



# **máme rádi** **brambory**

PROČ JSOU BRAMBORY ZDRAVÉ, JAK JE SPRÁVNĚ  
NAKUPOVAT I PĚSTOVAT, ÚSPĚŠNÉ PROJEKTY PRV  
A NĚKOLIK OSVĚDČENÝCH RECEPTŮ

MÁME RÁDI BRAMBORY



KOLEKTIV AUTORŮ



# máme rádi brambory

*proč jsou brambory zdravé, jak je správně  
nakupovat i pěstovat, úspěšné projekty PRV  
a několik osvědčených receptů*

Tato publikace byla spolufinancována Evropskou unií  
z Evropského zemědělského fondu pro rozvoj venkova  
v rámci opatření V.2 Zřízení a provoz Celostátní sítě pro venkov.



Evropský zemědělský fond pro rozvoj venkova:  
Evropa investuje do venkovských oblastí



PROGRAM ROZVOJE VENKOVA

CELOSTÁTNÍ SÍŤ PRO VENKOV



MINISTERSTVO ZEMĚDĚLSTVÍ ČESKÉ REPUBLIKY

2012



## KOLEKTIV AUTORŮ

*Výzkumný ústav bramborářský Havlíčkův Brod, s.r.o.*

---

Ing. Jaroslav Čepl, CSc – [cepl@vubhb.cz](mailto:cepl@vubhb.cz)

Eva Červínová

Ing. Milan Čížek, Ph.D. – [cizek@vubhb.cz](mailto:cizek@vubhb.cz)

Ing. Jaroslava Domkářová, Ph.D. – [domkarova@vubhb.cz](mailto:domkarova@vubhb.cz)

Ing. Jana Exnarová – [exnarova@vubhb.cz](mailto:exnarova@vubhb.cz)

Ing. Marie Greplová, Ph.D.

Ing. Ervín Hausvater, CSc.

Ing. Alena Krpálková

Ing. Bohumil Vokál, CSc. – [vokal@vubhb.cz](mailto:vokal@vubhb.cz)

Jitka Zášková

*V případě dotazů kontaktujte prosím  
autory kapitol na uvedených e-mailových adresách  
nebo na telefonním čísle 569 466 200.*

*V roce 2012 vydalo*

*Ministerstvo zemědělství České republiky.*

*Náklad: 5000 výtisků.*

*Grafická úprava a sazba: Jiří Trachtulec.*

*Fotografie: Jiří Trachtulec a archiv VÚB Havlíčkův Brod.*

*Výroba: Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.*

ISBN 978-80-7434-060-4

Úvodní slovo.....	7
Historie a současnost.....	9
<i>J. Čepl</i>	
Význam brambor pro výživu člověka .....	11
<i>M. Čížek, J. Čepl</i>	
Spotřebitel a konzumní brambory.....	27
<i>J. Domkářová, B. Vokál</i>	
Rady pro drobné pěstitele – zahrádkáře .....	49
<i>B. Vokál, J. Domkářová, E. Hausvater</i>	
Recepty z brambor.....	55
<i>J. Exnarová, E. Červínová, M. Greplová, A. Krpálková, J. Zášková</i>	
Příklady úspěšných projektů PRV.....	103



Vážené dámy a pánové, vážení čtenáři, právě jste otevřeli publikaci, jejíž různorodý obsah má jednoho společného jmenovatele – brambory. Potravinu, která již po staletí v našich zemích patří mezi základní pilíře našich jídelníčků a na niž se bohužel v posledních letech mírně zapomíná. Jak jinak si lze vysvětlit, že v zemi, která byla kdysi vyhlášenou bramborářskou enklávou, neustále klesají plochy s touto plodinou a i v restauracích, které nabízí tradiční českou kuchyni, sledáváme zajímavé regionální pokrmy z této suroviny poměrně zřídka.

Je mým přáním, aby publikace, kterou nyní držíte v rukách, pro Vás byla inspirací i zdrojem zajímavých informací. Zvídavému čtenáři nabízí ucelenou informaci o tom, jaké pro lidské zdraví významné látky brambory obsahují a jak se orientovat v nabídce jednotlivých druhů. Inspirací by mohlo být, jaké chutově zajímavé kulinářské výtvořky se nechají připravit z na pohled obyčejných bramborových hlíz. V textu také naleznete odkazy na pěstitele (případně zpracovatele) brambor, kteří čerpali dotace z Programu rozvoje venkova a takto získané finanční prostředky úspěšně využili na rozvoj svého podnikání. Uvedené projekty ukazují, že brambory vyžadují nejenom citlivý přístup při sklizni, ale aby se ke spotřebiteli dostaly v zimních a jarních měsících v nejlepší „kondici“, je nezbytné věnovat velkou péči i jejich uskladnění a přípravě k prodeji. Naši výrobci si toto velmi dobře uvědomují a do posklizňové péče o brambory investují velké prostředky především z toho důvodu, aby si zákazník z obchodu odnesl opravdu kvalitní produkt.

Přeji Vám také, aby se tato kniha pro Vás stala vítaným rádčem a pomocníkem při Vašich kuchařských experimentech, a abyste na jejich stránkách našli recepty, které se stanou nedílnou součástí jídelníčku Vaší rodiny.

Ing. Josef Tabery  
*ředitel odboru Řídící orgán Programu rozvoje venkova  
Ministerstvo zemědělství*



Brambory v našem jídelníčku vedou a jen těžko si můžeme představit, že před více než sto padesáti lety bylo všechno jinak.

Z potravin rostlinného původu tenkrát v české kuchyni kralovaly obiloviny (pšenice, žito, oves, proso, pohanka), luštěniny (hrách, fazol, čočka) a zelenina (vodnice, tuřín, mrkev). Objevením Nového světa španělskými dobyteli se ale všechno mělo změnit. Brambory byly do Evropy dovezeny v druhé polovině 16. století, ale trvalo ještě přes 200 let, než se začaly pomalu rozšiřovat jako lidská potrava. Lidé je zprvu odmítali, když už je vzali na milost, tak jen jako krmivo pro hospodářská zvířata. K jejich rozšíření přispěly války, hlad a neúroda obilí. V druhé polovině 18. století se už bramborům věnovala náležitá pozornost, protože dokázaly rychle a levně nasytit vojáky i oběti neúrody. První polovina 19. století se pak nesla v duchu objevování brambor pro českou kuchyni. Rostlinopisec J. S. Presl píše o bramborách jako o největším daru, které má lidstvo z objevení Ameriky a M. D. Rettigová přidává ve svém poučném spisu „Dobrá rada slovanským vesničankám“ další chvalozpěvy na brambory. To už nic nebránilo tomu, aby se trvale zabydlely v české kuchyni a v průběhu let se nakonec staly naší nejdůležitější potravinou. Více než brambor na osobu se dnes spotřebuje v České Republice jen pšeničné mouky, ostatní suroviny jsou daleko za nimi.

Novodobá historie se začala psát před dvaceti lety. Došlo k velmi podstatným změnám. Změnila se odrůdová skladba, jiný je způsob pěstování i prodeje. Poklesly také celkové plochy brambor, brambory se přestaly používat ke krmení, omezilo se jejich průmyslové zpracování na škrob a líh. Dříve bylo běžné, že se brambory nakupovaly po sklizni na podzim ve velkém. „Brambory na zimní uskladnění“ hlásaly nápisy před prodejny potravin, lidé je nakupovali po pytlích a to tak, jak byly sklizeny, netříděné a s velkou příměsí hlíny. Ostatní prodej se pak odehrával pouze s bramborami volně loženými. Odrůda velkou roli nehrála. V devadesátých letech se ale způsob prodeje rychle změnil. Brambory se začaly v obchodech nabízet myté nebo kartáčo-

vané a balené již v rámci posklizňové úpravy na specializovaných baličkách, nejčastěji ve dvou nebo pětilitrových sáčcích nebo sítkách.

Rychlé změny nastaly i v odrůdové skladbě, zatímco dříve jsme mívali na čtyřicet odrůd všech užitkových směrů, po devadesátých letech, zejména díky německým a holandským firmám, se jejich počet blíží sto padesáti. Navíc, po vstupu do EU, kdy platí tzv. společný katalog odrůd, je možné se setkat s více než patnácti sty odrůdami. Faktem ale zůstává, že těch opravdu důležitých a nosných, které zaujímají polovinu všech ploch, je každoročně kolem deseti.

V České republice zkonzumujeme ročně průměrně 70 kg brambor na jednoho obyvatele. Množství se mění a zpravidla závisí na ceně. V rámci Evropy je to slušný průměr, i když spotřeba před nedávnem dosahovala až 100 kg, ale trend mírného poklesu spotřeby postihnul i řadu vyspělých zemí.

Pro lepší orientaci kupujících bylo zavedeno značení konzumních hlíz podle varných typů. V zásadě rozeznáváme tři základní typy – salátové, přílohové nebo na výrobu kaší či knedlíků a lze se tak lépe rozhodnout pro nákup brambor podle účelu využití v kuchyni.

Důležité je také individuální posouzení konzumentem. Každý totiž může žádat něco jiného. Někdo má rád hlízy pevné, lojovité, jiný dává přednost pouze moučnatým. Divili byste se, jak je rozdílné hodnocení hlíz v rámci naší republiky, natož celé Evropy. Tak například na severu Moravy mají v oblibě silně moučnaté odrůdy, stejně tak i téměř v celém Polsku. U nás a v Německu se většinou preferuje lojovitá žlutá dužnina, ale Angličané i Italové milují bělo-masé odrůdy. V Maďarsku mají oblibu v odrůdách s červenou slupkou, i když z hlediska vnitřní kvality to žádný význam nemá.

Brambory používáme nejčastěji jako přílohu, ale i hlavní jídlo, a to vařené ve vodě nebo páře, ve slupce i po oloupaní nebo jako kaše, štouchané brambory, bramborové knedlíky či jako hlavní součást bramborového salátu, dušené v malém množství vody, pečené celé i krájené, zapékané a smažené na tuku jako hranolky, vlnky, americké brambory se slupkou, lupínky nebo bramborák (strouhané). Přidáváme je do polévek a lze je dokonce upravovat nasladko v podobě moučníků či dezertů. Zdaleka není možné vyjmenovat všechny kombinace a způsoby přípravy brambor pro náš stůl, i to však svědčí o jejich vysoké oblibě.



## VÝZNAM BRAMBOR PRO VÝŽIVU ČLOVĚKA

Brambory nejsou jen oblíbenou a chutnou potravinou, jsou zároveň i potravinou velmi hodnotnou, obsahují totiž řadu nutričně významných látek. Bez nadsázky můžeme říci, že brambory jsou nejlepším potravinovým koncentrátem na světě a zároveň levným zdrojem energie a nutričně významných látek. Čerpáme z nich asi 14 % pokrmmové energie. Jsou bohaté na minerály, vitamíny, bílkoviny a jsou téměř bez tuku.

Podle dietologů představuje zdravá strava vyvážené zastoupení tří hlavních složek: sacharidů, tuků a bílkovin, přičemž více než polovina energetického příjmu by měla být hrazena sacharidy, méně než jedna třetina tuky a kolem 15 % bílkovinami. Tomu brambory zcela odpovídají, protože konzumací 100 g brambor přijmeme pouze 300 KJ, z toho ze sacharidů 275 KJ, z tuků 5 KJ a z bílkovin 20 KJ.

Hlíza bramboru obsahuje podle odrůdy, termínu sklizně i délky a způsobu skladování asi 20 % sušiny a 80 % vody. Sušinu tvoří zejména sacharidy (11–18 %), dusíkaté látky (2%) a minimum tuků (0,1 %).

Nutriční význam brambor nejlépe vystihuje porovnání s jinými potravinami, v tabulce 1 jsou například uvedeny vybrané hodnoty pro střední porci potravin (cca 170 g):

Tab. 1: **Porovnání nutriční hodnoty vybraných potravin (ve 170g)**

Ukazatel	Brambory	Rýže	Těstoviny	Ovesná kaše
Energetická hodnota (KJ)	525	908	874	1533
Vláknina (g)	3,80	1,70	1,80	2,10
Sacharidy (g)	36,60	47,03	41,82	15,43

Nutriční hodnotu brambor vytváří řada kalorických i nekalorických látek. K látkám kalorickým patří škrob, dusíkaté látky a tuk. Nekalorické látky je možno dělit na látky pochutinové, které mohou mít vedle své účinnosti na vůni a chuť i další význam, a balastní. Do první skupiny patří polysacharidy (mimo škrobu), vitamíny, enzymy a barviva, do skupiny pochutinových látek se pak řadí cukry, minerální látky, organické kyseliny, aromatické látky, fenoly a glykosidy. Obecně je možno konstatovat, že ostrá hranice mezi jednotlivými látkami nebo jejich skupinami je velmi těžko rozlišitelná.

Jakost hlíz bramboru a výrobků z brambor ovlivňují účinky různých látek. Z chemických látek jde jednak o látky s pozitivním vlivem, které mohou přispívat ke zvýšení nutriční jakosti některých potravin, jako jsou např. vitamíny, vláknina, antioxidanty, obsah vápníku, draslíku, hořčíku, selenu, apod. Z látek s negativním vlivem lze jmenovat rezidua pesticidů, dusičnany a stopová množství těžkých kovů.

## SACHARIDY

Sacharidy jsou důležité substráty živých objektů, v nichž je uložena volná energie. Jsou hlavním podílem sušiny rostlinných pletiv. Do sacharidů náleží jak látky poměrně jednoduché – monosacharidy, tak složité – polysacharidy složené z monosacharidů. Dohromady se nazývají cukry. Mezi polysacharidy patří také škrob, který je však hodnocen zvlášť. Obsah cukrů v hlízách (kromě škrobu), které byly vhodně skladovány, je relativně velmi nízký (0,5 % v původní hmotě). Jejich obsah má přesto význam jak z hlediska zpracovatelského, tak i z toho důvodu, že mají vliv na chuť i vůni brambor. Cukry jsou prekurzory (látky, které se zúčastní chemické reakce, při které vzniká jiná sloučenina) některých těkavých sloučenin, které z nich vznikají varem, popř. jinou tepelnou úpravou brambor. Koncentrace vytvořených sloučenin je závislá na druhu cukru, jeho koncentraci a teplotě. Tyto složky se podílejí na celkové tvorbě vůně brambor. Vedle tří hlavních cukrů (monosacharidů glukózy i fruktózy a disacharidu sacharózy) byly v bramborách prokázány i jiné cukry (monosacharidy: manóza, xylóza, trisacharid, rafinóza apod.), které jsou však z hlediska vlivu na kvalitu bezvýznamné.

Podstatnou část sušiny brambor tvoří škrob. Hlízy odrůd určených pro konzumní účely ho obsahují 11–16 % (i více), limitní hodnotou obsahu škrobu u brambor určených pro zpracovatelský průmysl je 18 % v čerstvé hmotě. Škrob plní v rostlinném organismu funkci hlavní zásobní látky, neboť je pohotovou zásobou glukózy. V buňkách hlíz brambor je uložen v podobě micel, zvaných škrobová zrna. Bramborové škroby obsahují lasturovitá škrobová zrna o různé velikosti, od 15 do 50  $\mu\text{m}$ , ale i větší. Rozmístění škrobu v profilu hlízy není zcela homogenní, nejvyšší koncentrace jsou dosahovány v oblasti centrálního kruhu cévních svazků. Význam škrobu u brambor určených pro přímý konzum je hodnocen z hlediska jeho množství a fyzikálně-chemických vlastností. Co do množství, plní škrob funkci sytící (obsah škrobu 15 % představuje 87 % celkové energetické hodnoty hlízy). Při konzumaci střední porce brambor 170 g kryje škrob energetickou potřebu lidského organismu z 5,95 %. Přes svou vysokou energetickou hodnotu však patří bramborový



škrob k méně stravitelným škrobům. V syrových bramborách je málo přístupný pankreatické amyláze. Stravitelnost škrobu se zvýší jeho mazováním při vyšších teplotách.

Při teplotách mezi 10 °C až 20 °C je ve zralých hlízách největší část sacharidů ve formě škrobu. Ostatní tři cukry jsou přítomny pouze v malém množství. Nevyzrálé hlízy obsahují značné množství cukrů, zejména sacharózy. V prvních dnech po sklizni nezralých hlíz obsah sacharózy klesá, zatímco obsah glukózy a fruktózy se zvyšuje. Obsah cukrů vyzrálých hlíz je značně závislý na teplotě skladování. Při teplotách pod 10 °C se obsah cukrů zvyšuje a to tím více, čím se teplota skladování blíží k 0 °C. Při nízkých teplotách kolem 0 °C se uplatňuje funkce cukrů jako pochutinové látky. Vysoký obsah tzv. redukcí cukrů (glukóza, fruktóza) je nežádoucí při zpracování brambor na potravinářské výrobky. U smažených lupínků a hranolků dochází vlivem vysokého obsahu redukcí cukrů k reakci s aminokyselinami za tvorby hnědých produktů. Zhoršuje se kvalita výrobků, a to nejen barvy, ale i chuti.

V bramborových hlízách se kromě škrobu vyskytují další polysacharidy, které vytvářejí buněčné stěny a mezibuněčné složky. Tyto polysacharidy jsou označovány jako vláknina potravy (hrubá vláknina, celulóza, hemicelulózy, pentózy a pektin). Jejich funkce spočívá v tom, že zajišťují dobré rozdělení výživy v žaludku a střevech, umožňují peristaltiku střev (pozdolný rytmický pohyb stěn některých dutých orgánů, které slouží k posouvání jejich obsahu jedním směrem) a slouží k rozmístění potravy.

## BÍLKOVINY (dusíkaté látky)

Dusíkaté látky (hrubé bílkoviny) obsažené v bramborové hlíze představují jeden z nejvýznamnějších komplexů sloučenin. Spoluvytvářejí nutriční a kalorickou hodnotu bramborové hlízy. Obvykle je uváděna střední hodnota obsahu dusíkatých látek (hrubých bílkovin) 2% v původní hmotě, tzn. kolem 10% v sušině. Nebílkovinné dusíkaté látky jsou při 50% zastoupení v obsahu celkových dusíkatých látek členěny na volné aminokyseliny (15 %), aminy asparagin a glutamin (23%) a ostatní dusíkaté látky (12 %).

