



OCHUTNEJTE EVROPU!

POZNEJTE CHUTĚ A VŮNĚ
JEDNOTLIVÝCH STÁTŮ EU



Gastronomická inspirace
před cestou do zemí EU.

EUROPE DIRECT JIHLAVA

Úkolem Europe Direct Jihlava (ED Jihlava) je šířit povědomí a informace o Evropské unii a aktivně podporovat diskuzi o jejích aktivitách na místní a regionální úrovni. Celoevropská informační síť ED, k níž ED Jihlava patří, zastává funkci prostředníka mezi Evropskou unií a jejími občany v regionech – snaží se přiblížit evropské instituce občanům a zároveň poskytuje orgánům EU zpětnou vazbu jaká témata místní občany zajímají.

Střediska ED jsou koordinována a spolufinancována Evropskou komisí a tzv. hostitelskou organizací, kterou se na základě výběrového řízení stala Regionální rozvojová agentura Vysočina.

Co Vám ED Jihlava konkrétně nabízí?

- ★ Informace o Evropské unii.
- ★ Informace o práci a studiu v zemích EU.
- ★ Informace o možnostech financování ze zdrojů EU.
- ★ Informace o volbách do Evropského parlamentu.
- ★ Zajišťování kontaktních údajů na organizace, se kterými potřebujete jednat.
- ★ Přístup k internetu za účelem vyhledávání informací o EU.
- ★ Vybrané publikace o EU zdarma.
- ★ Vydávání měsíčního elektronického zpravodaje.
- ★ Možnost studia materiálů o EU z knihovny EUROPE DIRECT Jihlava.
- ★ Pořádání různých akcí a seminářů.

Služby střediska jsou
pro veřejnost zdarma.



Více informací o činnosti a akcích ED Jihlava naleznete v měsíčním elektronickém Evropském zpravodaji informační sítě Europe Direct.

Zasílání zpravodaje si můžete objednat na e-mailové adrese europe.direct@rrav.cz.



EUROPE DIRECT Jihlava
Regionální rozvojová agentura Vysočina, Čajkovského 37, 586 01 Jihlava
tel.: 731 447 172, e-mail: europe.direct@rrav.cz, www.europe-direct.cz
centrální bezplatná linka: 00 800 6 7 8 9 10 11

Belgie

hlavní město: Brusel | členem EU od roku: 1952 | rozloha: 30 529 km² | počet obyvatel: 10 583 382



šunka, pralinky, sýry, hlemýždi, maso (hovězí, králík), mořské plody (mušle, ústřice, langusty, mořští šneci, mlži), ryby (úhoř, losos, platýz), zelenina - česnek, cibule, pivo

Belgická kuchyně je známá pro svou různorodost a kvalitu. Mezi tradiční jídla patří pívni polévka s kuřecím vývarem a cibulí, slaný sýrový koláč s pórkem či cibulí nebo chutná dušená šunka. Nejznámějším hlavním chodem je pravděpodobně waterzooi, což je kuře dušené s bílým pórkem, bujónem, smetanou a vaječnými žloutky. Vlaamse karbonnades obsahuje libové hovězí opečené na pánvi, poté vařené v pivu a se spoustou cibule.

Najdeme také několik tradičních zákusků. Nejlepším zákuskem belgického původu jsou oplatky neboli vafle. Rozhodně stojí za ochutnání jablečné palačinky a různé druhy koblih a lívanečků.

☐ Belgičané často jedí v restauracích a dávají přednost těm stylovým a útulným. Jednak si své restaurace mohou dovolit a pak – belgická kuchyně je opravdu excelentní a znalci přirovnávají ke kuchyni francouzské. Vlámové jsou gurmáni na slovo vzati, jídlo si umějí náležitě vychutnat i k němu vytvořit správnou atmosféru.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Čokoláda** – Belgie je rájem pro milovníky čokolády, vždyť pralinky a výrobky z čokolády Belgie proslavily po celém světě.
- **Pralinky** – trumf belgického cukrářství. K dostání jsou pralinky všech možných tvarů i náplní (narazíme na marcipán, ořechy, nugát, fondán a mnoho dalších).
- **Pivo** – Pití piva je v Belgii tradiční, podobně jako u nás. Vaří se zde na 600 druhů piv a roční spotřeba piva na jednoho konzumenta dosahuje 150 litrů.



Bulharsko



hlavní město: **Sofie** | členem EU od roku: **2007** | rozloha: **110 993 km²** | počet obyvatel: **7 262 675**

sýry (Balkánský, Feta, Kaškaval), klobásy, mleté maso (skopové, hovězí, jehněčí, telecí či vepřové, často ve směsi), jogurt, víno

Bulharská kuchyně je velmi rozmanitá, chutná a zdravá. Typické jsou tři základní složky, které se používají již od starých dob – brambory, čerstvý sýr a skopové maso.

☐ Pokud se v Bulharsku vydáte do restaurace, dostanete k jídlu pouze jeden příbor na všechno. Narozdíl od Čechů si Bulhaři libují v dlouhém vychutnávání jídla a stolování. Jídlo je pro ně obřad a také příležitost zastavit se v denním shonu a popovídat si. Pro Bulhary není problém obědvat i dvě hodiny.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Tarator** – studená polévka vyrobená z kyselého mléka, nas-trouhané okurky, kopru a případně česneku vás v horkých letních dnech příjemně osvěží.
- **Musaka** – teplé jídlo připravené z brambor a zeleniny, případně z masa. Je podobná zapékaným bramborům, ale složením a kořením se odlišuje.
- **Šopský salát** – kromě syrových paprik, rajčat a bílého sýra se do něj přidávají i pečené paprikové lusky a cibule. Celý salát se před podáváním zalije zálivkou z octa, oleje a soli.
- **Keftě a kebabče** – bochánky, karbanátky nebo válečky pomletého masa osmažené nebo připravené na roštu. Podávají se se zeleninovými saláty nebo s hranolkami, což je v Bulharsku velmi oblíbená příloha.
- **Kaškaval** – ovčí, kraví nebo smíšený sýr. Podává se po jídle jako dezert nebo k vínu.
- **Škembe čorba** – hustá dršťková polévka, která často vydá i za druhé jídlo a jí se s chlebem.
- **Víno** – příhodné klima a vynikající půdy způsobily, že již od antických dob se zde víno pěstovalo a vyrábělo, o čemž svědčí i starobylé vinařské sklepy.
- **Pivo** – na výběr je hned několik značek (Zagorka, Astika a nepříliš chutná Kamenitsa). Lepší piva se připravují v provinciálních městech (např. Pirinsko pivo z Blagoevgradu a Shumensko Pivo ze Shumenu).



