

Velikonoce na venkově: tradice, chutě a radost z jara

Velikonoce patří k nejkrásnějším svátkům roku – jsou oslavou jara, nového života a návratu přírody k plné síle. Na českém venkově mají hluboké kořeny a dodnes si uchovávají jedinečné kouzlo plné barev, vůní a lidových zvyků. Přinášíme vám inspiraci, jak si jednotlivé sváteční dny připomenout – včetně tradičních obyčejů i osvědčených receptů.

Modré pondělí a Šedivé úterý

Tyto dny byly na venkově spíše klidné a naplněné prací. Lidé uklízeli své domovy, vymetali pavučiny a připravovali stavení na svátky.

Tipy: Zapojte se do „jarní očisty“ – nejen doma, ale i na zahradě. Připravte záhony, vysadte první bylinky a otevřete dům svěžímu vzduchu.

Škaredá středa

Podle tradice by se člověk neměl mračit, jinak mu to vydrží po celý rok. Tento den se připravovala jednoduchá, ale symbolická jídla.

Trhanec „na škaredo“

- 2 vejce
- 250 ml mléka
- 150 g polohrubé mouky
- špetka soli
- máslo na opečení
- moučkový cukr

Z ingrediencí připravte těsto jako na palačinky, vlijte na pánev a během smažení trhejte na nepravidelné kusy. Podávejte pocukrované.

... protože v tento den má i jídlo být „škaredé“



Zelený čtvrtek - ráno si dejte něco zeleného – třeba i bylinkovou polévku
Zvonění zvonů naposledy zazní a „odlétají do Říma“. Tradičně se jedí zelená jídla pro zdraví po celý rok.

Jarní špenát s vejcem a bramborem

- čerstvý špenát (nebo kopřivy)
- 2 vejce
- česnek
- máslo
- vařené brambory

Na másle osmahněte česnek, přidejte špenát, krátce poduste a dochuťte. Podávejte s vejcem a bramborem.

... polévku můžete posypat sedmikráskami



Velký pátek

Den ticha, rozjímání a půstu. Podle pověstí se otevírají hory a vydávají poklady. K jídlu si připravte lehkou postní polévku z čočky nebo hrachu.

Zvyky

- nepralo se prádlo (voda měla zvláštní sílu)
- lidé chodili k potokům „omýt se“ pro zdraví
- dodržoval se půst

Bílá sobota

Den příprav na Velikonoční neděli. Pekly se mazance a beránci.

Tradiční mazanec

- 500 g hladké mouky
- 100 g cukru
- 250 ml mléka
- 100 g másla
- 2 žloutky
- droždí
- rozinky, mandle
- citronová kůra

Vypracujte kynuté těsto, nechte vykynout, vytvarujte bochánek, potřete vejcem, posypte mandlemi a pečte cca 40 minut na 170 °C.

...a nezapomeňte před pečením nakrojit na připraveném mazanci kříž





Velikonoční neděle (Boží hod velikonoční)

Den radosti a slavnostního stolu. Jídlo se světilo a rodiny se scházely.

Nádivka (hlavička)

- pečivo
- uzené maso
- vejce
- kopřivy nebo petržel
- mléko

Smíchejte nakrájené pečivo s mlékem, vejci, masem a bylinkami, vložte do formy a upečte dozlato.

...zkuste přidat medvědí česnek

Velikonoční pondělí

Nejživější den plný tradic – pomlázka, koledování a barvení vajíček.

Zvyky

- **chlapci chodí s pomlázkou za děvčaty**
- **děvčata dávají malovaná vajíčka, stuhy nebo sladkosti**
- **symbolika: zdraví, mládí a svěžest**

Jak barvit vajíčka přírodně

- **cibulové slupky → hnědá**
- **červené zelí → modrá**
- **kurkuma → žlutá**
- **špenát → zelená**

Velikonoce jako návrat ke kořenům

Velikonoce na venkově nejsou jen o tradicích, ale i o sdílení, komunitě a vztahu k přírodě. Jsou příležitostí zpomalit, setkat se s blízkými a připomenout si hodnoty, které přetrvávají po generace.

Ať už je slavíte tradičně, nebo po svém, přejeme vám, aby byly naplněny radostí, pohodou a jarní energií.