Nejdůležitějším podílem komplexu dusíkatých látek jsou bílkoviny. Jejich obsah může kolísat v poměrně značném rozpětí od 34 do 70% (v průměru kolem 58% celkového obsahu dusíkatých látek). Bílkoviny brambor nejsou chemicky homogenní složkou. Úloha bílkovin v metabolismu bramborové rostliny je nezastupitelná. Hrají významnou roli v interakci s ostatními látkami v rostlině, jako jsou cukry, fenoly, hormony apod.

Bílkoviny hlíz bramboru jsou po nutriční stránce jedny z nejkvalitnějších bílkovin rostlinného původu. To dokazuje příznivá skladba aminokyselin a hodnoty indexu esenciálních aminokyselin (tab. 2), které se pohybují kolem 83% vaječného standardu. Zejména je ceněno vysoké zastoupení lyzinu, což je u rostlinných bílkovin výjimečné. Za limitující aminokyseliny jsou u brambor označovány cystein, methionin a někdy také isoleucin.

Tab. 2: **Složení esenciálních aminokyselin v bramborových bílkovinách**  
(v g vztaheno na 16g N)

Aminokyselina	Standard - vaječná bílkovina	Mléčná bílkovina	Hlízová bílkovina
Isoleucin	6,3	4,7	5,1
Lucin	8,8	9,5	8,1
Lyzin	7,0	7,8	6,6
Methionin+ Cystein	5,8	3,3	2,8
Fenylalanin+ Tyrosin	10,1	10,2	10,8
Threonin	5,1	4,5	4,7
Tryptofan	1,6	1,4	1,5
Valin	6,8	5,8	5,5
Histidin	2,4	2,7	1,9

## TUKY

Tuky jsou obsaženy v hlízách ve velmi nízké koncentraci, přibližně 0,1% čerstvé hmoty, a jejich podíl na nutriční hodnotě je velmi malý. Nejvíc jich je obsaženo ve slupce.

## VITAMÍNY

Vitamíny (tab. 3) patří mezi faktory, které řadí brambory mezi potraviny zvláštního významu. Nejdůležitější jsou vitamín C a některé ze skupiny vitamínů B: thiamin (vitamín B<sub>1</sub>), riboflavin (vitamín B<sub>2</sub>) a nikotinamid (vitamín PP, synonymum pro vitamin B<sub>3</sub>). V bramborách byly dále prokázány z vitamínů rozpustných v tucích karotenoidy (provitamíny A), tokoferol (vitamin E), vitamín K, z vitamínů rozpustných ve vodě pyridoxin (vitamín B<sub>6</sub>), kyselina pantotenová (vitamín B<sub>5</sub>) a další. Značné výkyvy v obsahu vitamínů jsou způsobeny počasím a odrůdou brambor. Vitamíny jsou celkově soustředěny více v dužnině hlíz, kolem cévních svazků, než pod slupkou.

Tab. 3: **Obsah vitamínů v bramborách a jejich podíl na denní spotřebě**

Vitamín	Obsah mg /100g	% denní spotřeby
Vitamín C	20,0	33
B <sub>1</sub> thiamin	0,1	5
B <sub>2</sub> riboflavin	0,03	2
B <sub>3</sub> niacin	1,1	6
B <sub>6</sub> pyridoxin	0,2	9
Kyselina listová	0,018	5
Kyselina pantotenová	0,3	3
Vitamín K	0,0029	4

Největší pozornost je věnována vitamínu C, brambory představují jeho relativně levný, ale důležitý zdroj z hlediska krytí celkové denní potřeby organismu. Během vegetace se obsah vitamínu C zvyšuje, po uskladnění čerstvě sklizených hlíz na podzim nastává rychlý úbytek vitamínu C, který se v pozdější fázi zpomaluje. Na jaře však stále zůstává v hlízách ještě 40 až 70% původního obsahu vitamínu C. Změny v obsahu vitamínu C značně ovlivňují způsob přípravy brambor. Vitamín C je také významným antioxidantem. Bramborové hlízy obsahují průměrně 20 mg/100g vitamínu C, který může odpovídat až za 13% celkové antioxidační kapacity. Obsah vitamínu C vytváří z brambor tzv. ochrannou potravinu proti kurdějím. Vitamín C je vitamínem rozpustným ve vodě, takže během vaření se ztrácí minimálně 30% vitamínu C.

## BARVIVA

V dužnině všech bramborových hlíz se vyskytují rostlinné pigmenty, které jsou nositeli zbarvení brambor. Karotenoidy jsou nositelem žlutého zbarvení dužniny hlíz brambor. Pod vlivem světla se hlízy zabarvují do zelena, což je způsobeno tvorbou chlorofylu, tzn. přeměnou leukoplastů na chloroplasty přímo pod slupkou do maximální tloušťky 3 mm. Tvorba chlorofylu je závislá na teplotě. V hlízách lze také nalézt flavonoly, flaviny a flavony. Slupka, ale i dužnina některých odrůd vykazuje červené a modré zbarvení. Toto zbarvení je způsobeno antokyany, které jsou rozpuštěny v buněčné šťávě buněk peridermu a ve vnější korové vrstvě. Avšak všechna tato barviva, s výjimkou chlorofylu, neovlivňují kvalitu hlíz.

## ENZYMY

Enzymy jsou bílkoviny o vysoké molekulové hmotnosti. Nejčastěji bývají klasifikovány na základě své funkce na hydrolázy, lyázy, transferázy, izomerázy, oxidoreduktázy a syntetázy. Znalosti o enzymech bramborové hlízy jsou dosud neúplné a přítomnost mnohých enzymů je dedukována na základě průběhu jejich reakcí, že je enzymy katalyzují. Některé enzymy jsou důležité

z hlediska zpracovatelského průmyslu, jako např. polyfenoloxidáza. Aktivita enzymů se mění během vývoje hlíz a je různá i mezi odrůdami.

## MINERÁLNÍ LÁTKY

Minerální látky v bramborové hlíze představují komplex mnoha prvků (tab. 4). Podobně jako ostatní látky jsou i minerální látky v hlíze nerovnoměrně rozloženy. Některé minerální látky jsou esenciálními katalyzátory metabolismu v rostlině, jiné jsou v hlízách přítomny jen proto, že byly přítomny v půdním roztoku s esenciálními prvky. Průměrný obsah minerálních látek v bramborových hlízách je 1,1 %.

Tab. 4: **Obsah minerálních látek v bramborách a jejich podíl na denní spotřebě**

Prvek	obsah mg/100g	% denní potřeby
Vápník	10,0	1
Měď	0,1	7
Železo	0,5	4
Hořčík	22,0	5
Mangan	0,1	7
Fosfor	78,0	6
Draslík	450,0	15
Selen	0,5	1
Zinek	0,5	2

Nejvýznamnějším prvkem z minerálních látek je draslík. Jeho obsah se pohybuje v průměru mezi 1,7–2,0 % v sušině (1 400–2 500 mg/100 g sušiny) a představuje zhruba polovinu všech minerálních látek. Z dietetického hlediska působí draslík v bramborách pozitivně tím, že vyvažuje poměr draslíku a sodíku ve stravě. Přítomnost draslíku v hlíze též omezuje výskyt

tmavnutí po uvaření i enzymatické zbarvení, vyskytující se po mechanickém poškození hlíz. Obsah draslíku hraje významnou roli při utváření celkové chuti hlíz. Uvádí se, že optimum dusíku k draslíku je 1 : 2,5 až 2,7. Posun tohoto poměru vede vedle jiných parametrů ke zhoršení celkové chuti hlíz. Draslík má velký význam z hlediska fyziologie výživy člověka, protože vytváří z brambor zásaditou stravu a vyvažuje tak kyselé složky potravy, jako jsou tuky, maso apod. Vztah draslíku k sodíku je důležitý z hlediska regulace nervových pochodů v organismu. Draslík na rozdíl od sodíku potlačuje nervové vzněty.

Vápník je v bramborách obsažen v malém množství (10–130 mg/100 g sušiny) převážně ve slupce a vaskulárním systému. Podílí se na četných metabolických pochodech, nutných pro tvorbu a zpevňování podpůrné tkáně a v rostlině neutralizuje organické kyseliny. Má význam i pro dělení buněk, a proto je přítomen i v embryonálních tkáních.

Význam hořčíku je mnohostranně spojen s fotosyntézou, účastní se syntézy bílkovin a je jím aktivována DNA-polymeráza. Obsah hořčíku v hlízách je velmi nízký (0,5–8 mg/100 g sušiny).

Z ostatních minerálních látek obsažených v hlízách bramboru lze uvést síru (40–400 mg/100 g sušiny), sodík (0–330 mg/100 g sušiny), železo (1,70 až 3,88 mg/100 g sušiny), mangan (0,5–8 mg/100 g sušiny), zinek (0,8–2,2 mg na 100 g sušiny) a měď (0,06–2,8 mg/100 g sušiny). Zvláštní postavení zaujímá selen, který působí společně s vitamínem E v buněčném antioxidačním obranném systému tak, že zastavuje reakce volných radikálů.

## ANTIOXIDANTY

Jedním z nejbohatších zdrojů antioxidantů z hlediska jejich zastoupení v lidské výživě jsou bramborové hlízy. Obsah antioxidantů v lidské výživě snižuje ve značné míře aterosklerotické procesy (ateroskleróza je onemocnění, které postihuje naše tepny a může vést k jejich postupnému zúžení až uzávěru), inhibuje akumulaci cholesterolu v krevním séru a zvyšuje resistenci cévních stěn. Mnohé antioxidanty snižují riziko koronárních srdečních onemocnění a redukují volné radikály. Antioxidanty mohou zachycovat volné radikály předtím, než mohou škodit, a mohou bránit rozšíření oxidačního poškození.

Bylo zjištěno, že antioxidanty zpomalují, blokují nebo zabraňují oxidačním změnám látek v lidském těle a buňkách. Antioxidanty díky jejich chemické struktuře mohou být rozděleny na polyfenoly (flavonoidy, antokyany a fenolkarboxylové kyseliny), karotenoidy (karoteny – prekursorů vitamínu A a xanthofyly) a tokoferoly (vitamin E). Silnou antioxidační aktivitu má také askorbová kyselina (vitamin C) a selen. Hlízy brambor představují významný zdroj antioxidantů ve výživě lidí a z hlediska množství jejich konzumace mohou zaujímat přední místo mezi rostlinnými zemědělskými produkty zajišťujícími nezbytný denní příjem antioxidantů. Z antioxidantů obsahují nejvíce polyfenolů (1 226–4 405 mg/kg) a askorbové kyseliny (170–990 mg/kg). Z ostatních antioxidantů jsou zde zastoupeny karotenoidy (4–4,5 mg/kg), alfa-tokoferol (0,5–2,8 mg/kg) a v menším množství selen (0,01 mg/kg) či alfa-lipoová kyselina.

Bramborové hlízy obsahují polyfenolické sloučeniny reprezentující substráty pro enzymové hnědnutí brambor, které se objevuje během loupání nebo krájení syrových hlíz brambor. Běžný obsah celkových polyfenolů se pohybuje v hlízách brambor v rozmezí 422–834 mg/kg, ve slupkách však může být obsaženo až dvojnásobné množství. Chlorogenová kyselina je hlavní polyfenolickou složkou brambor s bílou a žlutou dužninou, může představovat až 90 % celkového obsahu polyfenolů.

Askorbová kyselina (L-askorbát) je hlavním přírodním inhibítozem enzymového hnědnutí brambor a její koncentrace v bramborách ovlivňuje stupeň a rychlost tohoto procesu. Askorbová kyselina obsažená v hlízách přitahuje pozornost vzhledem k jejímu obsahu a podílu konzumovaných brambor, kde představuje důležitý zdroj vitamínu C v lidské výživě. Brambory jsou velmi bohaté na askorbovou kyselinu (170–990 mg/kg). Dokonce i ve vařených hlízách brambor zůstává průměrně 130 mg askorbové kyseliny na kg a v bramborách pečených v mikrovlnné troubě 151 mg v kilogramu. Obsah askorbové kyseliny je ovlivněn řadou vnějších i vnitřních faktorů, jako jsou odrůda, rok pěstování, způsob pěstování, podmínky prostředí, stadiem zralosti hlíz, skladovacími podmínkami a mnoha dalšími.

Také karotenoidy jsou účinnými antioxidanty v antioxidační síti. V bramborech jsou zastoupeny v průměrném množství 3,43 mg/kg u tetraploidních kultivarů a 14,35 mg/kg u diploidních kultivarů. Největší koncentrace je ve slupkách, nejmenší pak v dužnině. Celkový obsah karotenoidů je nejvyšší v raném stádiu vývoje hlízy, se zvyšováním sušiny se jeho obsah snižuje a koreluje exponenciálně dobře s intenzitou žlutého zbarvení dužniny. V českých odrůdách brambor se celkový obsah karotenoidů pohybuje v rozmezí 0,16 až 6,36 mg/kg s průměrnou hodnotou 1,94 mg/kg. Nejvíce zastoupené jsou lutein (0,13–0,60 mg/kg) a beta-karoten (0,03–0,40 mg/kg), u raných odrůd jsou hlavními složkami lutein (0,12 mg/kg), zeaxanthin (0,04 mg/kg) a beta-karoten (0,01 mg/kg). Zeaxanthin přispívá k oranžovému odstínu zbarvení dužniny. Během skladování se celkový obsah karotenoidů snižuje jen nepatrně.

Antokyany v dietě představují účinné antioxidanty, jejichž denní příjem je odhadován až na 180 mg na osobu. Jsou hlavně obsaženy v červeně, fialově a modře zbarvených slupkách a dužnině bramborových hlíz a chrání lidský organismus proti oxidantům, volným radikálům a vyšším hladinám LDL cholesterolu. Brambory s červeně nebo fialově až modře zbarvenou dužninou vykazují až 2,5krát vyšší antioxidační aktivitu ve srovnání s bramborami žlutomasými. Přírodní variace kultivovaných brambor zahrnuje typy, které jsou červeně a modře zbarveny díky přítomnosti antokyanů ve slupce nebo dužnině. Obsah antokyanů je odhadován na 20–400 mg/kg čerstvé hmotnosti hlíz.

Selen je esenciální stopový prvek, který má zásadní význam pro lidské zdraví. Jako součást bílkovin a enzymů chrání buňku i celý organismus před oxidačním poškozením a z toho pramenícími nemocemi. Nedostatek selenu má za následek zvýšené riziko kardiovaskulárních chorob a rakoviny. Relativně dostatečné množství mezi plodinami představuje obsah selenu v bramborách (0,01 mg/kg). Průměrný denní příjem selenu na osobu je 0,03 mg a příspěvek střední porce brambor z tohoto celkového množství se odhaduje na 6,0 %.

Z dalších antioxidantů jsou hlízy brambor také bohaté na alfa-tokoferol – vitamin E (0,5–2,8 mg/kg) a alfa-lipoovou kyselinu, známou jako růstový faktor brambor.

## OSTATNÍ NUTRIČNĚ VÝZNAMNÉ LÁTKY

Organické kyseliny (citrónová, isocitrónová, jablečná, pyrohroznová, vinná, šťavelová, fytinová apod.) se účastní fyziologických reakcí rostlin a hlíz, ovlivňují aciditu hlízové vody brambor stejně tak, jako její dobrý puřovací účinek. Vysoký obsah kyseliny citrónové a jablečné (až 1 % původní hmoty) má významnou úlohu v biochemii rostlin.

Většina aromatických látek vzniká teprve při zahřívání hlíz brambor. Významnou složkou vůně brambor jsou těkavé sírné sloučeniny (90 % je tvořeno dimethylsulfidem a methylmerkaptanem). Těkavé sírné sloučeniny vznikají především odbouráním sírných aminokyselin.

## MOŽNOSTI ZVÝŠENÍ OBSAHU NUTRIČNĚ VÝZNAMNÝCH LÁTEK V HLÍZÁCH

Z našich i zahraničních výzkumných projektů je patrná snaha zvýšit obsah nutričně významných látek v kulturních rostlinách přirozenou cestou. Jedná se zejména o látky, které jsou z hlediska optimálního příjmu pro lidský organismus v našich podmínkách v deficitu, zejména selen a jód. V obchodní síti je nabízeno množství koncentrovaných potravinových doplňků, obsahujících selen v syntetické formě, ale mnohem výhodnější je přijímat selen v organické formě nejčastěji jako selenomethionin, který je syntetizován rostlinami. Hlízy brambor jsou pro účel zvyšování přirozeného obsahu selenu velmi vhodné, a proto jsme se zaměřili na možnosti zvýšit jeho koncentraci tak, aby konzumace brambor s vyšší nutriční kvalitou přispěla ke zvýšení současného nedostatečného denního příjmu selenu. Na základě výsledků společných pokusů Výzkumného ústavu bramborařského v Havlíčkově Brodě a Mendelovy

univerzity v Brně můžeme pro praktické využití doporučit zejména foliární aplikace selenu, u které dochází k dostatečnému navýšení koncentrace selenu. Brambory s jeho vyšším obsahem by se tak mohly stát jedním z významných preventivních opatření civilizačních chorob, na kterých se může nedostatek selenu podílet (zejména kardiovaskulární a onkologická onemocnění). Pozitivní výsledky byly získány i v pokusech, kde bylo cílem zvýšit obsah jódu v hlízách brambor.