Dánsko



hlavní město: **Kodaň** | členem EU od roku: **1973** | rozloha: **43 094 km²** | počet obyvatel: **5 564 219**

sýry, paštika, maso (hovězí, kuřecí, telecí), ryby (losos, ančovičky, platýz, treska, úhoř), pivo

Přestože je přímořským státem, zastoupení ryb v jídelníčku není tolik dominantní jako u ostatních skandinávských zemí. Dánsko je charakteristické výrobou a konzumací sýrů i dalších mléčných výrobků. Častým jídlem je vařená treska s hořčičnou omáčkou. Známemu úsloví „pije jako Dán“ dělají obyvatelé země čest, protože alkohol se pije opravdu běžně.

☐ Víte například, že Dánové:

Mezi jednotlivými chody pijí snaps (jakýkoliv druh čirého alkoholického destilátu)?
Nakládají okurky podobně jako Češi, i když do sladšího nálevu než u nás?
Jako přílohu ke kachním prsům podávají kyselé kompotované švestky?
Kupují sýr pouze v celku a plátky odkrajují tzv. strunou na sýr?
Dánská majonéza vůbec nechutná jako ta naše, ale je nasládlá?

Nezapoměňte ochutnat!

- **Smørrebrød** – sendvič z tmavého žitného chleba (rugbrød) s máslem, s plátkem teplého či studeného masa, ryby nebo sýra a oblohou.
- **Frikadeller** – ploché smažené karbanátky z mletého masa.
- **Rullepølse** – závitky z vepřového žaludku s bylinkami (dává se často na sendviče).
- **Pølse** – červená klobása z vepřového masa, lehce kořeněná pepřem, muškátovým oříškem a dalším kořením.
- **Remuláda** – pikantní omáčka, jejímž základem je majonéza smíchaná s nakládanou zeleninou, kari, paprikou, křenem, ančovičkami a kapary.
- **Leverpostej** – vepřová játrová paštika s bylinkami.
- **Æbleskiver** – „jablečné plátky“ – smažené kulaté těsto s plátkem jablka uvnitř, podobné koblíhám. Jedná se o tradiční vánoční pokrm a často se k němu pije svařené víno gløg.
- **Wienerbrød** – „vídeňský chléb“ – sladké pečivo, do kterého se dává hodně másla. Těsto se formuje do nejrůznějších tvarů a přidává se na něj trocha čokolády, cukru nebo polevy. Uvnitř může být džem, pudink nebo marcipán.
- **Gløg** – kořeněné svařené víno s rozinkami a oříšky, které se předem namáčeje ve snapsu.
- **Akvavit** – destilát z brambor nebo obilí a bylinkami, který je typický pro svou kmínovou chuť.
- **Gammel Dansk** – hořký bylinný likér.



Estonsko



hlavní město: Tallinn | členem EU od roku: 2004 | rozloha: 45 226 km² | počet obyvatel: 1 339 681

vepřová huspenina, vepřový jazyk, rybí a vepřové maso, brambory, zelí a veškerá sezónní zelenina, mléčné výrobky, pivo

Estonsko je nejsevernější pobaltskou zemí. Kromě okolních států (Německo, Finsko, Rusko a částečně Lotyšsko i Švédsko) ovlivňuje estonskou kuchyni také malá hustota obyvatel, malá nadmořská výška (nejvyšší vrchol je 318 m n.m.) a přístup k moři.

Zvyky a životní úroveň Estonců se v mnohém podobají České republice. V letních měsících převládají na estonských stolech jídla založená na zelenině a rybách, během zimy dominují pečeně s tradiční přílohou. Estonská kuchyně se dá charakterizovat jako poměrně nezdravá, tučná a založená na masu a oblíbených huspeninách. Veškeré masité pochoutky však vyvažují konzumací zdravých ryb.

□ Estonci jsou, stejně jako my, odborníci v zavařování okurek. Nakládačky jsou ve velké oblibě.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Marineeritud angerjas** – marinovaný úhoř servírovaný zastudena.
- **Keel hernestega** – vepřový jazyk s křenem.
- **Sült** – tradiční vepřová huspenina.
- **Verivorst** – obdoba české krvavé jitrnice (typický estonský vánoční pokrm).
- **Mulgikapsad** – vepřová pečeně s kyselým zelím a vařenými bramborami.
- **Silgusoust** – šproty se slaninou a kysanou smetanou.
- **Karask** – sladké pečivo z ječmenné mouky, které tvarem připomíná toustový chléb.
- **Kama** – kefírový nápoj s mletými semínky žita a ovsu.
- **Kali** – nealkoholický, sladký, jemně perlivý nápoj z kvasu.
- **Vana Talin** – tradiční sladký likér, který se často pije v kombinaci s mlékem nebo v čaji.
- **Pivo** – i v produkci a konzumaci piva jsou nám Estonci podobní. Vyrábí se zde desítky druhů.



Finsko



hlavní město: Helsinky | členem EU od roku: 1995 | rozloha: 338 145 km² | počet obyvatel: 5 350 000

ryby (pstruh, sled', treska, štika, losos), maso (sobí, losí, kuřecí, vepřové), lesní plody, sýry, paštika, houby, kapusta, vodka

Zdravý životní styl není pro Finy prázdňý pojem. Spotřeba rybího masa a cereálií je zde v přepočtu na obyvatele jedna z nejvyšších na světě. Finové jsou známí tím, že málo sladí a tučná jídla na jídelníčku téměř nenajdeme.

Zeleniny je ve Finsku po celý rok dostatek, přestože by severská poloha země naznačovala opak. Velmi oblíbená je zejména kapusta a častým jídlem jsou zeleninové nákypy.

