

MŮJ OBLÍBENÝ RECEPT

Lukáš Ježek, kuchař hotelu Dakol, Petrovice u Karviné:



K mým oblíbeným receptům patří netradiční kombinace dobrého steaku (nejlépe ze pštrosího nebo hovězího masa) a houbového rizota s parmazánem. K přípravě 4 porcí potřebujeme 800 g pštrosího nebo hovězího masa (marinované v oleji, horčici, česneku, worchesteru a soli), 400 g italské rýže, 200 g čerstvých hub, půl cibule, tři stroužky česneku, 30 g másla, 50 g parmazánu, vývar na podlévání, sůl a pepř. Na másle orestujeme cibuli a česnek, přidáme houby a zvolna je smažíme asi čtyři minuty. Poté přidáme rýži, kterou krátce orestujeme, a vše zalijeme malou naběračkou vývaru. Za občasného míchání a dolévání vývaru vaříme asi dvacet minut. Po uvaření rizota dochutíme solí a pepřem, odstavíme a vmícháme do něj lžici másla a parmazán. Steak nakrájený na dvousetgramové porce zprudka opečeme z každé strany asi tři minuty a poté vložíme do rozpálené trouby asi na čtyři minuty. Takto připravený steak by měl být „medium“. (toj)

Foto: Deník/Tomáš Januszek

Martin Hanus, 35 let, fotbalový útočník, FC Hlučín:



Jeden z mých nejoblíbenějších receptů je rizoto. Na pánvi si osmažnu cibulku a pak dám dusit maso. Osobně používám kuřecí. V kastrolu si mezitím nechám vařit rýži. Potom k masu přidám zeleninu. Většinou mraženou. Na úplný závěr k tomu nasypeme i rýži, promícháme, až se všechno patřičně zahřeje. Dochutíme a poté už můžeme podávat. Celé rizoto se dá uvařit do půl až tři čtvrté hodiny. (dus) Foto: Deník/František Géla

Krista Adamčíková, 72 let, Ostrava:



Ráda dělám bábovku. Potřebuji na ni 30 dkg polohrubé mouky, prášek do pečiva, dvě vejčička, 10 dkg oleje a 15 dkg cukru. Všechno se to zamíchá, dá do vymazané formy, do trouby a šmytec.

(anh)

Foto: Deník/Miroslav Kucej

Prach není strašák, ale umění?

Ostrava – Netradiční výstava fotografií s názvem Ostravský prach bude mít vernisáž dnes ve 12.30 hodin na kolonádě Sanatorií Klimkovice, kam se stěhuje z ostravské radnice. Výstavu tvoří jednadvačet fotografií prachových částic vyfotografovaných elektronickým mikroskopem. Prach v tomto pohledu je náhle uměleckým dílem, šperkem, nikoliv strašákem, byť jeho nebezpečnost pro zdraví lidí tím neklesá. V klimkovických lázních bude výstava k vidění po celý duben. V celém kraji se podle oficiálních údajů emituje dva tisíce tun prachu ročně. „Toto číslo je však silně podhodnoceno kvůli nedostatku informací z měření,“ říká Jiří Bílek ze Zdravotního ústavu Ostrava s tím, že nová měření jsou toho dokladem. (jm)

INZERCE

Statutární město Ostrava obsadí

volné pracovní místo

v rámci Magistrátu města Ostravy, odbor legislativní a právní
Blíže informace najdete na www.ostrava.cz - volná pracovní místa

www.ostrava.cz

OSTRAVA!!!

Vyhlášení výběrového řízení

Statutární město Ostrava

vyhlašuje na základě usnesení zastupitelstva města č. 1651/ZM1014/23 ze dne 20. 3. 2013

výběrové řízení pro poskytování mimořádných účelových dotací z odvodů z loterií a jiných podobných her na podporu aktivit v oblastech:

- tělovýchova a sport
- sociální péče

kód SVŠ/T
kód SVŠ/S

Zásady pro poskytování mimořádných účelových dotací z odvodů z loterií a jiných podobných her včetně témat uvedených ve speciálních částech pro jednotlivé oblasti a přihlášky do výběrového řízení jsou k dispozici na webových stránkách statutárního města Ostravy (www.ostrava.cz) v sekci "Dotace a granty" a na stránkách jednotlivých odborů poskytujících dotace). Blíže informace k zásadám podají kontaktní zaměstnanci Magistrátu města Ostravy.

