

OBSAH

Poděkování 9

Úvod 11

I. ZDROJE POTRAVIN V LETECH 1945–1970 21

Samozásobitelství 34

Dovoz ze zahraničí 37

**Potravinářský průmysl v českých zemích 1945–1970
a jeho vliv na stravování 61**

Znárodnění ve znamení exportu 62

Sovětské zkušenosti a nezájem 66

Konzervovaná hotová jídla a průmyslově vyráběné polotovary
aneb Svoboda skrze konzervy 79

Mlékárenství aneb Jak do lidí vpravit mléko 94

Distribuce potravin v českých zemích 1945–1970 111

Institucionální rámec – maloobchodní síť a její řízení 111

Přídělový systém a distribuce potravin 129

Cenová politika v maloobchodu 136

Problémy v zásobování potravinami jako formující rys stravování 140

EXKURZ: Polotovary REMA 149

II. INFORMACE A TECHNIKA JAKO ZDROJE PROMĚN STRAVOVACÍCH ZVYKLOSTÍ 1945–1970 157

Informace 163

Zdravě, chutně, hospodárně a také snadno a rychle
aneb Českojazyčné kuchařky 163

Koláč podle tety Mařky aneb Rukopisné kuchařky 190

Když se šedivá teorie doplňuje prakticky aneb Kurzy vaření
propagované i zavrhané 194

Zvukové předpisy aneb Rozhlas jako hlásná trouba 204

Strava a výživa na obrazovce i na plátně 208

Haló, tady *Co dnes vařit?* 212

Technika 214

**SONDA: Televizní pořad *Vaří šéfkuchař* v Československé
televizi v letech 1963–1970 aneb Výživa a stravování
v televizním vysílání 247**

***Vaří šéfkuchař* v kontextu reklamy 253**

***Vaří šéfkuchař* v kontextu televizního vysílání 256**

**Skladba pokrmů v pořadu *Vaří šéfkuchař*
v letech 1963–1964 260**
**Skladba pokrmů v pořadu *Vaří šéfkuchař*
koncem 60. let 267**
**Pokrmů z pořadu *Vaří šéfkuchař* v kontextu
dobové gastronomie 271**

III. VEŘEJNÉ STRAVOVÁNÍ 277

Závodní stravování 284
Školní stravování 330
Otevřené veřejné stravování 344
 Jídelny, bufety a automaty aneb Párky, pivo a mléčný koktejl vestoje 356
 Socialisticky pracovat, socialisticky jíst 359
 Socialistický luxus v kuchyni 372

IV. STRAVOVÁNÍ A VÝŽIVA V ČESKÝCH DOMÁCNOSTECH 407

**Ekonomický a společenský kontext stravování
v domácnostech 412**
Válka jako škola kreativity a brána pro inovace 419
UNRRA, citrony a slanečky 429
**Co si tento týden uvaříme z přidělu? Aneb Jídelníčky
ve *Vlastě* 1947–1950 437**
Na cestě k blahobytu na nižší úrovni 451
**Nedělní kuře na různé způsoby aneb Týdenní jídelníčky
ve *Vlastě* 1969–1970 466**
**Svátky hojnosti aneb Jídlo a pití při oslavách Velikonoc,
Vánoc, Silvestra a Nového roku 482**
 Mazanec, beránek a kraslice 483
 Kapr, cukroví a krůta 488
 U televize s obloženými chlebičky a alkoholem 518
**EXKURZ: Copak jedí Češi? Pohled na českou stravu 60. let od
Jacquese Meyera Maye 526**

V. VÝŽIVA A STRAVOVÁNÍ MEZI POLITIKOU, VĚDOU, IDEOLOGIÍ A KONZUMNÍ KULTUROU 533

Výživová politika státu a její koncepce 536
Kdo je tady odborník? 558
Co s vegetariány? 568
Země přátel 578
Když nám národ tloustne 602
Strava jako statusový symbol 616
Strava budoucího kosmického věku 634