Samostatnou kapitolou jsou ryby. Prim hraje losos, následuje pstruh a finská bílá ryba. Nechybějí úhoři, štiky, candáti a marény. Sledě nebo šproty Finové považují až za druhořadou rybí sortu. Pravou delikatesou jsou potom raci, kteří jsou podzimní sezónní záležitostí. Z masa ve finské kuchyni převládá kuřecí, v menší míře pak i hovězí a vepřové. Tradiční finskou specialitou je sobí, případně losí maso v nejrůznějších úpravách, obvykle pečené, často se ale také suší či udí.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Koblih** – se skořicí a kardamonem nebo jsou plněné moruškovou zavařeninou.
- **Muurinpohjannu pans** – na otevřeném ohni připravované palačinky s lesním ovocem, šlehačkou nebo zmrzlinou.
- **Lenkkimakkara** – pečená stočená klobása, která se často připravuje v sauně.
- **Mäti** – jikry bílých ryb.
- **Kalakukko** – trvanlivý pokrm, který si Finové berou s sebou na delší túru. Je to zapečená ryba v chlebovém těstě. Většinou maréna, nebo okoun.
- **Karjalanpiirakat** – plněné pirohy. Náplň většinou tvoří maso, brambory, nebo rýže.
- **Poronkärstys** – na másle dušené sobí maso, často dochucené brusinkami.
- **Graavi lohi** – losos s čerstvým koprem.
- **Mléko** – národní nápoj, a to i v kysané podobě.
- **Sekt** – ovocné šumivé víno se vyrábí z bílého rybízu a angreštu.
- **Koskenkorva** – finská vodka z pšenice.



Francie



hlavní město: Paříž | členem EU od roku: 1952 | rozloha: 547 030 km² | počet obyvatel: 66 000 000

sýry (brie, camembert, Roquefort, ementál), mořské plody, fondue, croissant, bagety, zelenina (artyčoky, chřest, špenát, baklažány a čekanka, karotka), víno

Francouzská kuchyně je všeobecně považována za jednu z nejlepších na světě a pro nejednoho turistu je hlavním důvodem návštěvy této země. Ve francouzské kuchyni jsou hojně zastoupeny zejména mořské ryby a plody moře. Používaná masa jsou libová – telecí, hovězí, skopové, jehněčí, drůbež i zvěřina. Vepřové maso není tolik využíváno. Francouzskou specialitou se dají nazvat jak hlemýždi, tak i třeba drozdi, sýrkory, křepelky či kvičaly. Kuchyni ale vévodí králík, který je považován za národní pokrm. Opravdu velmi oblíbená je zelenina – zejména dýně, artyčoky, čerstvý špenát nebo květák. Světově známý je francouzský chřest či jemná karotka.



Nezapoměňte ochutnat!

- **Sýry** – ve Francii se vyrábí okolo 400 různých druhů sýru. Sýry jsou nepostradatelným dezertem po každém jídle, ale i důležitou surovinou při přípravě hlavních pokrmů nebo předkrmů (např. **Camembert** – měkký sýr s bílou plísní na povrchu; **kozí sýr chèvre**; **Roquefort** – sýr s modrou plísní a patří k nejstarším. Vyrábí se pouze z ovčího mléka.)
- **Boeuf Bourguignon** – maso po burgundsku – dušené hovězí maso na červeném víně s bylinkami, houbami, mrkví, cibulí a dalším.
- **Bouillabaisse** – slavná hustá rybí polévka se šafránem, původem z Marseille.
- **Foie Gras** – delikatesa. Ztučnělá husí nebo kachní játra.
- **Fondue Savoyarde nebo oblíbený sýr Raclette** – bochník sýra se nahřívá o topné těleso a rozpuštěný sýr se nožem stírá na talíř nebo pečivo, obvykle se podává s bramborem, salátem, sušenou šunkou a dalšími přílohami.
- **Choucroute garnie** – známé alsaské jídlo, které se připravuje ze zelí vařeného s vínem, klobáskami, uzeným nebo soleným vepřovým masem (bůčkem) a brambory.
- **Les Escargots** – šneci. Šneci se vaří několik hodin ve víně nebo vývaru a vkládají se zpět do vymytých ulit, zalité bylinkovým máslem a česnekem.
- **Quiche** – nejrůznější slané koláče zapečené se smetanou, sýrem, masem, lososem apod. Podávají se nejčastěji se salátem, teplé i za studena, bývají běžně součástí poledního menu.
- **Ratatouille** – provensálská specialita, dušená zelenina s provensálskými bylinkami.
- **Soupe l'oignon** – francouzská cibulová polévka zapékaná se sýrem a krutony nebo topinkou.
- **Víno** – Víno je francouzským národním nápojem a vydalo by na samostatnou knihu.

Irsko



hlavní město: Dublin | členem EU od roku: 1973 | rozloha: 70 273 km² | počet obyvatel: 4 234 925

maso (skopové, jehněčí, hovězí), ryby a mořské plody, brambory, zelenina, pivo, whiskey

Z historického hlediska ovlivnili irskou kuchyni (stejně jako vše ostatní v Irsku) Kelty. Hlavní prvky tradiční irské kuchyně tvoří jednoduché pokrmy z masa a vařeného zeleniny, zejména z brambor, mrkve, řepy a petržele. Brambory jsou nejčastější surovinou v irských pokrmech, což ctí zejména starší generace. Například těstoviny najdeme na stolech Irů zcela výjimečně.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Irish stew** – nejznámější irské jídlo, je podobné guláši. Připravuje se v kotlíku z jehněčího masa a s omáčkou a velkým množstvím zeleniny (brambory, cibule, petrželka a mrkev).
- **Colcannon** – vařené brambory s kapustou a česnekem.
- **Champ** – bramborová kaše s cibulkou.
- **Boxty** – bramborové placky, obvykle plněné.
- **Coddle** – směs brambor, slaniny, klobásy a cibule. Vše se vaří společně.
- **Shepherd's pie** – masový nákyp zapečený s bramborovou kaší.
- **Barm brack** – sladký kvasnicový chléb se sušeným ovocem a aromatickým kořením.
- **Soda bread** – tradiční irský chléb.
- **Pivo** – typický irský nápoj. **Guinness** je světově známé irské černé pivo hořké chuti s hustou pěnou. Vyrábí se ze silně praženého ječmenného sladu, což mu dodává karamelovou chuť. Další značky jsou třeba **Kilkeny** nebo **Smithwicks**.
- **Whiskey** – irská whiskey je chutná a jemná, neboť se destiluje třikrát. Zraje v dubových sudech, a to nejméně tři roky, ale často také deset až patnáct let. Nejznámější značky jsou **Paddy**, **Tullamore**, **Jameson** a **Bushmills**.
- **Čaj a mléko** – Irové milují čaj. Jeho pití patří ke každodenním rituálům v mnoha rodinách. Čaj se často pije s mlékem. Ve spotřebě mléka je Irsko dokonce na prvním místě z celé Evropské unie.