Magistrát města Ostravy,
Odbor sociálních věcí, školství, sportu a volnočasových aktivit
Prokešovo nám. 8, 729 30 Ostrava

oblast tělovýchovy a sportu	Mgr. Jaromír Navrátil PaedDr. Lenka Kavanová Šárka Böhmerová Ing. Martina Kuchyňková	599 443 457 599 443 085 599 443 083 599 444 264	inavratil@ostrava.cz lkavanova@ostrava.cz sbohmerova@ostrava.cz mkuchynkova@ostrava.cz
-----------------------------	---	--	--

Magistrát města Ostravy,
Odbor sociálních věcí, školství, sportu a volnočasových aktivit
30. dubna 3130/2d, 730 81 Ostrava

oblast sociální péče	Mgr. Alena Mikšíková Ing. Daniela Štěrbová Ing. Alena Blažejová Ing. Kateřina Kajtová Bc. Denisa Wurstová	599 444 681 599 444 610 599 444 720 599 444 671 599 444 680	amiksikova@ostrava.cz dsterbova@ostrava.cz ablazejova@ostrava.cz kkajtova@ostrava.cz dwurstova@ostrava.cz
----------------------	---	---	--

Termín pro odevzdání přihlášek: 30. 4. 2013

www.ostrava.cz

OSTRAVA!!!

Děti nocovaly s Andersenem

Reportáž

MARTINA KOZIOLOVÁ

Ostrava – Místo učebnic, sešitů a pouzder si tentokrát páťáci ze Základní školy Paskovská v Ostravě-Hrabové přinesli do svých tříd spacáky, polštářky, kartáčky na zuby a večere. Ve škole totiž strávili celou noc. Noc s Andersenem.

Hlavní náplní byly hry, interaktivní soutěže a promítání. Vše na téma dánského spisovatele pohádek Hanse Christiana Andersena.

Děti se na netradiční akci těšily. Možná i proto, že byly první, kdo si jina škole mohl vyzkoušet.

„Těším se. V naší škole jsem ještě nikdy nespala. Doufám, že jsem si nezapomněla sbalit nějakou důležitou věc. Paní učitelka má pro nás připravené různé hry, snad bude zábava,“ řekla jedenáctiletá Michaelka Kubečková.

Acce začala povídáním o pohádkáři. „Andersen psal pohádky nejen pro děti, ale i pro dospělé. Celkem jich vydal sto padesát sedm. Jednou z nich je například Malá mořská víla,“ přednesl Filip Šerý. Třídní učitelka dětí Šárka Stiborová, která akci po



NOC VE ŠKOLE. Děti z pátých tříd základní školy Paskovská v Ostravě-Hrabové přenocovaly ve škole. Akci s názvem Noc s Andersenem si moc chválily. Foto: Deník/Martina Koziolová

vzoru z ostatních škol zorganizovala, připravila dětem i prezentaci. Ty si při ní měly zapamatovat devět neznámějších pohádek.

Svoje znalosti si pak ověřily v křížovce a v připravené hře. Za odměnu dostaly sladkosti a pak jim třídní vyhlásila pauzu.

„Jsem plný energie. Přestávku nepotřebuji. Klidně

bych dvakrát oběhl školu,“ pověděl vysmátý Martin Veselka.

Po krátké občerstvovací pauze žáky čekalo promítání Malé mořské víly a na závěr i hra Aktivity, při které si užili velkou srandu. To potvrdila i dvanáctiletá Klárka Piskořová.

„Moc se mi to líbilo. Nejlepší ze všeho byly hry, u kte-

rych jsme se s kamarády nasmáli,“ řekla dívka. Učitelka Stiborová nakonec dodala, že děti byly přes noc hodné a hodně si zapamatovaly.

„Ráno se budily už v šest hodin. Myslím si, že se první ročník povedl. Třeba se z této akce stane na škole tradice. Jsem ráda, že přišlo tolik dětí, skoro celá třída,“ dodala spokojená třídní.

Festival Nad oblaky míří do Moravskoslezského kraje

Ostrava – Festival Nad oblaky aneb Každý může být hvězdou, který pomáhá prosadit se handicapovaným talentům, bude mít letos regionální semifinálové kolo také pro Moravskoslezský kraj.

Pořadatelská společnost ProMancus ho organizuje s cílem dát šanci většímu počtu klientů s pohybovým či mentálním postižením, kteří mají muzikální citění a rádi zpívají.