**ZÁVĚREČNÉ SHRUTÍ ANEB PRŮLET DĚJINAMI VÝŽIVY
A STRAVOVÁNÍ V ČESKÝCH ZEMÍCH 1945–1970 641**

**HISTORY OF NUTRITION AND FOOD
IN THE CZECH LANDS IN 1945–1970 657**

Seznam pramenů a literatury 664

Seznam zkratk 715

Seznam vyobrazení 717

Jmenný rejstřík 729

CO SI TENTO TÝDEN UVAŘÍME Z PŘÍDĚLU? ANEB JÍDELNÍČKY VE *VLASTĚ* 1947–1950

O tvrdých dopadech zásobovacích potíží na stravování v domácnostech svědčí týdenní jídelníčky otiskované v *Naší domácnosti* a především v nově vydávaném ženském časopisu *Vlasta*. Na rozdíl od dobových kuchařských knih, které do značné míry působily jako jakési časové konzervy, u nichž se předpokládalo větší využití až v dobách, kdy pominou současné „špatné“ časy a nepochybně tehdy nezřídka plnily roli impulsu pro gastronomické fantazie a snění, jež se daly zhmotnit ve stávajícím období asi jen při naprosto mimořádných příležitostech, jídelníčky a recepty uveřejňované v časopisech či denním tisku si kladly za cíl především poskytovat praktická řešení v aktuální situaci. Proto se také autorky jídelníčků v *Naší domácnosti* a ve *Vlastě* snažily řídit se často se měnící výší přídělů¹²³⁴ a zohlednit i možnost dalších nákupů volných potravin. Vzhledem k nutnosti dvoutýdenního až třítýdenního předstihu při přípravě se některé změny v přídělech zejména v turbulentním období od podzimu 1947 do jara následujícího roku nedařilo postihnout, zrovna jako se těžko mohlo počítat s některými výkyvy oproti

¹²³⁴ Maryna Klimentová, která se o sestavování jídelníčků pokoušela již na přelomu let 1945 a 1946, k tomu podotkla, že se jí přes veškerou snahu nepodařilo vyjít s velikostí přídělů v jedné komoditě – u tuků. Srov. KLIMENTOVÁ, Maryna: Připomínky k jídelníčku na str. 65. *Naše domácnost*, roč. 1 (1945–1946), č. 5, s. 64.

Jídelníček pro 1. týden v březnu 1947

SESTAVILA MARYNA KLIMENTOVÁ

ŽIVICÍ

SYTICÍ

OCHRANNE

	OBĚD	mléko do s vejcem, sýrem a mlékem	hrachové polévky zapečené těstoviny	s česnekem se salátem ze syrové zeleniny
PONDĚLÍ	VEČ.		bramborové placky	s mrkví, šípkový čaj
ÚTERÝ	OBĚD	mléko do uzeným masem plněný	vločkové polévky bramborový závin	se zeleninou se zelím
	VEČ.	tvářohová rozhoda	s chlebem	pažitkou, ředkvičky
STŘEDA	OBĚD	gulášová polévka	s bramborem křehký koláč mlížkový	zapečená kapusta se zavařeninou
	VEČ.	slanečková pomazánka	housky	čaj nebo ovocná šťáva
ČTVRTEK	OBĚD	strouhaný sýr do pečená ryba s	bramborovou kaší	zeleninové polévky a žitným salátem
	VEČ.	mléčná	krupicová kaše	s ovocnou šťávou
PÁTEK	OBĚD	vejcem zakloktaná strouhaný tvaroh na	vňolky	polévka z kys. zelí s povidly
	VEČ.	smažená krev	s bramborem a	čer. řepou s křenem
SOBOTA	OBĚD	dršťková polévka	bramborový guláš perník plněný	a celerovým salátem sušeným ovocem
	VEČ.	zbytek polévky máslem mazaný	chléb s medem	ovocná šťáva
NEDĚLE	OBĚD	polévka z kostí hovězí pečené mléčný pudíng ze	s houskovým knedlíkem škrobové moučky	a strouhané syrové zeleniny a kompotem
	VEČ.		bramborové topinky	s česnekem, čaj šípkový



Obr. 151 Při sestavování vzorového jídelníčku se M. Klimentová snažila dodržovat zastoupení živících, sytících a ochranných látek. Výsledek však byl poněkud nepřehledný.

běžné sezónnosti některých potravin (např. z důvodu všeobecné neúrody).¹²³⁵ Někdy se kvůli k nejasné situaci objevovaly formulace jako „smažený kapr, nebo jiná ryba, kterou dostaneme“ či „guláš z vutů nebo bramborový guláš“,¹²³⁶ Přitom autorky respektovaly velmi omezené finanční možnosti velké části domácností. Přes veškeré úsilí se však projevil regionální rozdíl v zásobování a především odlišné možnosti ve městech, kde bylo možno očekávat širší nabídku např. dovozových potravin, a na venkově, kde naopak bylo některých domácích potravin díky samozásobitelství více.¹²³⁷ I když autorky jídelníčků uváděly, že chtějí pouze poskytovat inspiraci a nepovažují za vhodné, aby jejich jídelníčky byly bezduchým způsobem přejímány, zdá se, že přinejmenším určitá část čtenářek se skutečně podle těchto jídelních lístků snažila řídit. Zejména Maryna Klimentová při přípravě menu zohledňovala hlavní zásady vědy o výživě, a to základní představu o nutném zastoupení tří složek v každém jídle – tedy složky živící, což znamenalo bílkoviny (zejména živočišné), složky sytící, v podstatě tuky a sacharidy, a složky chránící, především vitaminy (hlavně C a A) a některé nerostné látky (např. vápník, obsažený v mléce). Jídelníček takto pojatý ovšem působil trochu nepřehledně, stejně jako již zmíněná některá díla Marie Úlehlové-Tilschové, která byla s prof. Vilémem Honsem hlavním propagátorem onoho „učení o třech složkách“, jež až v pozdějších letech bylo vystřídáno vědecktější „triádou“ ve složení bílkoviny–tuky–sacharidy.