Itálie

hlavní město: Řím | členem EU od roku: 1952 | rozloha: 301 338 km² | počet obyvatel: 60 115 625



sýry (mozzarella, parmezán, gorgonzola), těstoviny, zelenina (artyčoky, lilky, cukety, rajčata, kapary), olivy, olivový olej, bylinky, mořské plody a ryby, šunka, pizza, víno, káva



Italská kuchyně ukrývá nespočet kulinářského umění, je typická svojí pestrostí ingrediencí. Mezi největší lahůdky patří parmská šunka, sušená rajčata nebo třeba nakládaná zelenina. Nejběžnějším pokrmem jsou pak zejména těstoviny a sýry.

Těstoviny patří k vyhlášeným artiklům po celém světě a nikde jinde je nedokážou vyrobit v tak originální konzistenci, jako právě v Itálii. Základem italských těstovin je semolina, italská tvrdá pšenice. Na severu Itálie je však tradičním jídlem polenta – kukuřičná kaše.

V Itálii existuje kolem čtyř set různých italských sýrů, mezi nejznámější patří: Asiago, Bra, Canestrato Pugliese, Fontina, Gorgonzola, Grana Padano, Monte Veronese, Mozzarella di Bufala Campana, Murazzano, Quattroformaggio.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Minestrone** – zeleninová polévka ve vývaru, někdy se do ní přidávají těstoviny.
- **Prosciutto e melone** – lehký předkrm ze sušené parmské šunky s plátky žlutého melounu.
- **Carpaccio** – na velmi tenké plátky nakrájené syrové hovězí nebo rybí maso, na talíři pokapané citrónem, olivovým olejem a čerstvě mletým pepřem.
- **Pizza** – koláč z velmi tenkého těsta zapečený v peci. Nejstarším druhem je Marinara s rajčaty, bazalkou a česnekem.
- **Lasagne** – oblíbený zapečený pokrm z plátových širokých nudlí, prokládaných nejrůznější náplní, nejčastěji mletým masem a rajčatovou omáčkou nebo špenátem a sýrem.
- **Risotto** – na tradiční italské risotto se používá speciální rýže Carnaroli nebo Arborio a od našeho „českého“ se liší hlavně tím, že je hodně krémové.
- **Tiramisu** – slavný dezert z piškotů se sýrem mascarpone, kávou, smetanou a cukrem, při servírování se posypává kakaem.
- **Víno** – Itálie patří mezi nejdůležitější evropské producenty vína. Nejznámější vína: Chianti, Prosecco, Barolo, Lambrusco, Brunello di Montalcino.
- **Káva** – žádný Ital si snad nedovede představit jediný den bez lahodného šálku kávy. Italové pijí kávu v malém šálku, za to velmi silnou (např. Piccolo, Stretto, Caffè Coretto).

Kypr

hlavní město: Nikósie | členem EU od roku: 2004 | rozloha: 9 251 km² | počet obyvatel: 689 565



sýr halloumi, pekanové ořechy, ovoce (třešně, jablka, banány, pomeranče, meruňky, avokádo), med, víno (Commandaria), sherry

Kyperská kuchyně byla v průběhu historie ovlivňována okolními národy, přesto se však Kypřanům podařilo vytvořit osobité chutě charakterizující polohu ostrova na hranicích Evropy a Malé Asie. Nejčastěji však v místní kuchyni rozpoznáte mnoho druhů koření, zeleniny a bylinek. Hlavně tymián, bazalku, rozmarýn, česnek, oregáno, olivy, oříšky, sušené fíky či meruňky a třeba i balkánskou kořenici směs čubricu. Ze zeleniny jsou nejoblíbenější, stejně jako v nedalekém Turecku, rajčata a lilky. Díky subtropickému podnebí se zde velice daří i citrusům.

☐ Jídlo se často připravuje na dřevěném uhlí. Grilované maso, sýr a zelenina není jen základem jídelních lístků místních taveren, ale i domácností.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Halloumi** – grilovaný sýr podávaný s čerstvou zeleninou, bylinkami a chlebem.
- **Sýr fetta**
- **Moussaka** – masový dort. Základem jsou lilky a na drobno nakrájené mleté maso. Na Kypru je zapékána v keramickém nádobí.
- **Macaron Pastitsio** – na toto jídlo se používá hlavně bešamelová omáčka, muškátový oříšek, skořice a několik druhů sýrů. Mezi místními je velmi oblíbené. V regionech se může lišit jak ingrediencemi, tak v přípravě.
- **Tava a Stifado** – dušená jídla s velkým množstvím cibule, bylinek a zeleniny.
- **Baklava nebo Lokum** – sladkosti připomínající blízkost arabského světa.
- **Víno** – kyperská vína jsou jedna z nejstarších na světě. Vinná réva se pěstuje v okolí Limassolu a Paphosu, ale i v pohoří Troodos. Nejznámějším vínem Kypru je likérové víno Commandaria – produkt klášterních mnichů.
- **Ouzo** – převládající lihovina, původně anýzové příchuti, v celé oblasti jihovýchodního Středomoří.
- **Káva** – tradiční kyperská káva má nakyslou chuť a je připravována v tradiční džezvách na rozpáleném písku.
- **Ayran** – slaná jogurtový nápoj, který sem přišel z maloasijských zemí.



Litva

hlavní město: Vilnius | členem EU od roku: 2004 | rozloha: 65 200 km² | počet obyvatel: 3 195 702



brambory, obilniny, houby a místní kořenová zelenina, ovoce (jablka, hrušky, švestky), ryby, chléb

Litvská kuchyně se hodně inspirovala kuchyní německou, polskou, židovskou a ruskou a tvoří ji především bramborová a moučná jídla. Oblíbený je tmavý žitný chléb, nepoužívanějšími tradičními surovinami jsou brambory, obilniny, houby a místní kořenová zelenina. Velmi oblíbené je i zelí a kapusta. Jako koření se používá kopr, kmín, česnek nebo bobkový list.

Nechybí ani nepřehledné množství pokrmů z ryb. Kromě mořských sledů či úhořů se loví i sladkovodní štiky a okouni. Byla by škoda neochutnat třeba studenou jogurtovou polévku z herinka, lososí steak či čerstvě uzeného úhoře.

□ Litva je jednou z mála zemí, kde je podobně jako u nás velice populární houbaření.

Nezapomněte ochutnat!