## RIZIKOVÉ LÁTKY S NEGATIVNÍM VLIVEM NA JAKOST POTRAVIN

Vedle látek nutričně významných mohou za určitých okolností hlízy brambor obsahovat i látky škodlivé. Dlužno dodat, že za normálních okolností se s nimi nesetkáváme. Mezi hlavní obsahové látky brambor, které mají antinutriční charakter, můžeme zařadit glykoalkaloidy, zatímco ostatní nežádoucí látky jsou látkami cizorodými (těžké kovy, dusičnany, rezidua pesticidů) nebo látky vznikající tepelnou úpravou, např. akrylamid. Obsah těchto látek je daný mnohými vnějšími i vnitřními faktory, například s vyšším obsahem glykoalkaloidů se setkáme jen v případě silného osvětlení hlíz, které mají výrazně zelenou barvu – nesmí se konzumovat. Těžké kovy by do hlíz mohly přejít v případě pěstování na silně kontaminovaných půdách, rezidua pesticidů při jejich nadměrné aplikaci a dusičnany při silném přehnojení dusíkem. Všechny tyto látky jsou kontrolovány Státní zemědělskou a potravinářskou inspekcí (SZPI) a je potěšitelné, že vzorky jsou až na výjimky negativní.

V bramborách jsou obsaženy toxické hořké **glykoalkaloidy**, které se vyskytují téměř ve všech tkáních. Jsou to především alfa-chaconin a alfa-solanin, které představují asi 90–95 % celkového obsahu glykoalkaloidů. V hlízách brambor se jejich obsah pohybuje v rozmezí 2–10 mg/100 g čerstvé hmoty, nejvyšší koncentrace je pod slupkou (slupka, která představuje 2–3 % hmotnosti hlíz, obsahuje 30–80 % celkových glykoalkaloidů) a v okolí oček na hlíze nebo v blízkosti poranění hlízy, resp. klíčcích brambor. Glykoalkaloidy jsou

většinou zastoupeny v poměru 40 (alfa-solanin) ku 50 (alfa-chaconin), i když celkový obsah glykoalkaloidů je značně závislý na odrůdě. Úroveň glykoalkaloidů je významně závislá nejenom na stanovišti, ročníku a odrůdě, ale rovněž jsou významné interakce odrůda × stanoviště a odrůda × ročník. Glykoalkaloidy brambor mohou ve zvýšených dávkách působit řadu zažívacích obtíží a slabších střevních onemocnění. Způsob loupání hlíz a jejich další zpracování jsou pro obsah glykoalkaloidů v hlízách rozhodující, neboť podstatně jejich obsah snižují. Nerozkládají se vařením, pařením, pečením ani mikrovlnným ohřevem. Jak již bylo uvedeno, významným znakem vyššího obsahu glykoalkaloidů je zelená barva hlíz, a proto takové hlízy nekonzumujeme.

Dalším rizikem brambor je **akrylamid** vytvářený při smažení, grilování, pečení nebo fritování brambor při vysokých teplotách. Je to potenciálně mutagenní látka, za jejíž hlavní zdroj pro lidský organismus byla donedávna považována voda a kouření. V r. 2002 byl zjištěn výskyt akrylamidu v pečených a smažených výrobcích z brambor, což vyvolalo značný zájem o výskyt tohoto kontaminantu, který se vytváří při silném ohřevu (smažení, pečení, pražení) potravin bohatých na polysacharidy (např. škroby), jako jsou brambory či obilné výrobky. Akrylamid je vedlejším produktem „hnědnutí“, vzniká ze sacharidů (především glukózy) a aminokyseliny asparaginu Maillardovou reakcí, a vytvořené množství závisí na výši teploty, délce jejího působení a koncentraci redukcujících sacharidů. Akrylamid vzniká především při zahřívání potravin s obsahem fruktózy či glukózy a asparaginu nad 120 °C. Jeho průměrný obsah v bramborách je 1,135 mg/kg, 0,067–2,713 mg/kg v bramborových lupíncích, v hranolcích průměrně 0,055 mg/kg. Profesionálně vyrobené lupínky nebo hranolky jako polotovar jsou pod přísnou laboratorní kontrolou, problém by mohl nastat při domácí výrobě lupínků nebo hranolků (včetně dosmažení polotovaru), rozlišovacím prvkem je opět barva a platí, že smažíme pouze „dozlatova“, hnědé zbarvení už je nejen z hlediska obsahu akrylamidu nebezpečné.

V souvislosti s kontaminací životního prostředí se většinou hovoří o **skupině těžkých kovů**, které mohou být považovány za rizikové. Často jsou definovány jako kovy, jejichž specifická hmotnost je větší než 5 g/cm<sup>3</sup>. Při nižších koncentracích nejsou pro rostliny toxické, ale mohou být dále zapojovány do potravního řetězce a tím se pro svoji toxicitu a karcinogenitu stávají nebezpečnými i pro živočišné organismy. Mezi nejnebezpečnější patří kadmium, olovo, rtuť, dále zinek, nikl, měď, chrom, arsen, molybden, kobalt, cín a také potenciálně toxické prvky vanad, berylium, thorium. Převážná část těchto přijatých prvků rostlinami brambor se kumuluje v nadzemní části rostliny. Ke kontaminaci hlíz dochází v závislosti na citlivosti rostliny bramboru k příslušnému prvku, odrůdě a lokalitě pěstování. Dominujícím faktorem jsou však podmínky stanoviště. Největším potenciálním zdrojem znečištění půd těžkými kovy (a tedy i brambor, které tyto těžké kovy akumulují mezi plodinami průměrně) jsou kaly z čistíren odpadních vod a průmyslově vyráběné komposty.

**Dusičnany** patří mezi přirozené látky, které mohou v nadměrných koncentracích působit vážné zdravotní problémy. Brambory patří mezi plodiny, které se umísťují svým obsahem dusičnanů ve středu hodnot, tj. s mírným obsahem nitrátů. Obsah dusičnanů v hlízách bramboru není vysoký, představuje zhruba 4% celkového dusíku. Faktorů, které významně ovlivňují akumulaci a obsah dusičnanů v hlízách, je celá řada – odrůda, prostředí, hnojení dusíkatými hnojivy, skladování, přerušení přísunu dusičnanů a dále vlivy kuchyňské a potravinářské úpravy – loupání, vaření, sterilace, smažení, sušení, kterými lze obsah dusičnanů snížit.

Po aplikaci pesticidů se lze setkat jen v ojedinělých případech s **rezidui pesticidů** u brambor. Při konvenčním způsobu pěstování brambor se moderní pesticidy rychle rozkládají, nesmí se však používat levnější zastaralé, nebo dokonce zakázané pesticidy, ty se rozkládají dlouho a jsou širokospektrální, dále je nutné přesně dodržovat lhůty a dávky postřiků. S rezidui pesticidů se samozřejmě nesetkáme u brambor pěstovaných ekologicky, avšak pokud se moderní pesticidy aplikují správně, v plodinách nezůstávají a v životním

prostředí se postupně přirozenou cestou rozkládají působením světla, tepla, vzdušného kyslíku a vlhkosti v průběhu ochranné lhůty, tedy určitou dobu před sklizní. Nemůže tak docházet ke kumulaci jejich reziduí v rostlinách nebo v potravním řetězci.

Obsah těžkých kovů, dusičnanů a reziduí pesticidů je pravidelně kontrolován SZPI a za poslední dva roky nebyl zaznamenán jediný případ, kdy byl překročen jejich přípustný limit.



## SPOTŘEBITEL A KONZUMNÍ BRAMBORY

Jak již bylo uvedeno, brambory patří mezi základní nezastupitelné potraviny a jsou pravidelnou součástí našeho jídelníčku. Jejich spotřeba je v průměru relativně stabilní, i když se postupně mění forma, ve které jsou spotřebitelům nabízeny. Větší prostor mají polotovary a výrobky z brambor, i když nabízené výrobky nejsou vždy zárukou požadované úrovně spotřebitelské, resp. nutriční hodnoty.

Spotřebitel může mít v průběhu roku k dispozici konzumní brambory z různých zdrojů. V některých případech si může vybírat, v jiných se musí spolehnout na výrobce polotovarů a výrobků z brambor.

Významný podíl z celkové spotřeby brambor připadá na **veřejné stravování** (jídelny, restaurace, hotely, rychlá občerstvení apod.). U nich záleží na zodpovědnosti zaměstnanců těchto zařízení, kteří rozhodují o nákupu a přípravě syrových brambor, ale i polotovarů a výrobků z nich. Nesmí být nadřazována ekonomická stránka nad kvalitou, ale právě naopak. Výhodné jsou dlouhodobé vztahy s pěstiteli, resp. zpracovateli brambor, kteří odběratelům umožňují ovlivňovat výběr odrůd a do určité míry i kvalitu dodávaného zboží.

Při **nákupu** brambor by měl spotřebitel být aktivní a poměrně náročný. Nabízí se několik možností, které lze v případě potřeby kombinovat:

- prodej ze dvora
- prodej na farmářských a jiných trzích
- prodej v obchodě

Při prodeji **ze dvora** (při kterém jsou často nabízeny i „bio“ brambory) se musí spotřebitel spoléhat na pěstitele, že mu nabízí požadovanou kvalitu deklarované odrůdy. Výhodou je vesměs nižší cena a opakovaný odběr konzumních brambor od osvědčených pěstitelů. V posledním období se začíná postupně rozšiřovat nákup do tzv. „bedýnek“, při kterém jsou konzumní

brambory součástí čerstvých surovin, které jsou připraveny na přání spotřebitele. Předností tohoto způsobu prodeje je, že zboží je čerstvé, kvalitní a se známým původem. To ostatně platí i pro postup, při kterém jsou od farmářů pronajímána pole, na kterých farmář pěstuje to, „co si zákazník přeje“.

Při **stánkovém** prodeji by u nabízených brambor měly být k dispozici informace požadované příslušnou vyhláškou. Není to však pravidlem a mnohdy není zaručena ani pravost nabízené odrůdy, varný typ a kvalita.

V **obchodní síti** by se již tyto nedostatky neměly objevovat a informace pro spotřebitele by měla být úplná a pravdivá. Toto konstatování pak platí i pro polotovary a výrobky z brambor.

Nelze opomenout ani **produkci drobných pěstitelů**, vesměs samozásobitelů vlastních domácností, i když je pravděpodobné, že jejich brambory nacházejí mnohdy i širší uplatnění. V současné době totiž Český statistický úřad (ČSÚ) uvádí, že produkce raných brambor je z 48% zajištěna u drobných pěstitelů. U ostatních konzumních brambor pak to je 21%. Produkce z tohoto zdroje je velmi významná, u řady domácností kryje nejen spotřebu raných brambor, ale i významný podíl spotřeby v podzimním a zimním období. V tomto případě je důležité, aby drobný pěstitel nejen vybral odrůdy s požadovanou kvalitou, ale aby jim věnoval i odpovídající pěstitelskou péči.

## ČLENĚNÍ KONZUMNÍCH BRAMBOR PODLE SPOTŘEBITELSKÉHO UŽITÍ

V naší obchodní síti (a to platí i pro EU) se můžeme setkat se třemi kategoriemi konzumních brambor:

**Brambory nové**, které jsou obchodovány od 1. ledna do 15. května roku sklizně a vyznačují se pevnou, neloupající se slupkou. V ČR se pochopitelně nepěstují, nejedná se o typické rané brambory a dovoz je určen především pro zpestření nabídky na trhu. Dovoz nových brambor do ČR se uskutečňuje převážně z Egypta, Maroka, Španělska, Řecka a Itálie. Spotřeba nových brambor se u nás v průměru v posledních letech pohybuje ročně kolem 0,2–0,8 kg/obyvatele.

Výši prodeje ovlivňuje relativně vysoká spotřebitelská cena a v některých případech i kvalita, protože zboží je v obchodní síti mnohdy nabízeno delší dobu a tím se pochopitelně jakost zhoršuje a spotřebitel dává přednost kvalitním hlízám sklizeným v předcházejícím roce.

**Brambory rané** (konzumní rané) jsou sklizeny v rozmezí od 16. května do 30. června před ukončením vegetace a mají nedozrálou, loupající se slupku. Jejich obchodování se přípouští ještě v průběhu července. Produkce v ČR se pohybuje kolem padesáti tisíc tun a po zohlednění vlivu zahraničního obchodu se jejich průměrná spotřeba pohybuje kolem 6–7 kg na obyvatele ročně. Pro porosty určené pro produkci raných brambor je rozhodující schopnost rychlého počátečního růstu a vývoje porostu. Předpokládá se, že velmi rané odrůdy budou vhodné pro pěstování pod netkanou textilií a při využití závlah, vyhoví velikostí hlíz, obsahem sušiny a stolní hodnotou představám spotřebitelů již od třetí dekády května. Samozřejmostí by měla být produkce hlíz bez poškození nepříznivými půdními podmínkami a průběhem počasí, měkkou hnilobou, plísní bramboru (max. 1%) a vodnatou hnilobou (max. 1%). Důležitý je vzhled hlíz, který by měl umožnit při pozdějších sklizňových termínech i mytí hlíz. Kvalita hlíz souvisí s krátkou vegetační dobou porostů odrůd určených pro produkci raných brambor. Pěstitel kvalitu ovlivňuje



především výběrem odrůdy, včasným sázením předklíčené sadby, využitím netkané textilie a závlah. K udržení kvality přispívá bezprostřední návaznost mezi sklizní (která by měla skončit nejpozději 30. června) a spotřebou. U tohoto užitkového směru pěstování se mohou i proto problémy s kvalitou projevit zejména tehdy, když je obchod nabízí později (po 15. červenci), tj. v době, kdy by již spotřebitel měl nakupovat hlízy fyziologicky vyzrálejší s parametry brambor konzumních ostatních.

**Brambory konzumní ostatní** (konzumní pozdní) jsou sklíženy od 1. července a jsou určené pro letní, podzimní a zimní konzum, resp. pro dlouhodobé skladování až do jarních měsíců. Zároveň se využívají i pro zpracování na výrobky a polotovary (ty jsou ve většině zemí EU vedeny pod označením brambory pro průmyslové zpracování). Průměrná roční spotřeba v ČR se pohybuje kolem 63–65 kg na obyvatele při tendenci mírného poklesu, meziročně kolísá v závislosti na výši spotřebitelských cen a kvalitě nabízeného zboží. I zde hraje významnou roli zahraniční obchod, který ovlivňuje nabídku na trhu. Brambory ostatní konzumní jsou spotřebitelům dodávány především ve slupce, dále oloupané a po zpracování (lupínky, hranolky, kaše a další). Nároky na kvalitu jsou značné, protože bezvadný stav hlíz by měl být zajištěn od července sklizňového roku až do dubna – června roku následujícího. Výběr odrůd a zvolená technologie pěstování, sklizně, posklizňové úpravy, skladování a expedice by měla směřovat k naplnění nejdůležitějších kvalitativních znaků. K významným patří zejména tvar a velikost hlíz, poškození hlíz v důsledku působení nepříznivých půdních a povětrnostních podmínek (maximálně 3%) a hnilob (do 2%). Přednost mají odrůdy s odolností proti obecné strupovitosti, s dobrou skladovatelností, vhodné k mytí a v případě suroviny pro výrobky z brambor i požadovanou úroveň barvy konečného výrobku (lupínky, hranolky).

## ZÁKLADNÍ ZÁSADY PRO NAKUPOVÁNÍ BRAMBOR

Konzumní kvalita brambor je dána řadou znaků. Na kvalitu působí odrůda, pěstitelské podmínky a agrotechnické postupy pěstování brambor a řada dalších faktorů jako např. sklizeň, posklizňová a tržní úprava, skladování, ale i obchodníci. Za odrůdové znaky **vnější kvality hlíz** jsou především považovány velikost, tvar, hloubka oček, jemnost slupky, odolnost mechanickému poškození, skládkovým chorobám, obecné strupovitosti a vhodnost k mytí. Mezi odrůdové znaky **vnitřní kvality** patří barva a konzistence dužniny, tmavnutí hlíz po uvaření, chuť, vůně, stolní hodnota, obsah sušiny, chemické složení atd. Charakteristiky jako jsou velikost a tvar hlíz, barva a kvalita slupky atd. jsou sice považovány za kvalitativní charakteristiky, ale „pouze“ takové, které mohou ovlivnit volbu konzumenta. Skutečná kvalita brambor se odráží v kuchařské a nutriční hodnotě hlíz po uvaření a zpracování.

Spotřebitel, který nakupuje konzumní odrůdy brambor, by neměl vybírat odrůdu podle toho, jestli mají hlízy žlutou nebo červenou slupku, jak to i v současné době často bývá, ale měl by si je vybírat podle varného typu odrůdy, který charakterizuje **vnitřní kvalitu hlíz** na základě hodnocení konzistence, struktury, moučnatosti a vlhkosti hlíz po uvaření.

Barva slupky měla dříve bránit záměně odrůd určených pro výrobu škrobu za odrůdy konzumní tj. kvalitnější s odpovídající stolní hodnotou. To je asi i příčina určité nedůvěry spotřebitelů k současným červenoslupkým konzumním odrůdám. Postupně tento důvod i u nás pominul, červenoslupké odrůdy jsou na trhu jak z domácího, tak i zahraničního šlechtění a řadě z nich patří významné místo.

Varný typ (tab. 5) charakterizuje jednotlivé odrůdy s ohledem na jejich konzumní využití a zároveň dokládá, že odrůda splňuje kvalitativní parametry. Z porovnání významných odrůd pěstovaných v ČR je zřejmé, že barva slupky neovlivňuje varný typ a tedy ani kvalitu hlíz. Mezi odrůdami s červenou barvou slupky najdeme odrůdy pro přípravu salátů (např. Rosara s varným typem BA), odrůdy vhodné jako příloha (Red Anna s varným typem B), ale i odrůdy pro přípravu kaší a těst (Laura s varným typem B–BC). Podobná

situace je i u odrůd se žlutou slupkou, i když v jejich případě je nabídka těchto odrůd na našem trhu daleko vyšší.

Na výslednou úroveň stolní hodnoty, resp. jednotlivých složek tohoto kvalitativního znaku působí řada faktorů. Nejvýznamnější vliv má však odrůda (více než 76 %). Toto konstatování platí i pro chuť, která je jednou z nejdůležitějších složek celkové stolní hodnoty. V jejím případě je vliv odrůdy do určité míry nižší (60–70 %), a to díky vyššímu vlivu prostředí na tento ukazatel.