Naše domácnost ukončila zveřejňování jídelníčků velmi záhy a její spolupracovnice se spíše věnovaly vytváření vhodných receptů na aktuální témata, jako zpracování zbytků či příprava pokrmů z masových konzerv, ale *Vlasta* s menšími přestávkami pokračovala v této činnosti až do počátku 50. let. Ve srovnání s *Naší domácností* se ve *Vlastě* zacházelo se zásadami zdravé výživy podstatně ledabyleji a doporučovaly se někdy kombinace jídel, která by v rámci učení o třech složkách neobstála, nebo jinak v odborné literatuře jednoznačně odmítané uzeninové večeře,¹²³⁸ k čemuž časopis tlačila nutnost vydávat menu každý týden. Zároveň se v tomto přístupu odrážel tradičně slabý zájem o večeře, které stejně jako v období raného novověku znamenaly jen dojídaní zbytků. Nicméně i ve *Vlastě* můžeme pozorovat snahu o zpracování potravin považovaných např. za důležité zdroje vitaminů (např. ovocné a tomatové šťávy z dodávek UNRRA či obyčejný šípkový čaj) či bílkovin. Přes svoji velkou úspornost a akcentování dobových

Co si tento týden
uvaříme
z přídelu?
Aneb Jídelníčky
ve Vlastě
1947–1950

1235 Srov. ohrazení redakce časopisu *Vlasta*, roč. 1 (1947), č. 42, s. 12.

1236 V obou případech jde o V. D.: Náš jídelníček. *Vlasta*, roč. 1 (1947), č. 43, s. 12.

1237 Ve *Vlastě* se tento rozpor pokusili shodou okolností v únoru 1948 řešit zařazením menu určeného speciálně pro venkov – hlavním rozdílem bylo větší použití uzeného masa, výrazně se také počítalo s luštěninami, bramborovými a moučnými jídly. Typicky „venkovskou“ specialitou se jevil rovněž lipový čaj. Srov. Venkovský jídelníček. *Vlasta*, roč. 2 (1948), č. 7, s. 12.

1238 Např. salám, housky, čaj.



Švestkové knedlíky s tvarohem

Obr. 152 K českým klasickým jídlům patřily bezpochyby švestkové knedlíky, které opěvoval už Jan Neruda.

náhražkových ingrediencí (jako např. sušených vajec), které byly záměrně nadreprezentovány, se domnívám, že tyto jídelníčky stejně jako další uveřejňované recepty vytvářely základ poválečné domácí kuchyně, který se opíral o zjednodušenou a zdemokratizovanou verzi městské středostavovské stravy. Tento základ pak dále fixovaly a systematizovaly i nové kuchařské knihy, především publikace *Vaříme zdravě, chutně a hospodárně*, kterou detailněji rozebírám v části II. Jídelníčky počítaly s každodenní přípravou obědů a večeří, přestože večerní jídlo mohly tvořit, jak jsem naznačil, zbytky od oběda nebo jednoduché studené pokrmy. Plně respektován byl tradiční týdenní rytmus s pátečním vyřazením masa (i když zejména o večeřích nikoliv důsledně) a s náročnějším nedělním tříchodovým obědem, kde hlavní chod tvořila velmi často nějaká pečeně nebo masité jídlo s omáčkou (např. slepice na paprice). Objevila se ale i kritika tohoto konceptu, protože tak údajně dochází ke koncentraci celého přídele masa na neděli, kdy se nepracuje. Navíc prý vydatné hodování v neděli bere chuť jít v pondělí do práce.

Obr. 153 Další klasiku měšťanské kuchyně představovalo hovězí maso s chuťově výraznou omáčkou – zde znojemská roštěná.