- **Cepelinai** – národní specialita. Obří oválné šišky z bramborového těsta plněné masem, houbami, škvarky a cibulí. Tvarem připomínají vzducholoď a podle ní také dostaly své jméno. Šišky se podávají přelité kysanou smetanou a omastkem se slaninou.
- **Koldunai** – kulaté „bramborové knedlíky“ plněné tvarohem, houbami, zelím apod. (další druhy plněných knedlíků jsou např. Virtiniai, Auselės nebo Šaltosiuikai).
- **Blynai a lietiniai** – palačinky nebo bramboráky upravované na sladký i slaný způsob.
- **Bigos** – tradiční jídlo z kysaného zelí, masa a hub.
- **Šakotis** – žlutkový suchý dort, typická sváteční litvská sladkost. Je mnohapatrový s nepravidelným tvarem vrstev a vypadá jako smrk.
- **Barščiai** – boršč, tradiční receptura z kořenové zeleniny a řepy.
- **Bulviniai kukulių sraba** – kuličky ze šťouchaných brambor vařené v mléce.
- **Dešra** – klobásy (vepřové i hovězí – jako pojivo se přidávají brambory nebo ječmen).

→ **Kindziukas** – uzený vepřový žaludek plněný masem a česnekem.

→ **Lapienė** – krémová polévka se špenátem nebo šťovíkem.

→ **Pyragas** – koláče se sladkou náplní.

→ **Šližikai** – sladké rohlíčky jsou tradičním vánočním pečivem.

→ **Gira** – nealkoholický nápoj vzniklý kvašením obilnin. Často se dochucuje ovocem.



Lotyšsko

hlavní město: Riga | členem EU od roku: 2004 | rozloha: 64 589 km² | počet obyvatel: 2 248 000



maso (vepřové, zvěřina, ryby), luštěniny, zelenina (červená řepa, kapusta, zelí), brambory, houby, mléčné výrobky, pirožky, likér Černý balzám

Lotyšská kuchyně je velmi rozmanitá, mezi oblíbené pokrmy patří hrášek se smaženým masem, uzené ryby nebo studená krémová polévka.

V téměř celém Lotyšsku panovalo až do začátku 19. století nevolnictví a strava chudých poddaných tak byla složena z jednouchých, ale zároveň chutných jídel, což přetrvává v Lotyšsku dodnes. Tradiční pokrmy se vaří z místních surovin, jsou málo kořeněné a hodně kalorické. Podobně jako v Estonsku se i v Lotyšsku teší velké oblibě vepřové maso, zvěřina a ryby, ale také obilniny, luštěniny, červená řepa, kapusta a zelí. Nejčastější přílohou jsou brambory, které zemi v minulosti mnohokrát ochránily od hladomoru. Na lotyšském stole často najdeme nakládanou zeleninu nebo nakládané houby, z luštěnin se vaří nejrůznější kaše. Hojně se konzumuje i mléko, keřír, sýry a vejce.

Nezapomněte ochutnat!

- **Alexander torte** – pečivo plněné lesním ovocem, nejčastěji malinami a brusinkami.
- **Jaņu siers** – Jánský sýr vyráběný o letním slunovratu.
- **Kimenu siers** – kmínový sýr, který se vyrábí podomácku téměř v každé rodině.
- **Karašas** – placky ze žitné mouky.
- **Piragi** – bramborové pirožky.
- **Rasols** – bramborový salát s kyselým zelím.
- **Skabu kapostu zupa** – zelná polévka.
- **Sklandu rauši** – pečivo ze žitné mouky plněné sladkými i slanými náplněmi.
- **Melnais balzams** – Černý balzám, je hustý, černý bylinný likér. Přesná receptura se přísně tají. Obsahuje 24 bylin a další ingredience, jako je zázvor a dubová kůra. 35% likér se skladuje v dubových sudech a prodává se v charakteristických hliněných lahvích.
- **Skábpūta** – nápoj z mléka, vody, smetany a ječných krup.
- **Pivo** – tmavé (Bauskas, Perteris, Tumsais) i světlé (Bauskas gaisais, Aldara Luksusa, Aldara Zelta).



Lucembursko



hlavní město: Lucemburk | členem EU od roku: 1952 | rozloha: 2 586 km² | počet obyvatel: 491 775

maso (vepřové, rybí, zvěřina), knedlíky, ardenská šunka, salámy, sýry, pivo, víno, káva



Lucemburská kuchyně je hodně podobná kuchyni v Belgii. Navíc tu ale najdete četné německé vlivy. V Lucembursku se nachází také celá řada portugalských a francouzských restaurací. Konzumuje se hodně vepřového, ryby a zvěřina. Běžným jídlem jsou také knedlíky se zelím. Skvělé jsou i zákusky s domácími likéry nebo palačinky flambované na třesňovici. Vánoční čas je typický speciální polévkou s uzeninou a typickými crepe. Mezi místní speciality, které by jistě stálo za to ochutnat, jsou – grilovaná žebra, játrové kuličky se zelím, mladé vepřové v rosolu, masové záviny a různé druhy salámů.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Judd mat gaardebounen** – národní lucemburské jídlo. Jedná se o uzené vepřové maso, které se podává s krémovou omáčkou, bramborem a fazolemi.
- **Traipen** – černý pudink s mačkanými bramborami a jablečnou omáčkou – typické zimní, zejména vánoční jídlo.
- **Kachkeis** – vařený sýr.
- **Thüringer** – pikantní klobásy. Použití slova “Thüringer” je nyní vyhrazeno pro salámy vyrobené v německém Durynsku, oficiálně jsou proto nyní označovány jako Lëtzebuerger Grillwurst nebo Lucemburské grilovací klobásky.
- **Gromperekichelcher** – kořeněný bramborák s nakrájenou cibulí a petrželkou.
- **Tiirteg** – bramborák se zelím.
- **Rieslingspaschtéit** – populární masový koláč připravený z vína Ryzlink a aspiku, obvykle se podává na plátky.
- **Paštiky nejrůznějších druhů**
- **Quetschentaart** – švestkový koláč.
- **Miel de Luxembourg Marque nationale** – druh medu z Lucemburska, který je chráněn právy EU.

Maďarsko



hlavní město: Budapešť | členem EU od roku: 2004 | rozloha: 93 030 km² | počet obyvatel: 9 960 000

klobásy, maso (telecí, vepřové, zvěřina), ryby (candát, kapr, sumec, jeseter, štika, tloušť, okoun, plotice), zelenina (dušené zelí, zelené papriky), koření (paprika), víno (Tokay)

Maďarskou kuchyni ovlivnila jak strava pastevců z Velké uherské nížiny, tak i kuchyně blízkých slovanských zemí, Rakouska, Německa i Turecka. Základní potravinou je chleba ale konzumuje se zde také velké množství masa, především hovězího a vepřového. V okolí velkých jezer a řek jsou populární ryby (např. domorodý balatonský candát – „fogas“).