Chuť hlíz patří k významným kvalitativním ukazatelům, ale pro posouzení celkové úrovně stolní hodnoty nestačí, proto bereme v úvahu u vařených hlíz konzistenci, strukturu, moučnatost, vlhkost, tmavnutí po uvaření, barvu dužniny a stabilitu kvality.

Výsledkem celkového hodnocení je zařazení odrůdy dle varného typu, který určuje vhodnost pro přípravu jednotlivých druhů pokrmů. Kupující by měl být o varném typu vždy informován a měl by podle něj vybírat konzumní brambory tak, aby vyhovovaly jeho představám, resp. druhu připravovaného pokrmu.

Z výše uvedeného a tabulky 5 je zřejmé, že brambory pro přípravu jídel vybíráme především podle **varného typu** jednotlivých odrůd. Není výjimkou, že spotřebitelé znají osvědčené odrůdy, ty mnohdy pěstují, případně jim dávají přednost v obchodě, na trzích, u farmářů apod.

Dalším hlediskem je tzv. **vnější kvalita hlíz**, tj. jejich vzhled, velikost, tvar, mechanické poškození a přítomnost vad, případně chorob. Přednost dáváme hlízám s mělkými očky (dobře se loupají a jsou proto menší ztráty), bez povrchového poškození a viditelného napadení chorobami. Po odstranění slupky by měla být dužnina bez skvrn se zabarvením typickým pro nakoupenou odrůdu. Vnější kvalitu hlíz ovlivňuje i způsob uskladnění v obchodech, které může při vyšších teplotách a světle vyvolat nežádoucí ztrátu vody (hlízy vadnou), klíčení a především zelenání slupky, které často proniká i do dužniny.

Tab. 5: Charakteristika varných typů

Charakteristika	Varný typ				
	A	AB	B	BC	C
Konzistence	velmi pevná	pevná	středně pevná	kyprá	kyprá
Struktura	jemná až středně hrubá				jemná až hrubá
Moučnatost	velmi slabá		slabá	střední	silná
Vlhkost	střední	slabá až střední			
Nedostatky v chuti	nepatrné až střední				
Tmavnutí po uvaření	velmi slabé až středně silné				
Stabilita kvality	střední až velmi vysoká				

<b>A, AB (BA)</b>	<i>Charakterizuje odrůdy s velmi pevnou a pevnou dužninou, nerozvářivou, velmi slabě moučnatou, lojovitou, tj. odrůdy vhodné pro přípravu salátů a jako příloha.</i>
<b>B, BC</b>	<i>Patří sem odrůdy se středně pevnou až kyprou dužninou, slabě až středně moučnaté, vhodné jako příloha, do polévek a pro přípravu těst a kaší.</i>
<b>C (CB)</b>	<i>Odrůdy s kyprou, silně moučnatou dužninou, vhodné pro přípravu těst a kaší.</i>

Přípustný výskyt vad u konzumních brambor upravuje vyhláška č. 291/2010 Sb. (tab. 6). I proto je výhodné nakupovat myté hlízy, které je však nutné bezprostředně spotřebovat. Při nákupu nemytých hlíz je potřebná pečlivější kontrola kvality, protože řada nedostatků může být skryta pod zbytky ulpělé zeminy. Proto by v tomto případě měla být pro obchod samozřejmostí nabídka hlíz po jejich mechanickém očištění. Při nákupu „ze dvora“ je nejlepší, když opakovaně využíváme nabídku od osvědčeného pěstitele.

Tab. 6: Přípustný výskyt vad u konzumních brambor

Ukazatel	Brambory konzumní rané celkem nejvýše do 4 % hmotnosti	Brambory konzumní pozdní celkem nejvýše do 6 % hmotnosti
Nárůstky, fyziologické rozprasky, pořezání, omrzliny, otlaky, požerky	nad 3,5 mm	nad 5 mm
Čerstvé praskliny	nad 3,5 mm	
Zhojené praskliny	–	nad 5 mm
Skvrny pod slupkou	–	nad 5 mm
Deformace	těžké	
Zavadlé hlízy	jakékoliv	
Rzivost, dutost a jiné vnitřní vady	jakékoliv	
Naklíčené hlízy	–	delší než 3 mm
Hnědé skvrny způsobené sluncem	jakékoli	–
Obecná strupovitost povrchová	nad 1/4 povrchu, ale do 1 % v rámci 4% tolerance	nad 1/4 povrchu
Zelené hlízy	více než 1/8 povrchu, nebo po oloupání u 1 % hlíz v rámci 4% tolerance	více než 1/8 povrchu, nebo více než 1 vrstva loupání
Suchá hniloba a měkká hniloba	max. 1 % v rámci 4% tolerance	max. 1 % v rámci 6% tolerance
Plíseň bramboru	max. 1 % v rámci 4% tolerance	max. 1 % v rámci 6% tolerance
Mechanické příměši (nalepená a volná zemina, cizí tělesa)	do 1 % hmotnosti	do 2 % hmotnosti (z toho max. 1 % zeminy nalepené na hlízách)
Jiná odrůda nebo odrůdy, než je deklarováno	do 2 % hmotnosti	
Karanténní choroby	nepovoluje se	

Svoji úlohu má i **úroveň spotřebitelských cen**. Ta je sice velmi důležitá, ale je nutné si uvědomit, že jejich jednorázové snížení bývá často vyvoláno potřebou obchodníků prodat méně kvalitní brambory. Pro spotřebitele je výhodné v průběhu roku nakupovat menší množství zejména mytých hlíz pro bezprostřední spotřebu a využívat polotovary a výrobky z brambor. To ostatně platí i pro podzimní, zimní, případně jarní období. Při nákupu většího množství pro zimní uskladnění je výhodné využívat nabídky osvědčených pěstitelů, ale zároveň zajistit alespoň do určité míry podmínky, které jsou nutné pro úspěšné skladování brambor. To ostatně platí i pro zahrádkáře, kteří pěstují brambory i na uskladnění.

Pro **skladování brambor** v zimním období je nutné mít k dispozici prostory, které umožňují udržet teplotu nejlépe v rozmezí 4–6 °C a relativní vlhkost vzduchu kolem 93–98 %. Při nižších teplotách hlízy „sládnou“ (lze eliminovat jejich přenesením před kuchyňskou úpravou minimálně na týden do prostor s teplotou kolem 20 °C), při teplotách pod 0 °C může dojít k nevratnému poškození hlíz. Při vyšších skladovacích teplotách hlízy předčasně klíčí a dochází k snížení jejich nutriční hodnoty. U zahrádkářů je účelné (mimo uvedeného) po sklizni, tj. před vlastním uložením hlíz k dlouhodobému skladování zajistit při teplotě kolem 15–18 °C osušení hlíz (tj. odstranění volné vody na hlízách), zahojení případného mechanického poranění a vydýchání hlíz. Tím vytvoříme základní předpoklady pro dobrý průběh skladování.

## ČEHO SI VŠÍMAT PŘI KOUPI BRAMBOR

Spotřebitel má **právo** na kvalitní zboží. To platí jak pro brambory ve slupce, tak samozřejmě i pro polotovary a výrobky z brambor. Součástí nabídky musí být i odpovídající informace o zboží.

Hlízy konzumních odrůd **prodávané ve slupce** by měly být nepoškozené, čisté, zdravé a suché, měly by být pevné a mít lehkou zemitou vůni a stejnoměrnou barvu. Bez ohledu na to, jedná-li se o prodej volných nebo balených konzumních brambor po určitém množství, nesmí u nich chybět následující údaje (vyhláška č. 157/2003 Sb.):

- obchodní označení názvem skupiny (konzumní rané, konzumní pozdní)
- název odrůdy
- varný typ (u skupiny konzumní pozdní)
- u zabaleného zboží hmotnost v kilogramech
- země původu (u dovozu)
- adresa obchodní firmy, ze které musí být zřejmé, jedná-li se o výrobce, dovozce nebo prodejce
- barva dužniny a tvar hlíz (u skupiny konzumní rané)
- případně označení „drobné“ (u skupiny konzumní rané)

V případě **polotovarů a výrobků z brambor** se označování řídí zákonem č. 110/1997 Sb. vyhláškou č. 113/2005 Sb., která stanoví, že výrobek (potravina) musí být označen následujícími údaji:

- název obchodní firmy a sídlo výrobce
- název druhu, skupiny nebo podskupiny stanovené vyhláškou
- množství potraviny
- datum minimální trvanlivosti a použitelnosti potraviny
- údaj o způsobu skladování
- způsob použití potraviny
- složky potraviny
- přídatné látky, enzymy a aroma
- vyznačení, jde-li o potravinu nového typu anebo geneticky modifikovanou

Koupíme-li nekvalitní zboží, platí i pro brambory obecně platné **reklamační zásady**. Problematické je to však u syrových brambor, protože se jedná o zboží, které může být velmi snadno znehodnoceno nesprávným nebo nešetrným zacházením s ním. Proto se při nákupu syrových hlíz vyplatí věnovat větší péči kontrole kvality nabízeného zboží.

Odrůdy, které se u nás pěstují, jsou kvalitní a při hodnocení mají vesměs pouze malé nedostatky v chuti. Ke zhoršení stolní hodnoty a zejména chuti hlíz může dojít při pěstování, ale především v průběhu manipulace, skladování, tržní úpravy a prodeje hlíz. K nejzávažnějším chybám patří především nedodržování základních pěstitelských zásad (hnojení, ochrana proti škodlivým činitelům), mechanické poškození hlíz při sklizni a posklizňové úpravě, doprovázené napadením hlíz skládkovými chorobami, nevhodný skladovací režim, nešetrná tržní úprava a jak již bylo uvedeno i necitlivá manipulace v obchodní síti. Úroveň prodeje se v posledních letech postupně zlepšuje. Samozřejmě se stává prodej mytých hlíz řádně zabalených a označených. Spotřebitelé ustupují od zimního předzásobení, více nakupují v drobném balení a výrobky i polotovary z brambor.

Výhodné je nakupovat brambory v drobném, myté a řádně označené. Vybírat podle varného typu (odrůdy) a dávat přednost české produkci (u dovážených se jedná velmi často o méně kvalitní hlízy, které jako nadprodukce nenašly uplatnění v zemi vývozce). Větší množství pro zimní skladování je možné zakoupit, ale pouze od osvědčeného, resp. známého pěstitele se zárukou kvality a minimálních ztrát. Bohužel ani prodej nebalených brambor ve stáncích a v některých obchodech není bez rizika. Vesměs zde chybí pravdivé údaje o odrůdě a nabízené zboží neodpovídá kvalitou. K zlepšení situace může přispět i sám spotřebitel tím, že bude vyžadovat, aby zboží bylo kvalitní, a upozorní na zjevné nedostatky.

## ODRŮDY PĚSTOVANÉ V ČESKÉ REPUBLICE, jejich rozdělení a využití při přípravě jídel

U nás mohou být pěstovány odrůdy registrované v ČR (v r. 2012 jich bylo celkem 146) a odrůdy registrované v ostatních státech EU (Společný katalog odrůd druhů zemědělských rostlin uvádí téměř 1 500 odrůd).

Pouze malá část z tohoto množství je skutečně nabízena na trhu. Náš spotřebitel je odkázán na nabídku prodávajícího a tím je ve svém rozhodování značně omezen. Není sice omezován ve výběru varného typu, ale i zde převažují odrůdy s varným typem B, a to i proto, že odrůd varného typu A (resp. AB) je relativně málo a o varný typ C (CB) není příliš velký zájem. V současné době (odvozeno od množitelských ploch) je pět nejrozšířenějších konzumních odrůd bramboru (tab. 7).

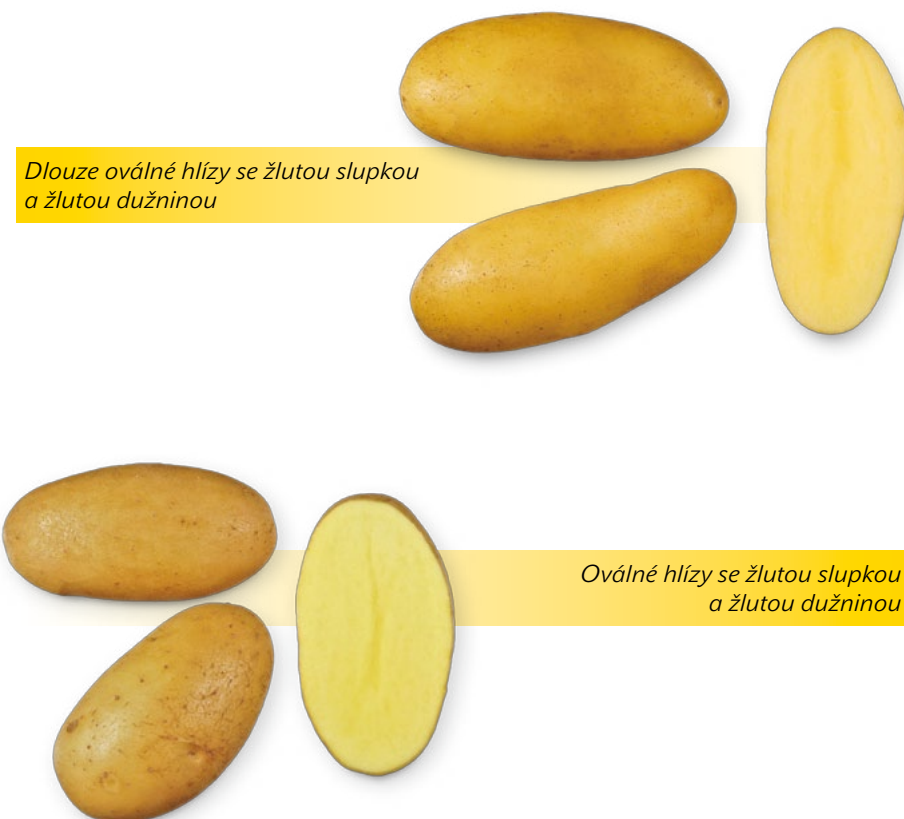
Tab. 7: Konzumní odrůdy bramboru s plochou množení nad 100 ha v roce 2012

Odrůda pořadí dle plochy množení	Délka vegetační doby	Varný typ	Nedostatky v chuti	Země původu
Adéla	raná	B	velmi malé	CZ
Marabel	raná	BA-B	velmi malé	D
Impala	velmi raná	B	střední	NL
Dalí	raná	BA	velmi malé	D
Princess	raná	BA	střední	D

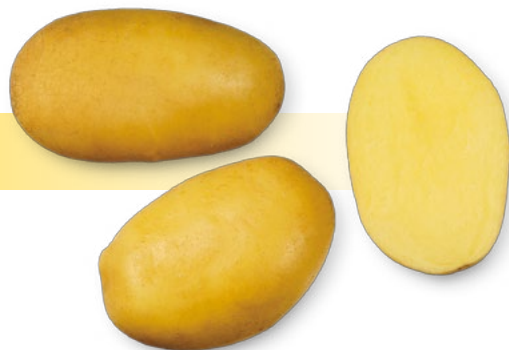
Sortiment odrůd se postupně mění. O některé není zájem (ustupují), nové se prosazují, osvědčené (stabilní) tvoří rozhodující nabídku a v jejich případě jsou změny relativně malé.

Pro informaci zároveň uvádíme širší přehled odrůd určených pro konzumní účely, kterým v ČR v současné době patří významnější místo (nad 20 ha množení), nebo se jedná o odrůdy určené pro speciální využití. Pořadí odrůd je dáno plochou množení v roce 2012. U odrůd registrovaných v ČR byly využity údaje ÚKZÚZ. U ostatních informace za zahraničních katalogů.

