

„Byla to výzva a já se na to těšila“



Tentokrát jsme si pro rozhovor zajeli na Prahu 6 do MŠ Parlérova. Tam již pátým rokem pracuje jako hlavní kuchařka sympatická Ilona Tylichová. Naplňuje ji práce s dětmi a nebojí se výzev. Proto ji vyloženě nadchla možnost zařazení její školní jídelny do pilotního projektu testování nové verze spotřebního koše v souladu s plánovanou novelou. Co říká samotné realizaci a co jí na novém způsobu vaření baví nejvíce?

?) Jste jednou z prvních školek, které byly do pilotního testování zařazeny. Kdo vás oslovil a jak celé zařazení probíhalo?

K nám se informace dostala od naší paní ředitelky. Tu oslovila Eva Kalembová, která pracuje jako nutriční poradce pro Prahu 6. Paní ředitelka přišla s návrhem, že bychom začali vařit trochu jinak, trochu odbočili ze zajetých kolejí a více si hráli se surovinami. To mě velice nadchlo, protože mi dosavadní způsob přijde hodně zkostratělý, recepty jsou vleklé a vlastně se vaří pořád stejně. S paní Kalembovou jsme mohli jednotlivé kroky řešit, byla nám k ruce a vše jsme konzultovali. Byla to výzva a já se na ni těšila.

?) Od projektu jste určitě měla nějaká očekávání. Jaké pak bylo porovnání s realitou, co se dařilo nebo naopak nedařilo?

Z počátku to bylo náročné. Recepty jsme dlouze hledali, obnavovali a upravovali – třeba když jsme se snažili nahradit něčím jiným pálivější koření nebo obecně nalézt různé náhražky vhodné pro děti z mateřské školky. To bylo vlastně to, co mě nejvíce brzdilo. Ale bavilo mě zkoušet si nové recepty i doma. Neustále se zamýšlím nad tím, co čím nahradit, jak co použít. Příkladem může být třeba využití mouky: klasická mouka se nahrazovala celozrnnou, polévku jsme zahušťovali červenou čočkou, oříšky se nahradily ovesnými vločkami, protože mají také oříškovou chuť, a plno dalšího. Byla to celkově výzva, tápali jsme, hledali recepty. Něco jsme zkazili, něco se povedlo nebo jsme prostě usoudili, že tohle děti celkově nejedí, a recept už se znova nedělal. Zavedli jsme

bulgur, kuskus, což bylo pro nás, starší generaci, dříve tabu, ale v rodinách se tyto potraviny běžně varí, děti je znají.

?) Z toho, co se povedlo, jste tedy společně tvořili jídelníčky tak, aby splňovaly všechna nutriční doporučení. Ocenila byste nějaké dozdělení či kurz na toto téma?

Ano, nastavili jsme společně s paní hospodářkou jídelníčky a ty nyní držíme. Ale stále se snažíme přidávat nové a nové recepty. Chodíme se inspirovat i na různé festivaly, výstavy a akce. Stále získáváme nové zkušenosti a informace. Nicméně kurz bych určitě ocenila. Chtěla bych vědět, jak se surovinami pracovat, jak se mohou chovat a jak je využít.

?) Kdybyste to měla srovnat, jak se liší vaše práce před testováním a nyní? Vnímáte nějakou změnu? Baví vás to více?

Baví mě to víc, protože to jsou nové věci. Obnovujete něco nového, neustále se učíte, posouváte. Nejvíce záleží na dětech. Děti jsou takové čisté duše, řeknou vám, co jim chutná a co ne. Spoustu věcí člověk zjistí zkušenostmi. Velkou roli hrají také barvy. Zelená není dobrá, červená ujde a bílá rozhodně vede. Ať už se jedná o omáčky, nebo o pomazánky.

Uvaříme, vydáme dětem a následně vidíme, kolik je zbytků. Často mi děti dají zpětnou vazbu jen tak samy od sebe – a to je největší radost. Někdy se stává, že chodí maminky a říkají, jak děti doma básní, ptají se, jak je možné, že ve školce jedí a doma už ne.

? Dotkla jste se komunikace s rodiči. Jak změnu ve stravování vnímají rodiče?

Myslím, že ji rodiče vnímají velice dobře. Jednou za půl roku máme takové setkání i s rodiči. Děti si přivedou maminky, babičky, dědečky, sourozence a vaříme s nimi. Rodinní příslušníci poznají, jak to děti baví, vařit nově. Zakládají si vlastní kuchařky a děti nutí maminky vařit jídla ze školky i doma. Každou středu totiž máme s dětmi kroužek, který vedu, kde pokaždé doplníme nový recept. Co si děti uvaří, to si také snědí, pokud něco zbude, nosí domů ochutnávky, mají na to připravené krabičky. Kroužek je napříč všemi ročníky, zájem mají chlapci i holčičky. Pak na setkání s rodiči slyším, že nějaký recept našel trvalé místo v rodinné kuchařce a zapojují ho do rodinného jídelníčku. To mě velmi těší.