Nejčastěji používaným kořením je paprika, která se v restauracích dává na stůl spolu se solí a pepřem. Velmi oblíbenými surovinami jsou i zelí a zakysaná smetana. Z Maďarska pochází některé u nás dobře známé potraviny, především čabajka nebo debrecínka. Také výraz čalamáda je původem z maďarštiny.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Guláš** – nejtypičtější maďarský pokrm. Na rozdíl od našeho guláše jde v podstatě o vydatnou polévku z hovězího masa, brambor a cibule okořeněné paprikou.
- **Szegedínský guláš** – guláš se zelím jehož pojmenování je spojováno s městem Szeged.
- **Perkelt** – připravuje se nejen z telecího, vepřového a skopového masa, ale také z kuřete a zvěřiny. Od guláše se liší větším množstvím jemně krájené cibule a menším množstvím šťávy, která je však hustší.
- **Halaszlé** – velmi jednoduchá rybí polévka. Původně šlo o jídlo maďarských rybářů, které se vařilo u řeky v kotlíku nad ohněm.
- **Tokáň** – směs masa a zeleniny dušená v peci. Přípravuje se z hovězího, telecího i vepřového masa pokrájeného na podlouhlé hranolky. Provází jej pikantní omáčka.
- **Lecsó** – zeleninový pokrm z rajčat, paprik a cibule, servírovaný s masem.
- **Kolosvárské plněné zelí** (kolosvary töltött káposzta) – plněný zelný list je maďarským národním jídlem. Uvnitř je nejčastěji mleté maso s rýží, vajíčka a cibule.
- **Somlóí galuska** – vynikající tradiční dezert z piškotového těsta, vanilkového a čokoládového krému, vlašských ořechů a rozinek.
- **Víno** – v Maďarsku se vyrábějí většinou bílá vína, nejznámější je samozřejmě Tokay. Říká se mu víno králů, protože si v něm našlo zálibu mnoho panovníků, např. Ludvík XIV nebo Kateřina Veliká.



Malta



hlavní město: Valletta | členem EU od roku: 2004 | rozloha: 316 km² | počet obyvatel: 1 267

zelenina, olivy, těstoviny, maso (králíci, vepřové, rybí), pivo, víno

Typická maltská kuchyně je velmi jednoduchá. Jak je ve Středozeří obvyklé, jídla jsou připravována na olivovém oleji, dochucená zeleným kořením (petržel, celerová nať, bazalka, rozmarýn a oregáno). Maltská kuchyně využívá celoroční dostupnosti zelí a dýní, dále brokolici, kvěťáky, baklažány, kedlubny, ředkve i ředkvičky a v zimě artyčoky. Pepřem se v maltské kuchyni dost šetří, zato sladké zelené papriky a olivy mohou vstoupit bezmála do každého pokrmu. Sladkosti jsou těžké, obsahují hodně cukru a ricotty a nikdy nechybí ovoce.

❏ Několik málo restaurací nabízí i hlemýždě, které Malťané sbírají ve volné přírodě po prvých zářijových deštích a které upravují s pikantní omáčkou (bebbux biz-zalza hadra). Maltský chléb (hobz) patří k nejchutnějším na světě.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Timpana** – makaróny zapečené v listkovém těstě a omáčce z rajčat, cibule a mletého masa.
- **Ravjul** – taštičky plněné rikottou, vejci, strouhaným sýrem a posekanou petrželovou natí. Podávají se s rajsčým protlakem.
- **Fenkata** – masité pokrmy velmi často z lehkého králíčího masa.
- **Torta tal** – fenek plněný kousky králíčího a vepřového masa spolu s obvyklými rajčaty, zeleným hráškem a vínem.
- **Bragoli** – hovězí na olivách.
- **Ilsien biz-zalza tat-tadam** – hovězí jazyk s rajčatovou omáčkou.
- **Pulpetti** – masové kuličky.
- **Torta tal-majjal bil-qara ohmar** – v těstě zapečené mleté vepřové maso s dýněmi.
- **Frakassija tal-haruf** – skopové s překvapivou chutí šťávy i kůry z citronu.
- **Stuffat tal-garnit** – chobotnice s omáčkou z kapary, vína, ořechů oliv a rajčat.
- **Nougat či prinjolata** – tradiční sladká pochoutka s piniovými oříšky. Peče se v období karnevalu.
- **Fiholli** – velikonoční perníkové pečivo s mandlemi.
- **Kinnie** – místní exportní a velice oblíbený nealkoholický nápoj z hořkých pomerančů.



Německo



hlavní město: Berlín | členem EU od roku: 1952 | rozloha: 357 022 km² | počet obyvatel: 81 831 000

maso (vepřové, hovězí, drůbeží, zvěřina), masné výrobky, ryby, zelenina (chřest, kapusta, špenát, fazolové lusky, karfiol), houby, med, pivo, víno

Německá kuchyně je velmi rozmanitá a je nutné ji dělit podle jednotlivých regionů. V každém se vaří trochu odlišně, ale všude jsou k nalezení vynikající krajové speciality. Některé oblasti jsou blízké naší české kuchyni (např. Bavorsko), oblasti okolo Rýna známé pro výborná bílá vína jsou zase provázány s francouzskou kuchyní.

Německá kuchyně je charakteristická velkými porcemi hlavního chodu a není rozdělena do více malých chodů. Najdete zde hodně masových jídel s omáčkami, knedlíky, kyselé zelí, velkou nabídku zeleninových i masových polévek. Je také plná nejrůznějších uzenin a lahůdek. Najdete zde nepřeberné množství uzených a sušených mas, klobásek, párků, tlačenek apod.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Eintopf** – zcela jistě nejznámější německý pokrm – tradiční jídlo z jednoho hrnce. Jeho základem je velmi hustá zeleninová polévka, do které se přidává maso, klobásky, apod.
- **Badische Schneckensuppe** – tradiční polévka ze šneků, do které se přidává kysaná smetana pochazející z oblasti Bádenska.
- **Bratwurst** – vepřová nebo hovězí klobása určená ke grilování.
- **Jägerschnitzel** – tzv. lovecký řízek z telecího nebo vepřového masa s houbovou omáčkou
- **Kartoffelsalat** – bramborový salát, který se po celém Německu dělá v různých variantách a je to oblíbená příloha mnoha jídel. Narozdíl od českého bramborového salátu se často podává teplý.
- **Spätzle** – čerstvé vaječné nudle vznikající škrábáním nebo tlačněním těsta. Těsto se škrábe do vroucí vody. Je to velmi oblíbená příloha k mnoha pokrmům s omáčkou.
- **Zwiebelkuchen** – cibulový koláč. Tradičně se konzumuje na podzim s burčákem v oblastech, kde se pěstuje víno.
- **Schwarzwälder Kirschtorte** – populární dort z oblasti Černého lesa v Bádenské oblasti. Čokoládový dort s krémovou polevou je plněný ve vrstvách třešňovou náplní.
- **Stollen** – štola, tradiční německý vánoční koláč podobný naší vánočce, ale s větším obsahem ovoce a koření. Je z jednoho kusu a obalený celý v moučkovém cukru.