„Během koncertu, který se uskuteční v pátek 26. dubna v prostorách Lidové konzerva-



toře a Muzické školy v ostravském městském obvodu Mariánské Hory a Hulváky, porota rozhodne, komu se výrazně zvýší šance vystoupit v celostátním finále,“ řekla Si-

mona Součková, ředitelka společnosti ProMancus.

Pro účast v regionálním kole je nezbytné se zaregistrovat formou přihlášky.

Informace zájemci získají na telefonním čísle 724 248 092 nebo si můžou formulář vyžádat na e-mailové adrese produkce@nadoblaky.cz. Zájemci se mohou přihlásit do kategorií zpěvák, zpěvačka, skupina nebo sbor.

Zátitu na koncertem v Ostravě převzala starostka městského obvodu Mariánských Hor a Hulvák Liana Ja-

náčková, která zasedne také v porotě.

„Všem účastníkům budeme držet palce. Společně s dalšími porotci budeme určitě velmi vlídní. Budeme posuzovat například výběr písničky, způsob interpretace a celkový dojem. Všichni se mohou těšit na pěkné ceny,“ vyjádřila se starostka Janáčková.

Celostátní soutěžní přehlídka Nad oblaky aneb Každý může být hvězdou se pak uskuteční 19. září v Olomouci. (map)

Váš názor: Vyměnili byste trenéra české fotbalové reprezentace?



Martin Porubský, 32 let, Ostrava: Je pravda, že poslední dobou jeho výkony nestojí za nic. Chtělo by to nějakou změnu. Fotbal se už nedá sledovat, takhle by naši hrátneměli.



Valerián Drexler, 65 let, Karviná: Výměna trenéra podle mě kádr české reprezentace moc nepomůže, protože do něj není z něčeho vybírat. Možná by to mohl změnit Pavel Vrba.



Ondřej Sikora, 22 let, Jablunkov: Bělka bych v současné době neodvolával, ale to jen z důvodu že je rozehraná kvalifikace. Myslím si, že by nebylo dobré do ní zasahovat.



Břetislav Lapisz, redaktor Deníku: Myslím, že vedení asociace mělo trenéra vyměnit už před začátkem kvalifikace. Výsledky týmu pod koučem Bilkem jsou nevyrovnané.

Čeští turisté zavítali do Polska

Být turistou neznamená pouze chodit do přírody, ale také cestovat za kulturou a poznáním. V pátek 15. března letošního roku se konal dlouho očekávaný autobusový zájezd do solného dolu ve Wieliczce a do Krakova.

Z Nového Jičína jsme odjízďeli ve 4 hodiny ráno, abychom stihli prohlídku. Sněžilo a bylo chladno, nás to ale nezaskočilo, měli jsme teplé oblečení. V Polsku sněžilo více než u nás. V polovině března jsme s tím opravdu nepočítali, ale přesto

jsme do Wieliczky přijeli včas. Solný důl ve Wieliczce patří k nejzajímavějším a neznámějším turistickým objektům v Polsku. Je to komplex podzemních vytěžených šachet umístěných v devíti patrech v hloubce až 327 metrů. Snad největším zážitkem pro nás byla kaple svatých Kingy, která je neokázalejší a nejobhatší formou podzemní svatyně. Vznikla již v roce 1896 v prostoru po vytěžení bloku zelené soli. Po návštěvě dolů jsme jeli do Krakova. Ale na prohlídku

TURISTÉ A SKAUTI, pochlubte se svými akcemi!

Vážení čtenáři, na stránkách Deníku chceme přinášet zajímavosti, rady i servis z oblasti turistiky a skautingu. Budeme rádi i za vaše příběhy. Chystáte-li nějakou turistickou akci, besedu, přednášku, výstavu či nějakou jinou aktivitu, dejte o nich vědět. Své nápady, příběhy, rady a informace zasílejte na e-mailové adresy: redakce.novojicinsky@denik.cz nebo ivan.pavelek@denik.cz. Můžete také volat na telefonní čísla 556 701 078 nebo 606 666 512.

města jsme měli jen dvě hodiny. Po prohlídce Wawelu jsme si prohlédli památky na hlavním náměstí. Viděli a slyšeli

jsme, jak z věže kostela každou hodinu hlásí čas trubač. po prohlídce univerzit jsme už ale spěchali domů. Vlasta Čejková