

Silvestrovské hodování

Vloženo: 30.12.2015 Autor: Admin

Jako každý rok je tu Silvestr. Den, kterým se loučíme se stávajícím rokem a těšíme na na rok nadcházející. Přičemž si dáváme předsevzetí, která většinou nesplníme. Ale jak se říká: „Slibem nezarmoutíš :)“.

Většina z nás se v tento den slaví se svými přáteli a rodinou. Ke správné silvestrovské oslavě mimo jiné patří jídlo.

Mezi typická silvestrovská jídla v naší zemi v minulosti patřila:

Hovězí vývar s drobnou krupicí tzv. Milionový

- - jedl se z tradice, aby byly doma peníze

Ovar s křenem

- - jedl se z tradice, aby se uchovalo dobré zdraví

Bílá ovarová polévka s kroupami

- - na podporu zdraví, plodnosti a potence

Čočka na kyselo

- - jedla se z tradice po půlnoci, aby byly doma peníze. Podle zlých jazyků, ale byl důvod jiný a to, aby se spravily chutě po silvestrovském bujarém hodování. Jako jeden z mála silvestrovských pokrmů na novodobé novoroční tabuli zůstal. Říká se, že čím více [čočky](#) na Nový rok sníte, tím více peněz budete mít.



Pečené vepřové maso

- - jedlo se z tradice pro zdraví a radost

Vepřový rypáček

- - jedl se z tradice pro svižnost a pracovitost. Pověstí je, že dostávala hospodyňka. Tato tradice se již moc neudrží. Nevím, co by na tento pokrm řekly naše manželky a přítelkyně :))))))

Novoroční hranatý dort

- - jedl se proti bídě a hladu. Hranatý tvar měl symboliku blahobytu a bohatství

Novoroční vánočka - vánočka novoročka

- - jedla se pro štěstí. Do vánočky se zapekl 1 zelený hrášek a kdo jej našel ve vánočce, tomu se měla smůla vyběhat celý nadcházející rok

Novoroční jablka

- - jedla se pro odvahu, sílu a zdraví

Jak vidíte, tak do současných dní z typických jídel pro silvestrovské pohoštění zůstala jen [čočka](#), ovar a bílá ovarová polévka.



Jinak se říkalo, že na novoročním stole nesmí být nic, co běhalo rychle, mělo peří a křídla. Pověra pravila, že kdyby něco z toho bylo na stole, štěstí by z domu uteklo sousedům. Na Nový rok by se nemělo prát a všesť prádlo, větší to smrt někoho blízkého.

V současné době se při silvestrovských oslavách spíše můžete setkat z různými [jednohubkami](#) ([kanapkami](#)), které mohou být servírovány na pečivu, ale i na keramických lžičkách nebo mističkách, s dezerty, cukrovím, které nám zůstalo z vánoc, slaným a sladkým pečivem, chlebíčky, ale i s pokrmy, které dříve nebyly pro Silvestr u nás tradiční jako jsou losos, mořské plody, sušené šunky,....



Mimo pokrmů k oslavám u většiny z nás patří i alkohol. Různá vína, sekty, šampaňské, pivo a tvrdý alkohol. S alkoholem by se to nemělo přehánět. Před popíjením alkoholu by se nemělo hladovět a během konzumace alkoholu by se mělo pravidelně jíst. Zejména ovoce a zelenina, ale můžeme si dopřát i jídla slaná a trochu tučná (nutriční terapeuti v tento den doufám přivřou oči nebo při čtení přeskočí tuto větu) a pít dostatek nealkoholických nápojů. Alkohol by se neměl míchat.



Ale co když už se to trochu přehnalo?

Jak z ranní kocoviny spolené velmi často s velkými bolestmi hlavy?



Tady je pár tipů, jak na ranní kocovinu:

*Udělejte si silný vývar - kuřecí, slepičí, [hovězí](#)

*Pijte vodu bez bublinek do které vymačkejte citrón nebo pomeranč nebo do vody rozpustte rozpustný vitamin C.

*Pomůžou i kyselé věci jako jsou například sladkokyselé okurky, zavináče, utopenci, tlačěnka s octem

*Zkuste si udělat ovocný nebo zeleninový fresh z Vámi oblíbeného ovoce nebo zeleniny

*Bylinkový čaj

*Procházka na čerstvém vzduchu

*Sprcha

Přejeme Vám, abyste krásné oslavili příchod Nového roku a pokud možno bez kocoviny a těšíme se na Vás i v roce nadcházejícím.

WWW.SENZARECEPTY.CZ