Nizozemsko



hlavní město: Amsterdam | členem EU od roku: 1952 | rozloha: 41 526 km² | počet obyvatel: 16 850 000

sýry, maso, zelenina, mléčné výrobky, slaneček

V nizozemské kuchyni se snoubí vlivy německé, flanderské a francouzské gastronomie spolu s exotickými chutěmi a ingrediencemi, které zdejší obchodníci přivezli ze zámorí. Avšak jediným typickým jídlem je již po několik generací syrový slaneček. Ten se stal doslova delikatesou a je tradičně podáván ledově vychlazený jako předkrm. Mezi další nizozemské lahůdky patří matjesy a mušle. Nizozemci mají velmi rádi mléčné výrobky všeho druhu (sýry, jogurty apod.), rádi jedí maso, hodně zeleniny, brambory a podle statistik snědí ročně 160 vajec na osobu.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Sýry** (eidam, gouda, maasdam, leyden) – bochníky a koule lahodných tvrdých sýrů patří k typickým a nejznámějším symbolům Nizozemska. Těmi nejmladšími jsou jong (mladé), jejichž doba zrání je nejkratší a cenově také patří k nejlevnějším. Mezi nejvyšší sýry patří Bergen. Sýry, které zrají nejdelší dobu, jsou oude (staré) a jejich doba zrání je více než jeden rok.
- **Ryby** – nejedna z národních specialit je připravena z ryb. Právě této zemi vděčíme za skvělou recepturu na slanečka.
- **Stew** – slanina je součástí nizozemského stew, který se na rozdíl od klasického anglického s masem dusí jen se zeleninou. Vedle slaniny obsahuje máslo, mrkev, brambory, cibuli a tymián.
- **Stampot** – teplý Eintopf se zelím a bramborami.
- **Papriková, okurková nebo třesňová polévka.**
- **Pivo** – Nizozemci jsou velkými milovníky piva (Heineken je třetí největší pivovarská skupina na světě). Vedle něj tu však působí celá řada dalších pivovarů, které vaří nepřehledné množství piv. Vyrábějí se piva světlá i tmavá, nahořklá i sladká, ale i ovocná či bylinková.



Polsko



hlavní město: Varšava | členem EU od roku: 2004 | rozloha: 312 679 km² | počet obyvatel: 38 501 000

uzeniny (salámy, klobásy), maso, ryby, brambory, houby, zelenina, kopr a majoránka, Zubrovka

Polsko bylo v minulosti vždy pod vlivem okolních velkých států a není proto divu, že mnoho z polských receptů je ovlivněno zahraničím. Z Maďarska přišel guláš, z Itálie časté užívání zeleniny a těstovin, z Francie moučníky a z Ukrajiny obliba červené řepy. Během staletí ovšem Poláci tyto zahraniční dary přetavili do svébytné polské chuti, takže dnešní polská kuchyně představuje unikátní způsob kombinací jednotlivých ingrediencí.

Ve všeobecné oblibě jsou husté zeleninové polévky, zejména boršč a chłodnik, i polévky ovocné (z jablek, švestek, višní apod.). V Polsku se vyrábí více než 90 druhů salámů a jméno keilbasa se dostalo i do americké angličtiny, kde si pod tímto názvem každý představí kvalitnější klobásu. Možnost rybaření přináší celá staletí na polský stůl mnohem více ryb, než je zvykem například u nás. Mezi ty nejběžnější patří pstruh a losos v nekonečných úpravách. Nejčastější přílohou jsou brambory.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Staropolský bigos** – je prastaré národní jídlo z masa, zelí, uzeniny, hub a švestek. Vaří se 4 dny a byl vždy připravován ve velkém množství do zásoby.
- **Zrazy** – plněné hovězí roliky.
- **Varšavské dršťky**
- **Gics** – pečené telecí koleno obložené zeleninou a speciálními bramborovými knedlíky, tzv. kluski.
- **Vodka** – v Polsku je národním nápojem. **Zubrovka** je druh vodky s unikátní zelenavou barvou, typickým aroma a stéblem trávy plovoucím ve sklenici. Název pochází od vzácného zvířete zubra, který žije v polském národním parku Białowieża a tráva, plovoucí v nápoji, je bylina, která v tomto parku roste. Zubrovka je často podávána s jablečným džusem.
- **Miod pitny** – neboli medovina je dalším typicky polským nápojem. Existují tři různé druhy a všechny se pijí chlazené.



Portugalsko



hlavní město: **Lisabon** | členem EU od roku: **1986** | rozloha: **92 391 km²** | počet obyvatel: **10 708 692**

sýry, maso, ryby a mořské plody, zelenina, brambory, koření, rýže olivy, dezerty, víno, káva

Portugalská kuchyně využívá hojně čerstvých surovin a najdeme v ní znaky kuchyně španělské, francouzské i africké. Nešetří se česnekem ani cibulí, hojně používaná jsou rajčata i papriky, nechybí olivový olej, citrusové plody a samozřejmě víno. Chlubou portugalské kuchyně jsou vynikající kozí a jehněčí sýry. Lze říci, že portugalská kuchyně není příliš náročná na přípravu.