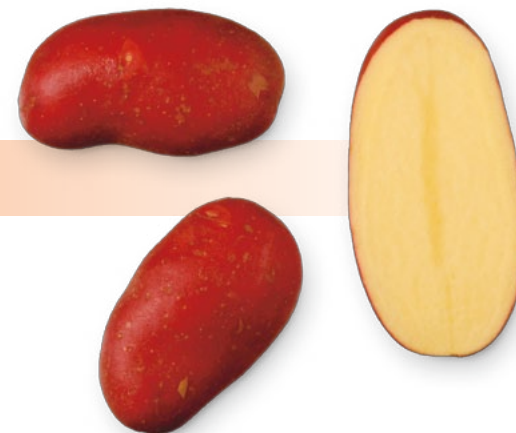
## PŘÍKLADY RŮZNÝCH TYPŮ HLÍZ BRAMBOR



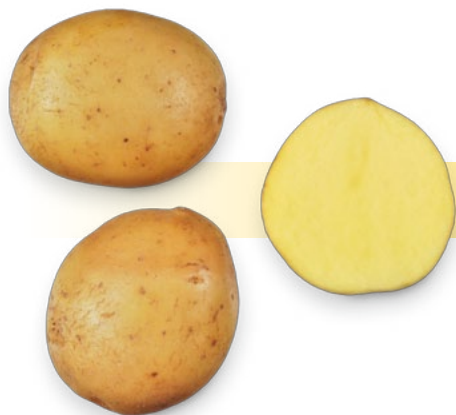
*Krátce oválné hlízy se žlutou slupkou a žlutou dužninou*



*Oválné hlízy s červenou slupkou a žlutou dužninou*



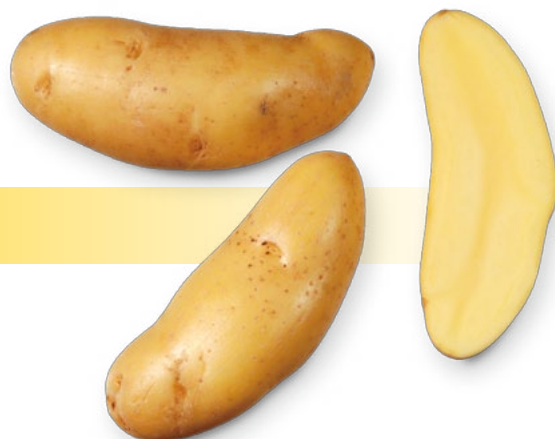
*Kulovité hlízy se žlutou slupkou a žlutou dužninou*



*Krátce oválné hlízy se červenou slupkou a žlutou dužninou*



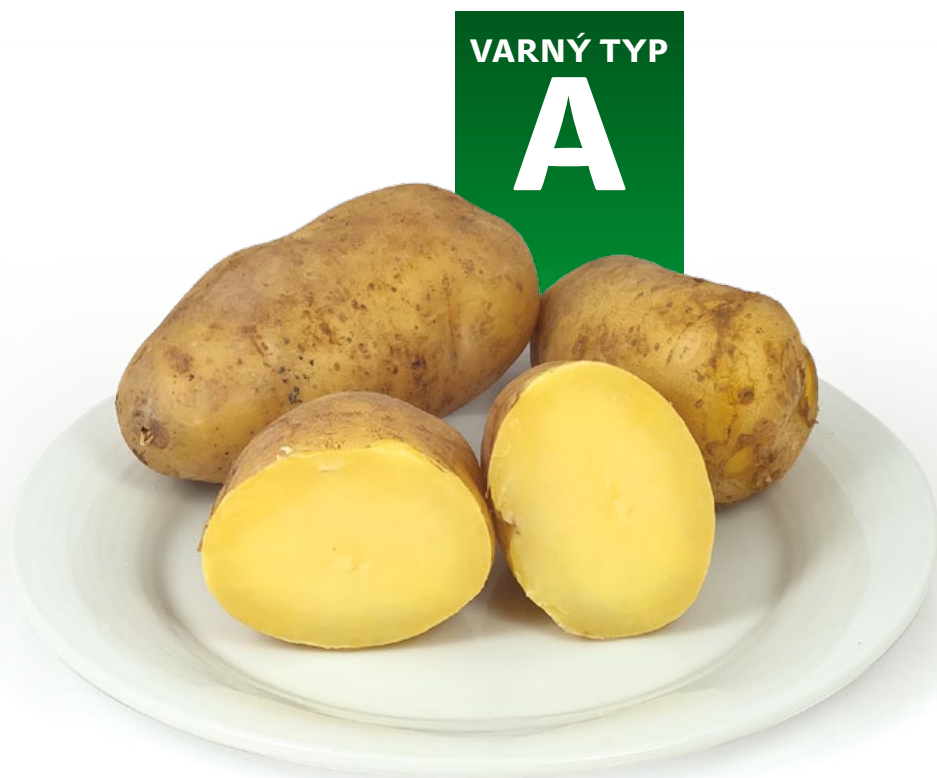
*Rohlíčkovité hlízy se žlutou slupkou a žlutou dužninou*



*Oválné hlízy s modrofialovou slupkou a dužninou*



**Odrůdy varného typu A, AB (BA)** s velmi pevnou a pevnou, nerozvářivou, velmi slabě moučnatou, lojovitou dužninou jsou vhodné pro přípravu salátů, k opékání, k vaření ve slupce i bez slupky a k zapékání, tj. jako příloha. V současné době tuto skupinu představuje především 15 odrůd. Jedná se o 8 odrůd německého, 6 odrůd holandského a 1 odrůdu rakouského šlechtění (tab. 8). Využití raných a poloraných odrůd je především při pěstování ostatních konzumních brambor, tj. pro sklizeň v období po 1. červenci. Velmi rané odrůdy jsou přednostně sázeny u drobných pěstitelů – zahrádkářů a u pěstitelů v teplejších, úrodnějších oblastech pro produkci raných brambor v období již od konce května.

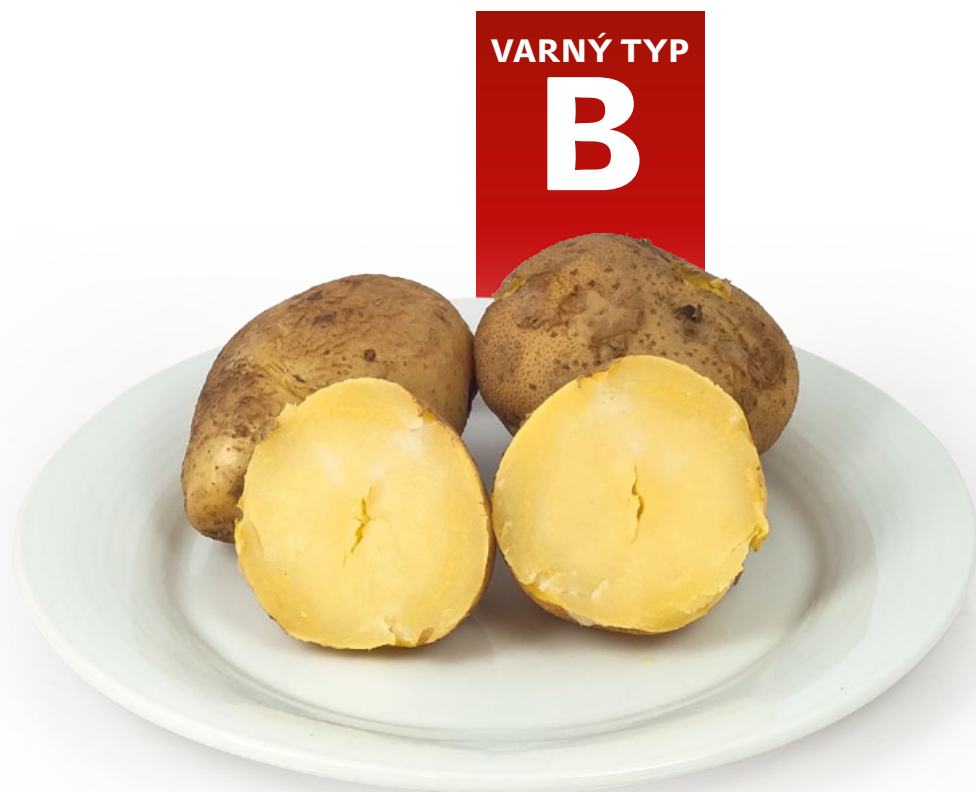


Tab. 8: Odrůdy s velmi pevnou a pevnou dužninou

Odrůda pořadí dle plochy množení	Země původu	Vegetační doba	Tvar hlíz	Varný typ	Barva slupky	Barva dužni- ny	Hlavní užití
Marabel	D	raná	oválný	BA-B*	žlutá	žlutá	konzum
Dali	NL	raná	oválný	BA*	žlutá	světle žlutá	konzum
Princess	D	velmi raná až raná	oválný	AB	bílá až žlutá	žlutá	konzum
Carrera	NL	raná	oválný	AB	žlutá	žlutá	konzum
Rosara	D	velmi raná	oválný	BA*	červená	žlutá	letní konzum
Belana	D	raná	oválný	AB*	žlutá	tmavě žlutá	konzum
Ditta	A	poloraná	dlouze oválný	AB*	žlutá	žlutá	konzum
Agáta	NL	raná	oválný	A	žlutá	světle žlutá	konzum
Baccara	D	raná	oválný až dlouze oválný	AB*	žlutá	žlutá	konzum
Colette	D	velmi raná	oválný	BA*	žlutá	světle žlutá	letní konzum
Madeleine	NL	raná až poloraná	oválný	AB	žlutá	světle žlutá až žlutá	konzum
Anuschka	D	velmi raná	oválný až kulovitý	AB	žlutá	žlutá	letní konzum
Riviera	NL	velmi raná	kulovito oválný	AB	žlutá	světle žlutá	letní konzum
Mariska	NL	poloraná	oválný	BA	žlutá	žlutá	konzum
Bernadette	D	raná	oválný až dlouze oválný	AB	bílá	světle žlutá	konzum

Pozn.: \* při registraci odrůdy v ČR

**Odrůdy varného typu B, BC** se středně pevnou až kyprou, slabě až středně moučnatou dužninou patří k univerzálnějším odrůdám, které nezklamou a jsou vhodné pro přípravu téměř všech pokrmů z brambor, včetně těst a kaší, polévek, bramborového guláše a jako příloha. Tato skupina je nejrozšířenější, patří sem 19 odrůd. Jedná se o 9 odrůd německého, 5 odrůd českého, 4 odrůdy holandského šlechtění a 1 odrůdu vyšlechtěnou ve Francii (tab. 9). V této skupině jsou i odrůdy polopozdní, a proto rozmanitá délka vegetační doby a relativně univerzální varný typ (B) vytváří optimální nabídku pro jejich využití. Odrůdy se mohou uplatnit postupně od raného konzumu (velmi rané), přes letní, podzimní a zimní období. Při vhodném skladovacím režimu řada z nich má předpoklady pro dlouhodobé skladování, tj. udrží si požadovanou kvalitu až do května případně června následujícího roku.



Tab. 9: Odrůdy se středně pevnou až kyprou dužninou

Odrůda pořadí dle plochy množení	Země původu	Vegetační doba	Tvar hlíz	Varný typ	Barva slupky	Barva dužniny	Hlavní užití
Adéla	CZ	raná	krátce oválný	B*	žlutá	tmavě žlutá	konzum
Impala	NL	velmi raná	oválný až dlouze oválný	B*	žlutá	světle žlutá	letní konzum
Laura	D	poloraná	dlouze oválný	B-BC*	červená	tmavě žlutá	konzum
Red Anna	CZ	poloraná	krátce oválný	B*	červená	tmavě žlutá	konzum
Gala	D	raná	krátce oválný	B	žlutá	žlutá	konzum
Agria	NL	poloraná	oválný	B*	žlutá	žlutá	konzum
Monika	CZ	velmi raná	dlouze oválný	B*	žlutá	světle žlutá	letní konzum
Krone	D	raná až poloraná	oválný	B	žlutá	žlutá	konzum
Magda	CZ	velmi raná	krátce oválný	B*	žlutá	světle žlutá	letní konzum
Adora	NL	velmi raná	oválný	B-BC*	žlutá	krémová	letní konzum
Elfe	D	raná	oválný	B	žlutá	žlutá	konzum
Marena	D	polopozdní	krátce oválný	B*	žlutá	světle žlutá	konzum
Daisy	FR	raná až poloraná	oválný	B	světle žlutá	světle žlutá	konzum
Ramos	NL	raná	dlouze oválný	BC*	žlutá	světle žlutá	konzum
Jelly	D	polopozdní	oválný	B*	žlutá	žlutá	konzum
Flavia	D	velmi raná	oválný	B	žlutá	žlutá	letní konzum
Merida	D	raná	krátce oválný	B	žlutá	žlutá	konzum
Primadonna	D	raná	oválný	B	žlutá	žlutá	konzum
Bohemia	CZ	raná	oválný	B*	žlutá	žlutá	konzum

Pozn.: \* při registraci odrůdy v ČR



**Odrůdy varného typu C, CB** s kyprou, silně moučnatou dužninou, vhodné pro přípravu těst a kaší, představují v současné době pouze dvě významnější odrůdy, a to po jedné odrůdě z německého a rakouského šlechtění (tab. 10). Přednostně se hodí i na přípravu knedlíků, noků a pro pečení v alobalu. Jak již bylo uvedeno, odrůdy tohoto varného typu nejsou příliš oblíbené. Náš spotřebitel dává přednost odrůdám s pevnější dužninou, rozvářivé nejsou příliš vyhledávané.

Tab. 10: Odrůdy s kyprou, silně moučnatou dužninou

Odrůda pořadí dle plochy množení	Země původu	Vegetační doba	Tvar hlíz	Varný typ	Barva slupky	Barva dužniny	Hlavní užití
<b>Hermes</b>	A	raná až poloraná	krátce oválné až oválné	C	žlutá	světle žlutá až žlutá	konzum
<b>Satina</b>	D	poloraná	krátce oválný	CB*	žlutá	světle žlutá	konzum

Pozn.: \* při registraci odrůdy v ČR



**Odrůdy pro speciální užití** (tab. 11) byly v ČR registrovány s ohledem na specifické využití v jídelničce. Mají malou pěstitelskou plochu a jsou určeny pro obohacení nabídky na trhu (pro přípravu tradičních vánočních salátů, barevných kaší a výrobků).

Odrůda Keřkovské rohlíčky byla opakovaně registrována v roce 1995, a to na základě zájmu spotřebitelů o tuto specifickou, ale především tradiční odrůdu, určenou zejména pro vánoční trh.

Odrůda Valfi vyniká specifickou barvou slupky a dužniny a je i pro vyšší obsah antioxidantů postupně uplatňována i v ostatních zemích EU. I když je možné předpokládat rozšíření nabídky speciálních odrůd pro trh, bude jejich uplatnění relativně malé a budou využívány pouze k obohacení trhu, resp. jako součást gastronomických specialit.

Tab. 11: **Odrůdy pro speciální užití**

Odrůda pořadí dle plochy množení	Země původu	Vegetační doba	Tvar hlíz	Varný typ	Barva slupky	Barva dužniny	Hlavní užití
Keřkovské rohlíčky	CZ	poloraná	dlouhý rohlíčkovitý	BA-B*	žlutá	světle žlutá	konzum, určená především k výrobě tradičních vánočních salátů
Valfi	CZ	poloraná až polo pozdní	oválný	—	modrá	modrostrakatá	speciální využití k výrobě tradičních vánočních salátů, na barevné kaše a výrobky

Pozn.: \* při registraci odrůdy v ČR



Jak již bylo uvedeno, produkce brambor u našich zahrádkářů je velmi významná, a to především v případě raných konzumních brambor. Vypěstují téměř polovinu spotřeby ČR a jejich produkce patří k nejkvalitnějším. Mají významné místo i při pěstování brambor určených pro zimní uskladnění. Navíc většina zahrádkářů vyhledává nové odrůdy a pěstitelské postupy, jejichž uplatnění přináší žádoucí užitek.

Pěstování na zahrádce je ideální příležitostí zejména pro produkci kvalitních konzumních hlíz. Intenzivní použití minerálních hnojiv či přípravků na ochranu rostlin lze částečně nahradit pečlivým obděláváním a pravidelnou péčí o porost brambor. Prvním předpokladem pro úspěšné pěstování brambor je používání kvalitní, tj. certifikované sadby. Důležitá je pečlivá příprava půdy před výsadbou zahrnující nejen mechanické zásahy (kypření apod.), ale i organické hnojení doplněné v případě potřeby uvážlivou aplikací minerálních hnojiv. Po výsadbě jsou důležitá především opatření zabraňující nadměrnému zaplevelení a chránící porost proti napadení plísní bramboru, případně mandelinkou bramborovou.

A nyní několik slov k nejdůležitějším zásadám při pěstování brambor na zahrádce.

## PĚSTITELSKÁ OPATŘENÍ

Pěstitelská opatření platí obecně, případně navazují na rozhodující vlastnosti jednotlivých odrůd. Existence odrůd pro speciální užití (například Valfi, Keřkovské rohlíčky) přináší řadu otázek, které kladou nejen spotřebitelé, ale i případní pěstitelé. Pěstitelská odlišnost odrůd pro speciální užití je pochopitelná, neboť jejich výjimečnost je do určité míry kompenzována potřebou větší pěstitelské péče. Dobrý pěstitelský výsledek se neobejde bez zvýšené péče, ale i určitých nákladů, které se nám vrátí při bohaté sklizni kvalitních hlíz.

## TO NEJDŮLEŽITĚJŠÍ

- Při výběru pozemku dáváme přednost stanovišti bez výskytu kamenů a těm, na kterých nebylo v minulých letech zaznamenáno nadměrné napadení hlíz aktinobakteriální obecnou strupovitostí bramboru, drátovci nebo dokonce výskyt karanténních škodlivých činitelů háďátka bramborového a rakoviny bramboru. I proto by mělo být samozřejmostí, že od posledního pěstování brambor na stanovišti je minimálně čtyřletý odstup.



- K sázení by měla být používána pouze certifikovaná, tj. zdravá sadba osvědčených odrůd.

- V podstatě bez ohledu na délku vegetační doby zvolené odrůdy je účelné provést předkličování sadby. Na toto opatření pozitivně reaguje většina odrůd dřívější sklizní větších hlíz. Předkličování provedeme tak, že nejméně šest týdnů před předpokládaným termínem sázení sadbové hlízy umístíme do tmavé místnosti s teplotou 8–12 °C a od poloviny této doby (resp. po vytvoření 3–5 mm dlouhých klíčků) zvýšíme teplotu (na 12–18 °C) a zároveň zajistíme dostatečný přístup světla. Lze doporučit „vylomení“ vrcholového klíčku proto, aby se na hlíze probudila ostatní očka a vytvořil se předpoklad pro tvorbu vyššího počtu stonků a tím i více hlíz. Veškerá opatření by měla směřovat k vytvoření co nejlepších podmínek pro rychlé vzejití rostlin. V opačném případě hrozí nebezpečí větší mezerovitosti porostu.



- Organické hnojení (hnůj, zelené hnojení) zapravujeme zásadně na podzim. Na jaře lze využít pouze kvalitní kompost. Dávka kvalitního hnoje by neměla přesáhnout 50 kg na 10 m<sup>2</sup>. Kvalitu hlíz pozitivně ovlivňuje zařazení brambor do tzv. „druhé tratě“, tj. po hnojem hnojené předplodině.
- Obsah živin v půdě by se měl pohybovat kolem dobré zásoby fosforu, draslíku a hořčíku (i drobní pěstitelé – zahrádkáři by si měli občas nechat provést rozbor půdního vzorku), při půdní reakci v rozmezí 5,5–6,5 pH/KCl.
- Při pravidelných a vyšších dávkách organických hnojiv, pečlivé agrotechnice a ochraně by bylo možné hnojení minerálními, zejména dusíkatými hnojivy, vynechat. Používají-li se nižší dávky organických hnojiv a pouze nepravidelně, nebo jsou brambory zařazeny do tzv. „druhé tratě“, je účelné použít např. Cererit v dávce kolem 0,6 kg na 10 m<sup>2</sup> (tam, kde je potřebné použít i fosfor, draslík a hořčík) nebo jako zdroj dusíku např. síran amonný (kolem 0,3 kg na 10 m<sup>2</sup>).
- Kypření půdy před sázením je nutné provést za optimální půdní vlhkosti, co nehlouběji tak, aby nedošlo k tvorbě hrud. Ideální je použití rotačního kypřiče.
- Sážíme mělce (50 mm od urovnaného povrchu půdy) a po zasazení se snažíme nahrnout nad hlízu co nejvyšší vrstvu půdy (alespoň 100 až 150 mm). Vzdálenost řádků je méně důležitá, může se pohybovat od 625 do 750 mm (u zahrádkářů i 500 mm), v řádku 300–350 mm.
- Po zasazení sledujeme klíčení plevelů a snažíme se opakovaným vláčením a kypřením (proorávky, okopávání) udržet povrch půdy bez plevelů a shonky kypré a provzdušněné. Kypření provádíme 2× do vzejití a 2–3× po vzejití. Ukončíme je v době zapojení porostu.

