úst, jeho bunky chtějí být nakrmeny a osobu neustále pohání velká chuť k jídlu. Dlouhodobé zatěžování trávicích orgánů může vést k překyselení žaludku a k dlouhotrvajícímu zánětu střev, což jen zvyšuje touhu po další potravě - to je začarovaný kruh skrytého hladu, ale také agresivity, která začíná šikanou na školách a končí nesnesitelným pracovním i politickým prostředím.

Dr. Kristina Nolfiová, zakladatelka předního dánského zdravotního centra zdravé výživy, hovoří o nadměrné tukové tkáni v těle jako o "**jedovaté usazenině v překyseleném organismu**."