? Co by podle vás mělo být cílem školní jídelny?

Vařit dobré jídlo. Aby se změnilo to, co sami nechceme. Nechceme hnědé omáčky zahuštěné moukou. Jde to i jinak. Jak vzpomínáme na školní jídelnu? Většina z nás ne moc dobře. Já bych chtěla, aby se k nám děti rády vracely a jednou k nám dávaly své děti. Aby zaznělo: *Tohle byla dobrá škola, tam se dobře jedlo, bylo nám tam dobře.* Chtěla bych změnit dosavadní stav, vždyť to je přece úplně nejlepší cíl.

? Jak vy sama relaxujete, odpočíváte? Co děláte pro to, abyste pracovně nevyhořela?

Děti, to je můj odpočinek i obrovská motivace. To musí vědět každý, kdo s nimi tráví čas. Děti neznají přetvářku, neumějí moc lhát, je to s nimi lepší než s dospělými. Ve školství se pohybuji 25 let, dělala jsem i na základní škole, vedla jsem vaření. Každé dítě je nějak nadané, když mu zrovna nejde matematika, může vymýšlet zajímavé kombinace receptů. Zároveň jsem čtyřnásobná babička. Jsem vyučená cukrářka, vedla jsem vlastní kavárnu, ale ráda jsem se vrátila do školství, tady mi to vyhovuje a baví mě to tu.

? Jste ve spojení s kolegyněmi z jiných jídelen? Sdílette zkušenosti, bavíte se o novinkách?

Ano, máme společnou konverzaci a posíláme si, co se komu povedlo nebo naopak. Sdílíme cestu, úspěchy i neúspěchy. Řekneme si například, jaká je zpětná vazba od dětí na určité recepty, že třeba snědí jen rohlík a guláš k tomu už nejedí. Tam pak kolegyně doplní, ať vyměníme klasický rohlík za celozrnný – to budou body do spotřebního koše a děti budou zkoušet zase jiné pečivo.

Dostávám se zde ovšem k tomu, že děti jsou prostě zvyklé jíst bílé svačinky. Máslo, žervé, tvaroh, to všechno snědí, ale jakmile je tam třeba pažitka, to už se jim tolik nechce. U obědů zase vede červená barva, červené omáčky, rajská, guláš. Takhle jednoduše to funguje.

Když budou zkoušet a objevovat – třeba zmiňovaný celozrnný rohlík –, poznají mnoho nového. Sáhnu po bílém rohlíku ze zvyku, ale semínkový rohlík je obohací, poznají nové vůně a přirozeně ochutnají něco nezvyklého. Není to o tom, je nutit. Nechceme, aby vznikala traumata z koprových omáček, škraloupů v kakau a podobně.

? Co vás na vaší práci nejvíce těší? Předpokládám správně, že to budou děti?

Ano, jsou to právě děti a musím říct, že je to i kolektiv v kuchyni. Těšíme se na sebe, sdělujeme si pracovní i osobní věci, životní trable nebo úspěchy a je to tady velmi příjemné. Celkově se těším do práce.

? Co byste si přála zlepšit?

Nejvíc bych si přála, aby se zlepšilo stravování, to by bylo moc fajn. Ocenila bych, kdyby se zlepšily peníze a finanční ocenění pro kuchařky. Já už jsem vzhledem k odpracovaným letům v tabulce na nejvyšším bodě. A co si budeme povídat, peníze člověk prostě potřebuje.

? Která část pracovního dne je pro vás nejoblíbenější?

Je to výdej jídla. Opravdu si užívám, když tam chodí malé děti. Máme teď štěstí, že máme tu nejmenší třídu a opravdu všichni jsou tam jedlíci. Jsou úžasní, vděční, poděkují. To je opravdu to nejlepší.

? Jaké jídlo je vaše nejoblíbenější?

Moje nejoblíbenější jídlo jsou asi těstoviny, ale ty celozrnné. Omáčky všeho druhu, jsem hodně omáčková. Nebo pečené kuře. Vyloženě nejoblíbenější jídlo nemám, jde mi i o to, jak vypadá jídlo na talíři, to je to největší lákadlo.

Paní Iloně Tylichové velice děkujeme za příjemný rozhovor a také za inspirativní recepty, o které se s námi podělila – viz příloha na straně 38.

Rozhovor vedla za redakci Dáša Červená.