- O výši výnosu a kvalitě hlíz rozhoduje poměrně výrazně i dostatek vláhy v době intenzivního růstu hlíz (u velmi raných odrůd červen, u ostatních především v červenci a srpnu). Při nedostatku srážek v tomto období je efektivní dodání chybějící vody závlahou. Závlaha v době nasazování hlíz také snižuje napadení obecnou strupovitostí.
- Velkou péči vyžaduje ochrana proti plísni bramboru, která se neobejde bez použití fungicidů, především u odrůd, které jsou náchylnější na napadení hlíz touto chorobou. Porost musí být ošetřen již preventivně před infekcí, začínáme proto ještě před zapojením porostu. Další postřiky aplikujeme podle průběhu počasí a snažíme se, aby fungicidní clona nebyla přerušena. Fungicidy by se měly střídát, aby se zabránilo tvorbě rezistentních kmenů původce k účinným látkám. V současné době je u nás povoleno proti plísni bramboru téměř čtyřicet přípravků. Je nutné vždy respektovat údaje a doporučené použití uváděné na jejich etiketách. V postřikovém sledu je vhodné nejdříve použít přípravky, které pronikají do rostliny, jsou v ní systémově rozváděny a chrání proto i nové přírůstky. V druhé polovině vegetace při intenzivním šíření choroby používáme hloubkově působící nejúčinnější fungicidy a v závěru vegetace přípravky chránící hlízy. Pro postřikový sled při středním infekčním tlaku choroby mohou být použity například tyto přípravky v pořadí: Ridomil Gold MZ Pepite (2×), Infinito nebo Revus (2×), Altima 500 SC nebo Ranman Top (2×). Dávka vody by neměla



Primární infekce plísní bramboru



Úživný žír dospělců mandelinky bramborové

v žádném případě klesnout pod 0,4 l na 10 m<sup>2</sup>. Obvykle je nutné postřiky opakovat po 7–10 dnech. Po intenzivních srážkách nečekat, ale obnovit postřik co nejdříve. Sledujeme zároveň výskyt mandelinky bramborové. Na malých plochách provádíme zásadně ruční sběr. Dodejme, že na větších se sice neobejdeme bez použití insekticidu, ale to je nutné volit citlivě a zaměřit se pouze na včasné ošetření ohnisek, to znamená vyvarovat se plošné aplikace. K dispozici je také účinný ekologický přípravek NeemAzal T/S, jehož účinnou látkou je azadirachtin A, výtažek ze semen tropické rostliny *Azadirachta indica*.

- Fyziologické (tj. přirozené) dozrání porostu by mělo být samozřejmostí. Nepodaří-li se zvládnout ochranu proti plísni bramboru, musíme zabránit jejímu přechodu na hlízy. To je možné rozdrčením (posečením, vytrháním) natě a případně jejím odstraněním z pozemku nejpozději v době, kdy je napadeno 5 % natě.
- Pro sklizeň na malých plochách je nejlepší pečlivý ruční sběr, případně použití jednořádkového sklizeče. Protože hlízy jsou vesměs citlivé na mechanické poškození a tím i k napadení suchou fusariovou hnilobou, vyžadují sklizeň při příznivém počasí a teplotě půdy nad 8 °C. Nutná je opatrná manipulace při sklizni, případně dopravě a uložení ke skladování.
- Před uskladněním (1–2 dny) hlízy nejprve při vyšší teplotě osušíme. Následně (2–3 týdny) při teplotě 12–18 °C dojde k zahojení případných mechanických poranění a k vydýchání hlíz. Poté hlízy uskladníme a podle možnosti postupně ochladíme na skladovací teplotu (4–6 °C). Před kuchyňskou úpravou je účelné přenést hlízy nejméně na týden do místnosti s teplotou kolem 20 °C.



Osvědčené pěstitelské postupy je nutné v případě potřeby upravit s ohledem na specifické vlastnosti jednotlivých odrůd a osobní zkušenosti pěstitelů. Obecně platí, že ten, kdo si při pěstování brambor vybere vhodné odrůdy a dodržuje stanovené postupy pro pěstování a ochranu, je s výsledkem z hlediska výše produkce a kvality hlíz téměř vždy spokojen. Jedině pečlivý pěstitel se dočká uspokojivého výsledku. Podaří-li se zvládnout všechna pěstitelská úskalí odrůd, odvděčí se velmi slušnou sklizní hlíz vhodných i pro různá kulinářská překvapení.



# máme rádi brambory

## OSVĚDČENÉ RECEPTY



### Polévky

Tradiční bramborová polévka . . .	56
Kulajda . . . . .	57
Couračka s kysaným zelím . . . . .	58
Pikantní česnečka . . . . .	59
Kuřecí vývar s knedlíčky . . . . .	60
Bramborové knedlíčky I . . . . .	61
Bramborové knedlíčky II. . . . .	61

### Přílohové brambory

Važené brambory . . . . .	62
Bramborová kaše . . . . .	63
Pečené brambory . . . . .	64
Bramborové hranolky . . . . .	65
Americké brambory I . . . . .	66
Americké brambory II. . . . .	67
Bramborové knedlíky . . . . .	68
Chlupaté knedlíky . . . . .	69
Štuchané brambory s cibulkou . .	70

### Hlavní jídla

Halušky . . . . .	71
Plněné bramborové knedlíky . . . .	72
Bramborový guláš . . . . .	73
Párek v bramborovém těstě . . . .	74
Zapečené brambory se špenátem .	75
Zapékané brambory s cibulí . . . .	76
Francouzské brambory . . . . .	77
Vějířové brambory . . . . .	78
Plněné bramborové krokety . . . .	79
Brambory ve slanině . . . . .	80
Plněné brambory . . . . .	81
Bramborové špízy . . . . .	82
Bramborové langoše . . . . .	83
Bramboráky . . . . .	84
Plněný bramborák . . . . .	85
Lehký bramborový salát . . . . .	86
Babiččin rychlý bramborový salát	87
Bramborový tatarák . . . . .	88
Bramborový chléb . . . . .	89
Škubánky . . . . .	90
Švestkové knedlíky . . . . .	91
Bramborové šišky . . . . .	92
Bramborové placky . . . . .	93

### Pochutiny

Bramborové lupínky . . . . .	94
Slané tyčinky . . . . .	95

### Moučníky

Bramborové řezy I . . . . .	96
Bramborové řezy II . . . . .	97
Šachovnicový dort . . . . .	98



56 POLÉVKY

DOBA PŘÍPRAVY 30 minut

## Tradiční bramborová polévka

**SUROVINY NA 4 PORCE** 300g brambor, 100g kořenové zeleniny, cibule, houby, krupky, 1,5l vody, 50g másla, 30g hladké mouky, sůl, kmín, majoránka, 2 stroužky česneku, 2 lžíce husté kyselé smetany

Očištěnou a omytou zeleninu rozkrájíme na nudličky nebo na kostičky (můžeme nastrouhat nahrubo), cibuli na kostičky. Máme-li sušené houby, necháme je změkhnout ve studené vodě, pak je vymačkáme a drobně usekáme. Čerstvé houby nakrájíme. Očištěné a omyté brambory nakrájíme na kostky. Na másle osmažíme zeleninu s cibulí a orestujeme, přidáme krupky a nakrájené houby. Osolíme, okmínujeme a necháme chvíli restovat, až se vysmaží šťáva ze zeleniny a hub. Zalijeme vodou, přidáme nakrájené brambory a vaříme. Když je vše měkké, zahustíme polévku zlatou jíškou připravenou z másla (sádla) a mouky, okořeníme ji drceným kmínem, majoránkou a povaříme.

## Kulajda

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg brambor, 200g čerstvých hub, 80g cibule, 60g másla nebo rostlinného tuku, 40g polohrubé mouky, 2 vejce, 0,2l kysané smetany nebo šlehačky, kopr, bobkový list, kmín, pepř, sůl

Oloupané brambory uvaříme v osolené vodě s kmínem a bobkovým listem. Jemně nasekanou cibuli zpěníme na části másla nebo rostlinného tuku, přidáme nakrájené houby, sůl, pepř, kmín a vše podusíme. Ze zbylého másla a mouky připravíme světlou jíšku, zalijeme studenou vodou a dobře povaříme. Do povařeného základu přidáme uvařené brambory, podušené houby a uvařená posekaná vejce. Nakonec zjemníme kysanou smetanou, podle chuti osolíme, okyselíme a necháme přejít varem. Do hotového pokrmu přidáme kopr.

DOBA PŘÍPRAVY 40 minut

POLÉVKY 57





58 POLÉVKY

DOBA PŘÍPRAVY 35 minut

## Couračka s kysaným zelím

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 l vody, 400g brambor, 400g kysaného zelí, 1 cibule, 60g másla, 50g slaniny nebo klobásy, 100g husté smetany, hladká mouka na jíšku, sůl, pepř, kmín, sladká paprika

Kysané zelí pokrájíme na menší kousky, zalijeme vodou, přidáme sůl a koření. Na másle osmahneme klobásu, cibuli a směs zasypeme moukou. Zlatavou jíšku přidáme do vývaru se zelím, přisypeme na kostičky pokrájené uvařené brambory a necháme přejít varem. Nakonec přidáme sladkou smetanu.

## Pikantní česnečka

**SUROVINY NA 4 PORCE** 3 brambory, 1 hlavička česneku, 1 kostka bujonu, polévkové koření, sůl, kmín, majoránka, petržel

Brambory oloupeme, nakrájíme na kostky a dáme do 1 litru vody. Česnek očistíme a rozetřeme se solí, přidáme kostku bujonu, kmín a sůl. Za občasného míchání vaříme doměkka. Před dokončením přidáme rozetřený česnek, majoránku a špetku pepře. Dochutíme polévkovým kořením, přisolíme, krátce povaříme. Na talíři posypeme sekanou petrželkou.

DOBA PŘÍPRAVY 20 minut

POLÉVKY 59







60 POLÉVKY

DOBA PŘÍPRAVY 60 minut

## Kuřecí vývar s knedlíčky

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 l kuřecího vývaru (1 l vody a bujon), dle chuti strouhaná kořenová zelenina, 1 menší cibule, stroužek česneku, 3 kuličky celého pepře, nového koření, 1 bobkový list, sůl, polévkové koření

Z kuřecí polévkové směsi uvaříme vývar, scedíme, přidáme nastrouhanou kořenovou zeleninu, cibuli a koření, když se polévka začne vařit, přidáme bramborové knedlíčky a vaříme doměkka.

## Bramborové knedlíčky I

**SUROVINY NA 4 PORCE** 120 g vařených brambor, 1 vejce, 20 g tuku, 50 g krupice, 2 plátky šunky, 2 lžičce oleje, sůl

Brambory nastrouháme najemno. Tuk utřeme se solí, přidáme nastrouhané brambory, najemno nakrájenou šunku a zahustíme krupicí. Tvoříme malé knedlíčky, které vhazujeme do rozpáleného oleje a smažíme.



DOBA PŘÍPRAVY 30 minut

POLÉVKY 61

## Bramborové knedlíčky II

**SUROVINY NA 4 PORCE** 3 až 4 středně velké vařené brambory, 50 g másla, 1 vejce, špetka muškátového květu, sůl, 1 lžičce sekané petrželové natě, 5 až 6 lžic hrubé mouky

Utřeme máslo, vejce, sůl, koření a jemně nastrouhané brambory. Přidáme mouku až do zhoustnutí. Z tužšího těsta zhotovíme malé knedlíčky, které zaváříme přímo do polévky.





## Bramborová kaše

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg brambor, sůl, 300 ml mléka, hrudka másla

Brambory oloupeme a několikrát propláchneme studenou vodou, aby se vyplavil škrob. V osolené vodě uvaříme doměkka – nesmíme příliš rozvařit, kaše by byla vodnatá. Po uvaření slijeme vodu, přidáme hrudku másla, rozštoucháme, přidáme teplé mléko a vyšleháme dohladka. Bramborovou kaši připravujeme z teplého mléka, jen tak bude nadýchaná a nezklihovatí.

## Vařené brambory

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg brambor, voda, sůl, kmín

Brambory omyjeme, oloupeme, nakrájíme na kostky. Dáme do horké vody, osolíme, okmínujeme a vaříme doměkka (asi 10–15 minut podle velikosti kostek a odrůdy brambor). Do vody, ve které brambory vaříme, můžeme přidat kromě soli a kmínu ještě trochu mléka nebo citrónové šťávy, celerovou či petrželovou nať, libeček nebo stroužek česneku. Především staré brambory takto získají výbornou chuť.

Podáváme jako přílohu sypané pažitkou nebo petrželí.





## Pečené brambory

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg brambor, 4 lžíce olivového oleje, 2 lžičky grilovacího koření (nebo bylinkové koření), sůl

Olej smícháme s kořením. Brambory necháme ve slupce, důkladně omyjeme a osušíme. Nakrájíme na čtvrtky nebo na osminky (podle velikosti). Nасыpeme je do mísy, zalijeme olejem s kořením a dobře promícháme, aby byly všechny brambory „naolejované“.

Plech vyložíme papírem na pečení a brambory na něj rozložíme. Vložíme do trouby vyhřáté na 230 °C, po 15 minutách ztlumíme na 200 °C a dopečeme doměkka (asi 15–20 minut). Solíme až na talíři. Podáváme s mlékem, keřírem, podmáslím nebo koprovou omáčkou, případně jako přílohu k masu.

## Bramborové hranolky

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg brambor, olej na smažení, voda, sůl

Oloupané brambory nakrájíme na stejně velké hranolky, zalijeme studenou vodou a necháme 30 minut stát, aby se z nich vyplavil přebytečný škrob. Aby olej při smažení neprskal osušíme je v čisté utěrce. Osušené hranolky vkládáme do rozeřátého oleje a za občasného potřesení nádobou (fritovacím košem), popřípadě mícháním, zvolna smažíme téměř doměkka. Před smažením je vyjme, necháme důkladně okapat a zakryté uchováme v teple. Těsně před samotným podáváním hranolky dosmažíme v rozeřátém tuku dozlatova. Po vyjmutí je necháme okapat, popřípadě rozložíme na papírové ubrousky, aby se zbavily přebytečného tuku. Nakonec je osolíme a ihned servírujeme.





## Americké brambory II

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg brambor, 1 kelímek zakysané smetany, 1 bílý jogurt, česnek, sekaná pažitka nebo strouhaný křen, máslo, sůl, pepř

Středně velké, pěkné brambory pečlivě očistíme kartáčkem pod tekoucí vodou, osušíme a zabalíme každou zvlášť do alobalu. Naskládané jen tak na mřížce pečeme v troubě asi 50 minut. Do upečeného bramboru bouchneme pěstí, vybalíme ho a vidličkou na talíři rozevřeme. Osolíme a poklademe kousky másla, zalijeme dresinkem a zapijíme podmáslím.

Dressing: kelímek zakysané smetany smícháme s jogurtem a ochutíme drceným česnekem, solí a pepřem, přidáme pažitku nebo křen.

66 PŘÍLOHY

DOBA PŘÍPRAVY 45 minut

## Americké brambory I

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg brambor (nejlépe nové), olej nebo sádlo

Brambory důkladně umyjeme a kartáčkem zbavíme hlíny či nečistot. Poté je nakrájíme na měsíčky, u malých brambor je vhodné krájet i na půlky či čtvrtky, u středních potom na osminky a více. Na hlubší plech nalejeme 5 lžic oleje nebo sádla. Plech poklademe nahusto nakrájenými bramborami a vložíme jej do předehřáté trouby. Před pečením nesolíme! Pečeme asi 15–20 minut (5–10 minut naprudko a potom zeslabíme a dopečeme doměkka). Během pečení s plechem několikrát zatřeseeme, aby se brambory nelepily.

DOBA PŘÍPRAVY 60 minut

PŘÍLOHY 67





## Bramborové knedlíky

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg vařených brambor, asi 300g hrubé mouky, 2 malá nebo 1 velké vejce, sůl

Brambory uvaříme ve slupce, oloupeme a teplé rozmačkáme nebo nastrouháme na vál. Osolíme, do důlku uprostřed rozklepneme vejce, posypeme částí mouky a ručně vypracujeme těsto. Podle potřeby přidáváme mouku. Množství mouky je orientační, záleží na kvalitě brambor. Musí vzniknout hladké husté těsto, ze kterého půjdou vytvarovat knedlíky. Těsto rozdělíme na dvě nebo tři části (podle velikosti hrnce, v němž budeme vařit), z každé vyválíme váleček a uvaříme v páře (asi 20 minut).

## Chlupaté knedlíky

**SUROVINY NA 4 PORCE** 500g syrových brambor, 125g ve slupce vařených brambor, 1 vejce, 150g hrubé mouky (dle potřeby přidat – záleží na druhu brambor), asi 1 dcl mléka, sůl

Syrové brambory oloupeme a na jemném struhadle nastrouháme. Nastrouhané brambory v ruce „vyždímeme“ dosucha, vodu z nich nevytláčíme! Dáme je do větší mísy, přelijeme horkým mlékem, promícháme a nastrouháme k nim oloupané brambory vařené. Odstátou vodu z brambor velmi opatrně slijeme, až na dně zůstane jen škrob. Do mísy s bramborami přidáme tento škrob, vejce, mouku, sůl a vařečkou vypracujeme těsto (nesmí být tuhé), ve kterém nám po přejetí prstem zůstává čára. Ve velkém hrnci přivedeme vodu k varu, osolíme a lžící namáčenou ve studené vodě z těsta tvoříme větší noky, které dáváme do vroucí vody. Vždy děláme jen jednu várku (10–15 ks), abychom měli knedlíky stejně uvařené. Vaříme cca 10 min. Knedlíky po uvaření propíchneme špejlí (vidlicí). Chlupaté knedlíky podáváme nejčastěji k pečeným masům.