Co si tento týden
uvaříme
z přídelu?
Aneb Jídelníčky
ve Vlastě
1947–1950

Raději se doporučovalo rozdělit menší se porce masa na tři dny v týdnu (s velikostí porce 5–10 dekagramů na osobu). Ani autorka tohoto textu se však tímto postojem ve svých jídelníčcích fakticky moc neřídila.¹²³⁹ Jídelníčky zohledňovaly i hlavní periodicky se opakující svátky jako Velikonoce a Vánoce. Zejména v neděli, ale i v další dny se objevovaly poměrně často pokrmy tradiční měšťanské kuchyně (např. vepřová s knedlíkem a zelím, hovězí s koprovou omáčkou, smažené vepřové či telecí říízky,¹²⁴⁰ uzený jazyk s polskou omáčkou, španělské ptáčky, švestkové knedlíky), doplněné

1239 V. D.: Jak hospodařit s přídělí.

1240 Symbolický význam říízku jako slavnostního, nedělního jídla na počátku 50. let dokládala nejenom jeho pozice např. na mnohých svatebních menu, ale reflektoval ho opakovaně i Ferdinand Peroutka. Velice pěkně pozici říízku ilustrovala hned v první polovině 50. let jedna ze scén velmi populární komedie *Dovolená s Andělem* (r. B. Zeman, 1952), kde jako jedno z lákadel výběrové letní rekreace ROH a jako velká odměna za celoroční poctivou práci je prezentována hovězí polévka s vaječnými nudlemi (chutnající jako domácí polévka), říízek s majonézovým

hojně jídly z volně prodávaných mořských ryb, zvěřiny nebo vnitřností. Považují za pravděpodobné, že právě zde vzniká specifická pozice vnitřností jako vyhledávaného atraktivního zboží, která vedla k úplně novému statusu této potraviny.¹²⁴¹ Přestože zdaleka nejoblíbenější zůstávalo v české kuchyni vepřové maso, vzhledem k dobovým možnostem se znatelně zvýšil podíl hovězího a telecího, objevovalo se i kůzlečí nebo skopové. Důležitou roli hrála kategorie polomasitých pokrmů, do nichž se přidávaly levné druhy jako mleté nebo kousky salámu. Dobově příznačným inovativním prvkem jídelníčků, který ukotvoval novou tradici, se stalo zařazování pokrmů ze „zemí přátel“, jako čevapčiči (byť v poněkud zvláštní podobě z hovězího a bez příměsí papriky), lečo (pod názvem zelené papriky s rajskými jablky a vejcem), polské zrazy, džuveč, boršč, do nějž se však nepřidávala podle připojeného receptu smetana, ale jen mléko s rozkverlanou moukou, nebo dokonce požárské kotlety, čímž se mínila klasika mezinárodní kuchyně kotlety à la Pojarski (z mletého drůbežího masa s příměsí tuku, ideálně másla). Zároveň jídelníčky obsahovaly i dobově populární pokrmy, jako např. plněné papriky v rajské omáčce. Svoje místo zde měla i vysloveně nouzová jídla, jako např. játrová omáčka podávaná pouze s knedlíkem, dušená strouhanka s kouskem masa či salámu, čaj z jahodového listí nebo také „chudí rytíři na chudo“¹²⁴². Moučná (často sladká) jídla obvykle zhodnocoval přídavek ovoce či zeleniny, přesto jejich výrazné zastoupení dokládalo kompromisy, které sestavovatelé menu museli udělat vůči požadavkům zdravotníků. Využívaly se poměrně často i konzervy, ať už rybí (sardinky, olejovky), nebo jiné (např. krevní tučnice). Jak již bylo řečeno, podoba jídelníčků vycházela z měnící se výše přidělů jednotlivých potravin, takže např. v květnu 1947 se vyskytovalo maso dokonce pětikrát týdně, už v září téhož roku to bylo jen dvakrát třikrát týdně. Situace se ale dále vyhrcovala, jak dokládá např. jídelníček z časopisu *Vlasta*, č. 45, vydaného v listopadu 1947, který pro jeho ilustrativnost přepisují celý (na protější straně).

bramborovým salátem, kterého si každý může dát po libosti, a věneček z odpalovaného těsta s pravou šlehačkou.

1241 Více srov. část V.

1242 Eva L.: Náš jídelníček. *Vlasta*, roč. 2 (1948), č. 4, s. 12. Chudí rytíři na chudo se dělali z plátků starších žemlí, které se namočily do studené vody a obalily v jemné strouhance, potom se opékaly ve vymaštěném pekáči, ocukrovaly a pokropily zředěnou teplou zavařeninou.