

# HOTELKOVINY



*WEBOMNIVÝ ŽIAKOV HOTELOVEJ AKADÉMIE V KOŠICIACH*

I/2022/6



## **Buďme tu pre seba, buďme ľuďmi!**

Uvedomuješ si svoju silu? Moc, ktorú máš, a to nie len nad sebou, ale aj nad ostatnými? Uvedomuješ si následky svojich činov? Zamyslel si sa niekedy nad tým, akú silu má Tvoje slovo, pohľad či správa? Už Ti niekto niekedy povedal, že to bolo cez čiaru?



Podľa vlastnej skúsenosti môžem potvrdiť, že vo väčšine prípadov presne takto vzniká šikana a kyberšikana. Tak, že si na vyššie položené otázky človek neodpovie alebo si ich ani nepoloží, prípadne je to všetko len žart, chill. To, do akej miery narastie výsmech, je len na danom jedincovi a jeho rozhodnutí. Trúfam si povedať, že každý z nás si prešiel resp. prechádza istou formou šikanovania, od každodenného nátlaku rodičov, cez výsmech spolužiakov, kamarátov. Prečo to tak je? Pretože dnes ťa vysmejú za čokoľvek: za to, že máš lepšie známky alebo už aj za to, že sa vôbec učíš, samozrejme však utržiš výsmech aj kvôli nevydarenému testu, ktorý bol pre všetkých ostatných banálny. Úprimne povedané, ľudia nájdu chybu, problém, či akýkoľvek podnet na výsmech veľmi rýchlo a vo všetkom. A to aj v situáciách, nad ktorými sa človek niekedy ani nepozastaví. Práve takéto situácie ťa podvedome presviedčajú, že by si si o sebe mal myslieť to, čo tí druhí o Tebe hovoria, že si Ty ten omylný prvok v spoločnosti, že práve Tvoje konanie je zlé. *A pritom si neuvedomuješ, že to, ako Ťa iní vnímajú, je stále len pohľad iných na Teba, nie to, akým v skutočnosti si.*

Každému z nás občas napadnú myšlienky, typu: „Koho už len môžu zaujímať moje problémy...

Predstav si tie myšlienky vystupňované tlakom, ktorý šikana vyvoláva... A áno, ak máš po svojom boku priateľov, rodičov, ktorí ťa vypočujú, je to veľký bonus, no ak nie, ver, že je tu ešte triedny učiteľ, iní učitelia či školský psychológ, ktorí Ti podajú pomocnú ruku. Myslím si, že naše školstvo sa v tejto veci za posledné roky posunulo. Učitelia veľmi citlivo riešia problémy a skôr než študenti rozoznajú hranicu, kde už žart končí.

Ak sa však nechceš v tejto ťažkej situácii rozprávať s niekým koho poznáš, tak existuje aj anonymná pomoc, napríklad stránky [www.krizovalinkapomoci.sk](http://www.krizovalinkapomoci.sk), [www.odpisemeti.sk](http://www.odpisemeti.sk) alebo linka dôvery Nezábudka a mnoho iných.

Prečo sa to všetko deje? Kde a v kom je chyba? Keď sme sa nad tým zamysleli na triednickej hodine, prišli sme na to, že nie je chyba v človeku, ktorý je vystavený posmechu. Naopak, človek, ktorý má potrebu ubližovať, si podľa môjho názoru musí takisto liečiť komplexy, o ktorých možno ani sám nevie, alebo ich odmieta vidieť.



Je naozaj náročné, aj v kontexte súčasného vývoja povedomia spoločnosti vysvetliť, prečo človek koná tak nepochopiteľne nesprávne. Má vôbec zmysel sa na to pýtať? Kto nám dáva právo súdiť iných na základe informácií získaných prostredníctvom médií, či internetu bez preverenia faktov?

Som nesmierne znechutená z ľudí na sociálnych sieťach, ktorí na jednej strane dieťa vystríhajú pred sociálnymi sieťami a na druhej strane uveria skreslenému obrazu informácií zverejňovaných na tých istých sociálnych sieťach. Prestalo ma prekvapovať, keď vidím

pod mnohými príspevkami komentáre ľudí s rôznymi negatívnymi, či násilnými prejavmi voči iným, ktorých sotva poznajú. Človeka, ktorého nedokážeš pochopiť, je veľmi ľahké odsúdiť. Preto mi napadlo, že možno aj človek, ktorý konal nesprávne, by mohol po čase pocítiť ľútosť, potrebu pomoci... Dovoľme mu to? Dovoľí mu dnešná spoločnosť začať odznova? Našťastie, aj pre také prípady je tu psychologická pomoc.

Pre človeka, je občas náročné uvedomiť si hranice, uvedomiť si, kde končí žart. Všimnúť si, že človeku svojim konaním môžeme aj ublížiť. Občas máme možno pocit, že pokiaľ nie som šikanovaný priamo ja, netýka sa ma to. Je jednoduchšie nasadiť si klapky na oči a neriešiť. Chyby robia človeka silnejším, no nezabúdajme na fakt, že nie každú chybu človek dokáže spracovať, a potom je už neskoro plakať nad rozliatym mliekom.