## Halušky

**SUROVINY NA 4 PORCE** 6 brambor (ať už použijeme syrové nebo vařené brambory, je výsledek vždy stejný, ze syrových brambor se halušky pochopitelně vaří déle), 350g polohrubé mouky, sůl a jedno vejce

Brambory nastroháme, osolíme, přidáme polohrubou mouku a jedno vejce. Společně všechno zamícháme a vytvoříme vláčné, přiměřeně řídké těsto. To propasírujeme přes cedník na halušky přímo do vroucí vody. Halušky vaříme několik minut, záleží na použitých bramborách. Pokud ale vyplavou na hladinu, znamená to, že jsou hotové.

Mezitím si můžeme připravit kyselé zelí, které by se správně mělo nějakou dobu dusit a tak je nejlepší začít s jeho přípravou hned na začátku. Dále si připravíme slaninu, kterou nakrájíme na kostky a necháme opéct na pánvi. Brynzu (můžete použít i měkký smetanový sýr) můžeme povařit se smetanou na vaření nebo ji jen tak zamíchat společně s horkými haluškami.

70 PŘÍLOHY

DOBA PŘÍPRAVY 25 minut

## Šťouchané brambory s cibulkou

**SUROVINY NA 4 PORCE** 600g brambor, sádlo nebo máslo, 3 velké cibule, sůl, pepř, jarní cibulka nebo petrželová nať

Osolené brambory uvaříme doměkka, slijeme vodu a rozšťoucháme. Přidáme pepř, jarní cibulku i s natí nebo petrželku a zamícháme. Navrch dáváme na sádlo nebo másle dozlatova osmažnutou cibuli. Cibule se nebojte, čím více, tím lépe!

Podáváme jako samostatný pokrm nebo jako přílohu.

DOBA PŘÍPRAVY 55 minut

HLAVNÍ JÍDLA 71





72 Hlavní jídla

DOBA PŘÍPRAVY 50 minut

## Plněné bramborové knedlíky

**SUROVINY NA 4 PORCE** 900g brambor vařených ve slupce, 200g uzené krkovičky, 180g hrubé mouky, 80g krupice, sádlo 2 cibule, 1 vejce, sůl a trocha hladké mouky na vyválení knedlíků

Uvařené a oloupané brambory nastrouháme na jemném struhadle, přidáme mouku, krupici, vejce, sůl, vypracujeme těsto. Vyválíme asi 0,5 cm silné pláty a rozkrájíme na čtverce asi 5×5 cm. Najemno nasekané kousky uzeného masa osmahneme s cibulí na sádle, necháme vychladnout a plníme připravené čtverce, které pečlivě zabalíme. Vaříme v osolené vodě asi 10–12 minut. Uvařené knedlíky vyjmeme a podáváme se zelím, přelité cibulkou dozlatova osmaženou na sádle.

## Bramborový guláš

**SUROVINY NA 4 PORCE** 600g oloupaných brambor, 200g měkkého salámu, 2 cibule, 1 paprika, trochu oleje, 2 vrchovaté lžice hladké mouky, sůl, mletý pepř, majoránka, 1 lžička mleté papriky, špetka kmínu, 3 stroužky česneku, kostka bujonu

Brambory a uzeninu nakrájíme na kousky, papriku na nudličky. Na oleji necháme zesklivatět pokrájenou cibuli, přidáme mouku a usmažíme růžovou jíšku. Nakonec do ní přimícháme mletou papriku. Přilijeme asi litr (možná trochu víc záleží, jak hustý guláš máme rádi) studené vody, osolíme, opepříme, vsypeme pokrájené brambory, uzeninu a papriku, okmínujeme a za občasného zamíchání vaříme do změknutí brambor. Před koncem vaření přidáme větší špetku majoránky, kdo chce, může přidat kostku bujonu. Po vypnutí a ukončení varu přimícháme rozetřený česnek. Podáváme s chlebem nebo pečivem.

DOBA PŘÍPRAVY 35 minut

Hlavní jídla 73





74 Hlavní jídla

DOBA PŘÍPRAVY 45 minut

## Párek v bramborovém těstě

**SUROVINY NA 4 PORCE** 400g uvařených brambor ve slupce, 200g polohrubé mouky, 1 vejce, sůl, 4–8 párků (počet podle velikosti), 2–3 bílky, strouhanka, olej na smažení

Uvařené a oloupané brambory nastroháme na vál. Přisypeme polohrubou mouku, sůl a vejce. Všechny ingredience si zamícháme a vypracujeme těsto, ze kterého vyválíme váleček, který nakrájíme na stejné kousky (podle velikosti párků) a do nich balíme párky, nakrájené asi na pěticentimetrové kousky a pořádně zabalíme. Namočíme je do rozšlehaných bílků, dále obalíme ve strouhance a smažíme ze všech stran dozlatova. Můžeme smažit i hned – bez obalení. Smažené párky v bramborovém těstě podáváme s čerstvou zeleninou nebo zelným salátem.

## Zapečené brambory se špenátem

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1,4 kg brambor, 20 dkg sýru (Eidam, Niva, Gouda...), 25 dkg uzeniny, 3 vajíčka, 1 balení špenátu, sůl, pepř, kmín, sádlo na vymazání zapékací misky

NapoloVIC uvařené brambory nakrájíme. Špenát si ochutíme. Do vymazané a strouhankou vysypané misky dáváme vrstvu brambor a uzeniny se špenátem. Posypeme trochou sýra a takto vrstvy střídáme. Nakonec zalijeme rozšlehaným vajíčkem. Pečeme asi ½ hodiny.

DOBA PŘÍPRAVY 55 minut

Hlavní jídla 75







## Francouzské brambory

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg vařených brambor, 250g měkkého salámu nebo uzeného masa, 3 natvrdo vařená vejce, 1 velká cibule, kousek másla, sterilovaný hrášek, sůl, kmín, pepř, koření na francouzské brambory, sádlo na vymazání pekáčku, šálek mléka nebo smetany, 2 vejce, olej

Uvařené, studené brambory oloupeme a nakrájíme na plátky. V rozpáleném oleji osmažíme cibulku, přidáme nakrájenou uzeninu a krátce ji opečeme. Pékáček vymažeme sádlem, na dno dáme vrstvu brambor, kterou posypeme špetkou kmínu a osolíme. Další vrstvu tvoří opečená uzenina s cibulí a na kolečka nakrájená vejce s hráškem. Znovu opakujeme brambory, salám s cibulí, vejce a hrášek. Poslední vrstvu tvoří brambory. Pokud budeme zalévat mlékem, vše pokapeme máslem, posolíme, popepříme, okořeníme kořením na francouzské brambory a v troubě zapečeme. Po 20 minutách zalijeme mlékem nebo smetanou s rozšlehanými vejci a zapékáme ještě asi 20 minut.

76 Hlavní jídla

DOBA PŘÍPRAVY 55 minut

## Zapékané brambory s cibulí

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg brambor, 4 ks cibule (2 ks pórků), 1 smetana ke šlehání, podle chuti: sůl, pepř, kmín, provensálské bylinky, máslo

Zapékací misku vymažeme máslem a vložíme do ní jednu vrstvu na malé plátky nakrájených brambor. Opepříme, osolíme a okmínujeme. Na brambory dáme na kolečka nakrájenou cibuli (pórek) a překryjeme je další vrstvou brambor. To vše zalijeme smetanou na šlehání. Okořeníme provensálskými bylinkami, popř. jiným kořením (např. na francouzské brambory). Zapékáme podle potřeby asi 30 minut.

DOBA PŘÍPRAVY 60 minut

Hlavní jídla 77





## Plněné bramborové krokety

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg brambor, 400g polohrubé mouky, 400g měkkého salámu, 100g plátkového sýra, 2 vejce, hladká mouka, vejce a strouhanka na obalování

Brambory uvaříme ve slupce a poté scedíme. Po vychladnutí je oloupeme a najemno nastrouháme. Přidáme polohrubou mouku, sůl a vejce, vše smícháme a vypracujeme těsto. Z bramborového těsta vytvoříme dva válečky, které rozkrájíme na větší špalíčky. Ty jednotlivě vyválíme na oválné placičky. Na jednu polovinu placičky položíme kousek oloupané uzeniny a stejně velké množství sýra. Druhou polovinu placičky přeložíme a okraje spojíme tak, aby vznikla kroketa. Nejlépe je krokety ještě uválet mezi dlaněmi, aby byly opravdu kulaté. Nakonec je smažíme na oleji dozlatova nebo pečeme v troubě.

78 Hlavní jídla

DOBA PŘÍPRAVY 60 minut

## Vějířové brambory

**SUROVINY NA 4 PORCE** 8 středně velkých brambor, 40g másla a máslo na vymazání formy, sůl, pepř, slanina, sýr

Oloupané a osušené brambory nařízneme dosti do hloubky ostrým nožem po celé délce ve vzdálenostech 3 mm, ale nepřekračujeme je úplně. Nařezané brambory vložíme do máslem vymazané zapékací formy zářezy směrem nahoru, povrch potřeme máslem, osolíme a opeříme. V horké troubě pečeme asi 40 minut dozlatova, přitom je občas znovu potřeme máslem ze dna formy. Před dopečením do zářezů vložíme slaninu střídavě s plátky sýra a dopečeme až se sýr a slanina zapečou. K vějířovým bramborám doporučujeme směs různých druhů hlávkového salátu s octovou nebo jogurtovou zálivkou.

DOBA PŘÍPRAVY 50 minut

Hlavní jídla 79





## Brambory ve slanině

**SUROVINY NA 4 PORCE** 12 středně velkých brambor (typ A), kmín, 175 g sýru Gouda, pažitka nebo petrželka, sůl, pepř, 12 plátků slaniny, 10 g másla

Brambory omyjeme, ve slupce uvaříme doměkka v osolené a okmínované vodě. Po uvaření slijeme a oloupeme. Necháme vychladnout. Troubu necháme nahřát na 220 °C. Brambory napříč rozkrojíme, vnitřek lehce vydlabeme. Najemno nastrouháme sýr smícháme s omytou a nasekanou pažitkou nebo petrželkou. Lžící nasekané pažitky odložíme na posypání. Sýrovou směsí naplníme vydlabané brambory. Obě poloviny brambor spojíme a omotáme slaninou. Konce můžeme sepnout párátkem. Naplněné brambory vyrovnáme na plech a na každou položíme plátek másla. Dáme je do vyhřáté trouby a 15 minut pečeme. Hotové brambory posypeme čerstvou pažitkou.

## Plněné brambory

**SUROVINY NA 4 PORCE** 10 větších brambor, 10 dkg másla, špetka soli, 20 dkg salámu (jakéhokoli), cibulka, pažitka, sýr eidam (pikantní sýr Niva), smetana

Umyté brambory upečeme, teplé podélně rozkrojíme. Středy brambor vydlabeme do mísy, přidáme nadrobno nakrájenou cibulku, salám, nať a osolíme, opepříme a zalijeme smetanou. Vše smícháme a vrátíme do lodiček, které zbyly po vydlabání. Navrch posypeme sýrem a v rozpálené troubě 10 minut zapékáme.





## Bramborové langoše

**SUROVINY NA 4 PORCE** 250g studených brambor uvařených ve slupce, 400g hladké mouky, 1 lžička soli, půl kostičky droždí, lžička cukru, 1 dl vlažného mléka (dle potřeby i více), utřený česnek, sýr, kečup

Z droždí, cukru, trošky mouky a mléka uděláme kvásek. Brambory nastrouháme na jemném struhadle, přidáme sůl, mouku, vzejitý kvásek a zbytek mléka a vypracujeme středně tuhé těsto (tím, že jsou tam brambory, tak nám ještě zřídne) a necháme kynout. Pak rozdělíme na bochánky a opět necháme kynout. Rozválené placky smažíme zprudka po obou stranách na oleji. Necháme okapat na ubrousku, potřeme utřeným česnekem smíchaným s vodou a zdobíme kečupem a strouhaným sýrem.

## Bramborové špízy

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg brambor, 0,5 kg cibule, 250g anglické slaniny, 0,5 kg měkkého salámu se špekem, máslo, sůl, mletý pepř, mletý kmín, mletá sladká paprika

Neoloupané brambory důkladně umyjeme a nakrájíme na plátky asi 0,5 cm silné. Rozložíme je, osolíme a opeříme. Slaninu a salám nakrájíme na tenké plátky (přibližně jako brambory) a posypeme paprikou. Oloupanou cibuli rozebereme po vrstvách a pokmínujeme.

Všechno střídavě napichujeme na jehlu. Začínáme a končíme plátkem brambory. Špízy naskládáme na plech do trouby a pečeme, až jsou brambory měkké.





## Bramboráky

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg syrových brambor, ½ šálku mléka, 100g hladké mouky, česnek, majoránka, sůl, 150g tuku

Oloupané syrové brambory nastrouháme, vodu vymačkáme, brambory osolíme, zalijeme mlékem, přidáme vejce, koření, česnek a zamícháme trochu mouky. Nabereme těsto a na pánvi s horkým tukem rozetřeme na placičky. Bramboráky pečeme po obou stranách dozlatova, až jsou křupavé. Po upečení můžeme pokládat na ubrousek, aby odkapal přebytečný tuk. Pokud vynecháme česnek, můžeme je potírat i povidly nebo rozvařenými jablky.

## Plněný bramborák

**SUROVINY NA 4 PORCE** 6 brambor, 200g kysaného zelí, ½ šálku mléka, 100g hladké mouky, 2 stroužky česneku, 1 vejce, 150 dkg uzeného masa, podle chuti sůl, drcený kmín, pepř, majoránka, olej na smažení

Brambory oloupeme, omyjeme a nastrouháme na jemném struhadle, osolíme, zalijeme mlékem, přidáme vejce, koření, česnek a zamícháme trochu mouky. Nabereme těsto a na pánvi s horkým tukem rozetřeme na dostatečně velké placky. Bramboráky pečeme po obou stranách dozlatova, až jsou křupavé. Kyselé zelí propláchneme pod tekoucí vodou, necháme okapat a poté zelí překrájíme na menší kousky a podusíme. Do zelí přidáme uzené maso nakrájené na malé kostičky a ještě chvíli necháme podusit. Hotové teplé bramboráky plníme teplým kyselým zelím s uzeným masem a hned podáváme.





## Lehký bramborový salát

**SUROVINY NA 4 PORCE** 500g vařených brambor se žlutou dužninou, 500g barevných paprik, 300g kyselých okurek, vařená mrkev, celer, petržel, 1 cibule, hrášek, kukuřice, lžíce hořčice, sůl, cukr, ocet, pepř, olivový olej

Všechny suroviny nakrájíme na kostičky, dochutíme a promícháme a zakapeme olivovým olejem, posypeme sekanou petrželkou, případně přidáme majolku podle chuti.

Podáváme buď samotné, jako lehké jídlo, nebo jako přílohu.

Jako zpestření můžeme použít několik brambor s barevnou dužninou.

## Babiččin rychlý bramborový salát

**SUROVINY NA 4 PORCE** 500g vařených brambor se žlutou dužninou, 300g kyselých okurek, 1 velká cibule, hrášek, sůl, ocet, pepř, olivový olej

Všechny suroviny nakrájíme na kostičky, dochutíme a promícháme a zakapeme olivovým olejem, případně přidáme majolku podle chuti. Můžeme posypat zelenou petrželkou. Příprava je velmi rychlá, můžeme použít zbylé uvařené brambory.

Podáváme buď samotné, jako lehké jídlo, nebo jako přílohu.

Jako zpestření můžeme použít několik brambor s barevnou dužninou.





## Bramborový chléb

**SUROVINY NA 4 PORCE** 4–5 středně velkých vařených brambor, 100g hladké mouky, 1 kostka droždí, lžíce vlažné vody, 3 lžičky soli, semínka (sezamové, slunečnicové, lněné), kmín, ovesné vločky

Do mísy s moukou nadrobíme droždí a zalijeme vodou. Po chvíli přidáme sůl a nastrouhané předem uvařené brambory. Vypracujeme tuhé těsto a necháme 30 minut kynout (mezitím třikrát převalujeme). Po vykynutí potřeme bílkem s vodou a posypeme semínky. Pečeme 40 minut při 150–180 °C. Chléb vydrží dlouho vláčný.

## Bramborový tatarák

**SUROVINY NA 4 PORCE** 4 velké uvařené brambory, 4 lžíce oleje, 4 lžíce ostrého kečupu, 1 lžíce sojové omáčky, 1 velká cibule, česnek, pepř, sladká paprika, sůl, 8 krajíčků opečeného chleba

Vychladlé brambory nastrouháme najemno. Přidáme olej, trochu soli, kečup, koření a vypracujeme vláčnou hmotu. Hotový tatarák servírujeme na opečeném chlebu.





## Švestkové knedlíky

**SUROVINY NA 4 PORCE** 200g vařených brambor, 300g hrubé mouky, 2–3 lžíce mléka, 2 vejce, sůl, 750g švestek, 80g másla, 50g mletého máku nebo strouhaného tvarohu, 50g cukru

Studené vařené brambory rozstrouháme, smícháme s moukou, osolíme, přidáme rozkvedlaná vejce, podle potřeby mléko a vypracujeme tužší těsto. Do rozváleného, na malé dílky rozkrájeného těsta, zabalíme omyté a osušené švestky. Knedlíky dobře uzavřeme a vložíme do vroucí vody. Vaříme asi 7 až 8 minut. Okapané sypeme mákem nebo tvarohem, cukrem a mastíme máslem.

## Škubánky

**SUROVINY NA 4 PORCE** 1 kg brambor, sůl, 350g hrubé mouky, 150g másla, tvaroh na strouhání (mák, perník), moučkový cukr

Oloupané brambory uvaříme ve slané vodě do poloměkka. Část vody slijeme, k bramborám přisypeme prosátou mouku a obrácenou vařečkou utvoříme do brambor několik otvorů až na dno, aby unikající pára mohla propařit mouku. Nádobu přikryjeme pokličkou a necháme 10 minut dojít, aby se mouka propařila. Vše rozštoucháme dohladka. Lžící namočenou v tuku vykrajujeme škubánky. Sypeme podle chuti mákem, strouhaným tvarohem nebo perníkem a cukrem. Mastíme rozpuštěným máslem. Škubánky lze podávat s osmaženou cibulkou.







## Bramborové placky

**SUROVINY NA 4 PORCE** 600–800g vařených brambor, 200g polohrubé mouky, 1 vejce, sůl, 30g máslo, máslo nebo sádlo na potřeni

Uvařené brambory (lze použít brambory zbylé z oběda) nastrouháme na vál, přidáme mouku, vejce (nemusí být) a sůl. Zpracujeme v těsto, ze kterého děláme tenké placky a v pánvi nebo na rozpálené plotýnce je pečeme dozlatova. Po upečení potíráme máslem nebo sádlem. Bramborové těsto si nikdy nepřipravujeme dopředu. Časem řídne, proto je nutné ho zpracovat ihned. Hotové bramborové placky můžeme podávat v několika variantách: nasladko s povidly nebo naslano se škvarky. Záleží jen na vás, která kombinace je pro vás chutnější.

92 Hlavní jídla

DOBA PŘÍPRAVY 50 minut

## Bramborové šišky

**SUROVINY NA 4 PORCE** 500g brambor, 200g hrubé mouky, 120g máku (tvrdého tvarohu), 70g moučkového cukru, 50g másla, 1 žloutek, voda, sůl

Omyté brambory uvaříme ve slupce, oloupeme a nastrouháme na struhadle nebo uleme. Dáme na vál, osolíme, přidáme žloutek, mouku, podle potřeby vodu a vypracujeme hustější těsto, které necháme 20 minut odpočinout. Potom těsto rozdělíme na několik částí a z každé části utvoříme tenký váleček o průměru 1 cm a nakrájíme jej na kousky. Kousky těsta rozválíme na válu posypaném moukou na šišky, které uvaříme ve větším množství osolené vody. Během vaření je občas zamícháme, aby se nepřichytily na dno hrnce. Uvařené šišky vyndáme děrovanou naběračkou, necháme okapat, posypeme mákem nebo nastrouhaným tvrdým tvarohem, cukrem a pokapeme rozpuštěným máslem.

DOBA PŘÍPRAVY 30 minut

Hlavní jídla 93





94 POCHUTINY

DOBA PŘÍPRAVY 35 minut

## Bramborové lupínky

**SUROVINY** 500 g brambor, sůl, olej na smažení

Omyté brambory nakrájíme na plátky. Neděláme je ale příliš tenké, aby nám při fritování nepopraskaly. Aby se zbavily přebytečného škrobu a nelepily se na sebe, namočíme je na 30 minut do studené vody.

Odmočené plátky propláchneme, necháme okapat a lehce osušíme v čisté utěrce. Po částech je fritujeme 3–4 minuty ve fritovacím hrnci asi na 180 °C. Nakonec osolíme a v míse protřepeme, aby se sůl rovnoměrně dostala na všechny lupínky. Další variantou jsou smažené bramborové spirály, místo nakrájených tenkých plátků tvoříme pomocí kráječe bramborové spirály, které dále upravujeme jako lupínky.

## slané tyčinky

**SUROVINY** 250 g vařených brambor, 250 g polohrubé mouky, sůl, 250 g ztuženého potravního tuku, 1 vejce, tuk na vymazání plechu, 1 vejce na potřetí, sůl a kmín na posypání, tuk na vymazání plechu

Do prosáté osolené mouky zapracujeme na vále tuk, jemně nastrohané brambory a vejce. Vypracujeme těsto, rozválíme ho na placku silnou asi 5 mm a nožem nakrájíme úzké obdélníčky. Přeneseme je na vymazaný plech, potřeme rozšlehaným vejcem a posypeme solí a kmínem (nebo mákem či strouhaným sýrem). Tyčinky upečeme v dobře vyhřáté troubě dorůžova.

DOBA PŘÍPRAVY 40 minut

POCHUTINY 95





## Bramborové řezy II

**SUROVINY** 300g vařených brambor, 50g hrubé mouky, 300g cukru krupice, 3 vejce, 100g oříšků, 1 balíček prášku do pečiva (ne celý), 1 citron (šťáva i kůra), 1 sklenička rybízové marmelády na promazání, suroviny na zdobení

Vejce utřeme s cukrem do husté pěny, přidáme nastrouhané vařené brambory (studené), šťávu a kůru z citronu, namleté ořechy a mouku s práškem do pečiva. Pečeme přibližně 20 minut na vymazaném a vysypaném plechu při teplotě 180 °C. Takto upečeme dvě placky – jednu z brambor se žlutou dužninou a druhou z modrofialových brambor. Promažeme marmeládou (lze i krémem). Zdobíme dle vlastní fantazie – polijeme cukrovou polevou a dozdobíme čokoládou nebo potřeme marmeládou a posypeme kokosem.

## Bramborové řezy I

**SUROVINY** 200g vařených brambor, 8 vajec, 300g práškového cukru, 300g jader vlašských ořechů, 1 polévková lžice hrubé mouky, ½ čajové lžičky prášku do pečiva

Na krém: 3 vejce, 150g krystalového cukru, 250g másla, 0,5 dl rumu

Celé vejce utřeme s cukrem, přidáme namleté vlašské ořechy, 1 lžici hrubé mouky smíchané s práškem do pečiva a nastrouhané brambory. Těsto rozetřeme na vymazaný a vysypaný plech. Po upečení jej rozkrojíme na čtyři části, spojíme krémem vždy 2 + 2, povrch a boky pomazeme zbylým krémem a posypeme mletými ořechy.





vrstvu dortu a jeden žlutý na vrstvu vrchní. Z ostatních dvou vykrajujeme kruhy 1,5–2 cm široké (připravíme si talíře o různé velikosti a podle nich vykrajujeme kruhy). Tímto způsobem nakrájíme žlutý i modrofialový korpus. Dort skládáme tak, že spodní vrstva je celistvý plát, natřeme jej marmeládou, další vrstvu tvoříme skládáním kruhů střídavě žlutý a modrofialový od největšího po nejmenší, natřeme marmeládou. Tak tvoříme i následující vrstvu ale v opačném pořadí barev skládáme opět střídavě vykrojené kruhy od největšího po nejmenší. Natřeme marmeládou a poslední vrstvu tvoří celistvý plát. Takto složený dort potřeme marmeládou a ozdobíme dle vlastní fantazie. Dort lze také promazat kromě marmelády i dortovou náplní. Při krájení dort vytváří šachovnicí žluté a modrofialové barvy.

## Šachovnicový dort

**SUROVINY** 400 g vařených brambor (200 g se žlutou dužninou a 200 g s modrofialovou dužninou), 60 g hrubé mouky, 400 g cukru krupice, 4 vejce, 160 g oříšků, balíček prášku do pečiva, citron (šťáva i kůra), 1 sklenička rybízové marmelády na promazání – polovinu dávky ingrediencí připravujeme z brambor se žlutou dužninou, druhou polovinu dávky z brambor s fialovou dužninou (pokud nemáme brambory s fialovou dužninou, použijeme brambory se žlutou dužninou a 3 lžičce kaka)

Vejce utřeme s cukrem do husté pěny, přidáme nastrohané vařené brambory (studené), šťávu a kůru z citronu, namleté ořechy a mouku s práškem do pečiva. Pečeme ve vymazané a vysypané dortové formě.

Takto upečeme dva dortové korpusy – jeden z brambor se žlutou dužninou a druhý z modrofialových brambor odrůdy Valfi. Dortové korpusy po upečení a vychladnutí podélně rozkrojíme na dva pláty (budeme mít k dispozici 2 pláty žluté a 2 pláty modrofialové). Jeden modrofialový plát si necháme na spodní

## VÍTE ŽE...

- Pokud chceme rychleji uvařit brambory, přidáme do vody lžičku kypřicího prášku do pečiva. Dříve hotové budou také, když k nim v době varu přidáme lžičku másla nebo skleničku světlého piva.
- Nové brambory snadněji oškrabeme, když je předem namočíme do vody, do které jsme přidali hrstku soli.
- Pokud vaříme brambory ve slupce, snadněji se budou loupat, když je po scezení přelijeme studenou vodou.
- Do vody, ve které se brambory vaří, přidáme kromě soli a kmínu ještě trochu mléka nebo citronové šťávy, celerovou či petrželovou nať, libeček nebo stroužek česneku. Především staré brambory takto získají výbornou chuť. Před opékáním brambory posypeme hrubou moukou. Opečou se krásně dorůžova.
- Brambory nevaříme s ničím kyselým, zůstanou pak velmi dlouho tvrdé. Chceme-li je použít třeba do zelnáčky, uvaříme je zvlášť a do polévky je přidáváme už měkké.
- Pokud namočíme brambory na 20 minut do vody, vylouhuje se část škrobu a brambory po uvaření nebudou mazlavé.
- Brambory, které se při vaření rozpadají a jsou nestejně uvařené před dovařením, odstavíme a necháme v horké vodě dojít.
- Když při vaření bramborových knedlíků přidáme do vody mouku a dovaříme je při nižší teplotě, nebudou oslzlé.
- Bramborové těsto si nikdy nepřipravujeme dopředu. Časem řídne, proto je nutné ho zpracovat ihned.
- Chceme-li z bramborového těsta vytvarovat noky, krokety nebo knedlíky, vložíme těsto před vařením na chvíli do chladničky, aby bylo tužší a nelepilo se.
- Bramborové knedlíky si můžeme připravit i do zásoby a uložit je po porcích do mrazničky. Před podáním je stačí jen napařit.
- Přesolenou polévku nebo omáčku napravíme tak, že v ní uvaříme několik malých brambor, které pak použijeme jako přílohu.
- Když chceme, aby kynuté buchty byly vláčnější, přidáme do těsta jeden vařený brambor.
- Vařenou bramborou můžeme zahustit krémovou polévku, a to tak, že ji rozmixujeme spolu s ostatními ingrediencemi.
- Stane-li se, že nám v zimě brambory nachladnou a dostanou nasládlou chuť, dáme je asi na týden vydýchat do místnosti, kde je teplota 10 až 15 °C. Tím se část cukru ztratí. Takové brambory je nutno rychle spotřebovat, nejlépe do sladkých těst.





Evropský zemědělský fond pro rozvoj venkova:  
Evropa investuje do venkovských oblastí



PROGRAM ROZVOJE VENKOVA



CELOSTÁTNÍ SÍŤ PRO VENKOV

---

# PŘÍKLADY ÚSPĚŠNÝCH PROJEKTŮ PROGRAMU ROZVOJE VENKOVA

ŽADATELÉ Z PRV, KTEŘÍ PODNIKAJÍ  
V ZEMĚDĚLSTVÍ PĚSTOVÁNÍM BRAMBOR  
A JEJICH DISTRIBUCÍ

---

ŽADATEL **SENAGRO a.s.**  
ADRESA ŽADATELE **Senožaty 257, 394 56 Senožaty**  
MÍSTO REALIZACE PROJEKTU **Senožaty**  
NÁZEV PROJEKTU **STAVEBNÍ ÚPRAVY SENÍKU  
NA SKLAD BRAMBOR**  
OPATŘENÍ **Modernizace zemědělských podniků.  
Stavby a technologie pro rostlinnou výrobu.**

*Senagro, a.s., se zabývá zemědělskou výrobou, a to jak rostlinnou, tak i živočišnou. Pěstují obilí, především pšenici a ječmen, dále kukuřici, řepku a zejména brambory na výměře cca 250 ha. Patří mezi nejvýznamnější pěstitele brambor na Vysočině. Dále provádí další zpracování brambor a jejich prodej.*





ŽADATEL **SENAGRO a.s.**

ADRESA ŽADATELE Senožaty 257, 394 56 Senožaty

MÍSTO REALIZACE PROJEKTU Senožaty

NÁZEV PROJEKTU **LINKA NA PRANÍ A BALENÍ BRAMBOR,  
PALETIZACE BRAMBOR**

OPATŘENÍ Přidávání hodnoty zemědělským a potravinářským produktům.

Přidávání hodnoty zemědělským a potravinářským produktům určeným pro lidskou spotřebu.

ŽADATEL **AGRICO Bohemia s.r.o.**

ADRESA ŽADATELE Šafaříkova 2962, 390 02 Tábor

MÍSTO REALIZACE PROJEKTU Salačova Lhota, okres Pelhřimov

NÁZEV PROJEKTU **INVESTICE DO FINÁLNÍ ÚPRAVY  
JEDLÉ ZELENINY**

OPATŘENÍ Přidávání hodnoty zemědělským a potravinářským produktům určeným pro lidskou spotřebu.

ZÁMĚR Přidávání hodnoty zemědělským a potravinářským produktům.

*Společnost Agrico Bohemia s. r. o. zajišťuje dodávky potravinářských polotovarů (loupané brambory, ovoce, zelenina, koloniál, knedlíky, luštěniny, oleje atd.). Mezi hlavní odběratele patří školní jídelny, potravinářské výrobní provozy, státní instituce, restaurace, hotely, jídelny a další stravovací zařízení. Společnost AGRICO Bohemia s. r. o. čerpala dotace z PRV na balíčku brambor.*



ŽADATEL **Zemědělské družstvo Čechtice,  
okres Benešov**

ADRESA ŽADATELE **V Braňce 238, 257 65 Čechtice**

MÍSTO REALIZACE PROJEKTU **Čechtice**

NÁZEV PROJEKTU **SKLAD NA BRAMBORY**

OPATŘENÍ **Modernizace zemědělských podniků.**

ZÁMĚR **Stavby a technologie pro rostlinnou výrobu**

*Stěžejním výrobním programem v rostlinné výrobě Zemědělského družstva v Čechtích je pěstování sadbových brambor v partnerství s firmou EUROPLANT šlechtitelská s.r.o. Družstvo si osvojilo technologii pěstování nejvyšších odrůd bramborové sadby. Dotace z Programu rozvoje venkova získalo zemědělské družstvo na sklad brambor.*



ŽADATEL **AGRODAM Hořepník, s.r.o.**

ADRESA ŽADATELE **Na Tvrzi 285, 394 21 Hořepník**

MÍSTO REALIZACE PROJEKTU **Na Tvrzi 248, Hořepník**

NÁZEV PROJEKTU **STAVEBNÍ ÚPRAVY OBJEKTU  
na poz. 248 – k.ú. Hořepník (Bramborárna)**

OPATŘENÍ **Modernizace zemědělských podniků.**

ZÁMĚR **Stavby a technologie pro rostlinnou výrobu.**

*Hlavním předmětem podnikání firmy je zemědělská prvovýroba, dalšími pak silniční doprava, hostinská činnost, obchodní činnost, pronájem a práce zemědělskými stroji, včetně traktorů, zámečnictví a další. Dotace z Programu rozvoje venkova byla v roce 2008 použita na stavbu nového skladu brambor s aktivním větráním cca na 1 200 tun.*



ŽADATEL **Zemědělské družstvo  
Nové Město na Moravě**

ADRESA ŽADATELE **Petrovická 857, 592 31 Nové Město na Moravě**

MÍSTO REALIZACE PROJEKTU **Nové Město na Moravě - Petrovice**

NÁZEV PROJEKTU **TECHNOLOGIE EXPEDICE BRAMBOR  
A KLIMATIZACE V BRAMBORÁRNĚ  
V PETROVICÍCH**

OPATŘENÍ **Modernizace zemědělských podniků.**

ZÁMĚR **Stavby a technologie pro rostlinnou výrobu.**

*Zemědělské družstvo Nové Město na Moravě se zabývá hlavně rostlinnou a živočišnou výrobou. Hospodaří na 4 052 ha, z toho na 220 ha pěstuje brambory. Na skladování brambor mu byla v roce 2011 přidělena dotace z PRV na novou technologii expedice brambor v Petrovicích a součástí modernizace bylo vybudování klimatizace v bramborárně.*



ŽADATEL **ZAS Věž, a.s.**

ADRESA ŽADATELE **Věž 118, 582 56 Věž**

MÍSTO REALIZACE PROJEKTU **Věž**

NÁZEV PROJEKTU **SKLAD BRAMBOR**

OPATŘENÍ **Modernizace zemědělských podniků.**

ZÁMĚR **Stavby a technologie pro rostlinnou výrobu.**

*Akciová společnost hospodaří na výměře 730 ha zemědělské půdy a specializuje se na výrobu mléka od 330 dojnic. V rostlinné výrobě je program zaměřen na produkci brambor z 85 hektarů, 50 hektarů je vyčleněno pro konzumní brambory a zbytek na sadbu. Hlavním cílem je v optimální době brambory sklídit, šetrně je uskladnit a v průběhu zimních a jarních měsíců produkci umístit na trhu za výhodnější ceny. Dotace z Programu rozvoje venkova v roce 2010 byla využita na stavební úpravy bramborárny.*





## KEŘKOVSKÉ ROHLÍČKY Z ČESKÉ BĚLÉ

NA TRADIČNÍ VÁNOČNÍ SALÁT



*Česká historická rarita, originální svým rohlíčkovitým tvarem, sytě žlutou dužninou a výjimečně tuhou lojovitou konzistencí.*

*Jako lahůdka se používá především k přípravě vánočního bramborového salátu.*

Tato publikace byla spolufinancována Evropskou unií z Evropského zemědělského fondu pro rozvoj venkova v rámci opatření V.2 Zřízení a provoz Celostátní sítě pro venkov.



Evropský zemědělský fond pro rozvoj venkova:  
Evropa investuje do venkovských oblastí



PROGRAM ROZVOJE VENKOVA

CELOSTÁTNÍ SÍŤ PRO VENKOV



MINISTERSTVO ZEMĚDĚLSTVÍ