***Preto prosím, nedávajme si klapky na oči, veď základná vlastnosť ľudskej populácie je ľudskosť. Skúsme si dávať väčší pozor na naše slová, skutky, či to, čo zverejníme na internete. Dávajme pozor na seba navzájom. Budme empatickí, budme tu pre seba. Budme ľuďmi.***



## Prišiel som, videl som, zvíťazil som

27. januára 2022 sa uskutočnilo semifinálové kolo najprestížnejšej kuchárskej súťaže Skills Slovakia junior GASTRO METRO CUP, ktorého som mal možnosť zúčastniť sa a ukázať, čo je vo mne.

Zadaním bolo pripraviť tri porcie jedla do dvoch hodín, v ktorom hlavnú úlohu hral bravčový bôčik. No to nebolo všetko. Na to, aby som mohol siahnúť na najvyššie priečky súťaže bolo potrebné dodržať všetky gastronomické pravidlá, ukázať svoj talent, použiť sezónne produkty, vyzdvihnúť prirodzenú farebnosť potravín a pri servírovaní využiť svoju kreativitu. Samozrejmosťou už ostáva aj prezentovanie pokrmu pred odbornou komisiou.

A keďže všetci poznáme tradičné jedlo s bravčovým bôčikom v českej podobe: „vepřo, knedlo, zelo“ rozhodol som sa trochu ho pozmeniť. Bôčik som skombinoval s nakladanými ríbezľami a rôznymi variáciami z bielej kapusty.

Atmosféra počas súťaže bola dosť napätá, keďže naraz sme varili siedmi. V miestnosti boli počuť len zvuky kuchyne, opekanie, mixovanie, krájanie. Každý sa maximálne sústredil, nik nemal čas ani prehodiť slovo.

Porota pozorne sledovala každý jeden náš krok. Priebežne chodila okolo, ochutnávala a na základe toho udeľovala body. Členmi poroty boli poprední slovenskí šéfkuchári: Vojto Arz, Daniel Melicherík a Lukáš Guzman.



**Vďaka dobrej príprave, podpore mojich blízkych, majsterky A. Hlubeňovej, pomocníka Dáriusa Tótha (II. KCS) ako i našej školy som získal 1. miesto.**





Do finálového kola v Bratislave sme však postúpili šiesti a malo by sa uskutočniť v apríli. Tam sa ukáže skutočný majster kuchár, pretože pôjdeme bez prípravy a znalosti surovín, z ktorých budeme variť. Myslím si, že práve to je najlepší spôsob ako si porovnať zručnosti, skúseností a kreativitu.

Gastronomické súťaže sú skvelým spestrením kuchárskeho a študentského života. Odporúčal by som každému kuchárovi, ktorý chce na sebe pracovať, aby si to aspoň raz vyskúšal. Som vďačný za možnosť reprezentovať našu školu. A... v apríli mi držte palce.



Vítězné jedlo

## Valentín na tanieri alebo Niekedy stačí tak málo ...

14. februára si poniektorí z nás už tradične pripomínajú Sviatok sv. Valentína. Deň zaľúbených. A keďže Valentín sa častokrát spája s dobrým a originálnym jedlom, pokúsili sme sa s tým popasovať na našom (druháckom) odbornom výcviku.

Za pomoci našich profesorov sme sa snažili vykúziť z obyčajného jedál trošku iné, pre oko zaujímavejšie pokrmy. Správne naaranžované stoly dotvorili tú pravú atmosféru.

Veď, posúďte aj Vy našu kreativitu:



A keďže to, že sa máme radi si máme pripomínať nielen 14. februára ale každý jeden deň, ponúkame overený recept na zdravší dezert od Sebiho Tótha zo IV. K, ktorý si môžete pripraviť hoci aj dnes.

## RAW Limetkový chessecake

Ingrediencie:

### DNO ZÁKLAD:

- ½ šálky mandlí
- ½ šálky vlašských orechov
- 1 šálka sušených ďatlí
- štipka soli

### PLNKA:

- 3 šálky kešu orieškov
- 1 šálka kokosového mlieka
- ½ šálky javorového sirupu
- ¼ šálky kokosového oleja
- šťava z 2 limetiek
- šťava z citróna
- extrakt z vanilkového lusku



Postup:

**DNO:** Do mixéra pridáme všetky suroviny a rozmixujeme. Zmes vyberieme a vložíme do okrúhlej formy vo veľkosti 20 cm. Rovnomerne a pevne zarovnáme dno a vložíme do chladničky. Pri utláčaní základu si pomôžeme tak, že ruky si navlhčíme v teplej vode.

**PLNKA:** Rozmixujeme si kešu spolu s kokosovým mliekom. Postupne pridávame ostatne suroviny a pokračujeme v mixovaní. Hotovú plnku vylejeme do formy, prikryjeme fóliou a necháme minimálne 5-6 hodín odychovať v chladničke, najlepšie cez noc.

Dobrou chuť!

---

### Redakčná rada:

Zuzana Kiselová, Sára Zorvanová (II. A)  
Adam Majorský, Sebastián Tóth (IV. K)