☐ V některých restauracích dávají ke kávě spolu s cukrem skořici vcelku. Pokud si s ní budete svoji kávu míchat, uvolní své aroma a je to potom doslova delikatesa.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Bacalhau** – treska, která se sice v místních vodách téměř nevyskytuje, přesto je ale tato ryba považována za národní pokrm. Portugalci ji prý umějí udělat na 300 způsobů.
- **Espada** – velká černá úhořovitá ryba s hlavou štiky a obrovskými vypouklými očima, která je zde vyhlášenou lahůdkou. Kterýkoliv z mnoha způsobů přípravy této ryby je jedinečný, ale snad nejlepší je ten, ve kterém se vedle banánů přidává i trochu manga.
- **Polévky** – jsou v Portugalsku samostatnou kapitolou, neboť často tvoří hlavní chod večeře. Nejznámější hlavní polévkou je Caldeirada z různých druhů ryb. Lehčí polévkou je pak Caldo Verde tzv. zelená polévka – hustá bramborová polévka s najemno nakrájeným zelím nebo kapustou. Acorda je oblíbená česneková polévka s chlebem a vejcem.
- **Zákusky** – skoro všechny jsou připravovány na bázi vajec, medu, mandlí a fíků. Portugalským národním zákuskem je “pastel de nata” – dortík se smetanovo-vejčným krémem posypaný skořicí.
- **Víno** – pro svoji charakteristickou chuť jsou nejznámější Portske a Madeira. Obě vznikají smícháním prokvašeného vína s alkoholem a tato směs pak dlouhou dobu zraje v sudech, aby došlo k harmonizaci chutí.
- **Sangria** – základ tvoří víno smíchané s kousky ovoce, cukrem a skořicí.
- **Poncha** – madeirský drink míchaný z pálenky z třtinového cukru, medu a citrónové šťávy.
- **Káva** – v Portugalsku něco jako u nás pivo. Místní jsou na ni hrdí a milují ji.



Rakousko



hlavní město: **Vídeň** | členem EU od roku: **1995** | rozloha: **83 871 km²** | počet obyvatel: **8 404 252**

sýry, maso (hovězí, telecí, zvěřina), vnitřnosti, zelenina (fazole, květák, rajčata, kukuřice, červená řepa), houby, dezerty, pivo, bylinkové likéry

Rakouská kuchyně je ze všech evropských kuchyní nejvíce podobná té naší. Základem hlavního jídla je maso. Velmi oblíbený je hovězí či telecí guláš, který Rakušané převzali od Maďarů. Hovězí se často upravuje s cibulí, oblíbená je svíčková či vařené hovězí s oblohou. V mnoha burgenlandských restauracích a jižních částech Dolních Rakous se maso často připravuje na paprice. Rakouské zákusky a dortíky jsou proslavené.



Nezapoměňte ochutnat!

- **Vídeňský řízek** – velice oblíbený plátek telecího masa v trojbalu.
- **Tiroler Gröstl** – tyrolská specialita z uzeného a hovězího masa a cibulí a bramborami jako přílohou.
- **Tiroler Knädel** – knedlíky připravené z uzeného masa, slaniny, vajec a bílého chleba.
- **Tafelspitz** – hovězí špička vařená v zeleninovém vývaru s bramborem a zeleninou.
- **Spätzle** – těstovinové halušky se sýrem nebo zelím.
- **Vnitřnosti** – na různé způsoby upravené ledvinky, srdce, slezina, telecí plíce a další.
- **Sachrův dort** – recept na tento výtečný dort vymyslel teprve šestnáctiletý kuchař Franz Sacher, který pracoval ve službách kancléře Metternicha.
- **Dort Eserházy** – několik vrstev oříškového těsta je spojeno vynikajícím krémem a polité je cukrovou polevou s čokoládovým zdobením.
- **Štrúdl** – v Rakousku velmi oblíbený a připravuje se s větším množstvím rozinek než je obvyklé u nás.
- **Mozartovy koule** – uprostřed této pochoutky se nachází marcipán a kolem něj v několika vrstvách světlý a tmavý nugát a samozřejmě čokoláda.
- **Pivo** – v Rakousku velmi oblíbené, na naše poměry ale příliš sladké.

Rumunsko



hlavní město: Bukurešť | členem EU od roku: 2007 | rozloha: 238 391 km² | počet obyvatel: 19 599 506

brynza, maso, ryby, zelenina, bylinky, polenta, tzuica, víno

Rumunská kuchyně byla vždy ovlivňována kuchyněmi ostatních balkánských národů. Je velmi pestrá, pikantní a vydatná, přičemž základní potravinou je maso a sladkovodní mořské ryby. Nejčastější úpravou mas je úprava na rožni (tzv. grataru) nebo přímo na rozpálených plátech sporáků. Specialitou jsou pečená beraní varlata. Pro rumunskou kuchyni je také typická velká spotřeba zeleniny, především pórků, lilku a papriky.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Mititei** – tradiční silně kořeněné šištičky z mletého masa pečené na rožni.
- **Sarmale** – rolky vepřového masa zabalené v zelňých nebo vinných listech. Podává se se zelím a polentou.
- **Kapusta a la Cluj** – směs kapusty nasekané nadrobno s mletým masem, podávaná s kysanou smetanou.
- **Mamaligă** – kukuřičná kaše doplněná tvarohem, smetanou, ovčím sýrem či vejci. Podává se k dušenému vepřovému i jiným jídlům.
- **Kapr na grilu** – specialita z oblasti delty Dunaje.
- **Apapanasi** – tvarohové dortíky.
- **Nakládaná zelenina** – specialita rumunské kuchyně. Do dřevěného soudku dobře vytřeného česnekem se naskládají okurky, malé zelené melouny, paprikové lusky, malá zelená rajčata, menší hlávky zelí, jablka, kořenová zelenina a červené kapie. To vše se zalije vroucím roztokem připraveným z vody, octa a většího množství soli. Takto připravená zelenina pak rumunským kuchařům vydrží celou zimu a pokrmům dodává specifickou chuť.
- **Brinza de Braila** – ovčí tvarohový sýr kořeněný sekaným libečkem.
- **Pastramă** – vykostěné husí maso, roztažené do šířky, načesnekované a vyuzené.
 - **Polévky** – zejména Transylvánie je vyhlášená sytými hustými polévkami s masem a zeleninou. Nejznámější polévka – ciorba je vařená ze zkvášených otrub, uzeniny, brambor a masa.

→ **Tzuica** – švestková brandy je národním nápojem. Druhy se rozlišují podle síly, chuti a lokality, ze které pocházejí. Nejsilnější je tzuica de Bihor, známá také jako palinca.

→ **Mazgram** – letní nápoj, podávaný ve vysoké sklenici, naplněné zčásti ledem a doplněný silnou černou kávou a práškovým cukrem.



Řecko



hlavní město: Atény | členem EU od roku: 1981 | rozloha: 131 940 km² | počet obyvatel: 11 283 293

olivky, sýry, olivový olej, maso (jehněčí, skopové, drůbeží, rybí), zelenina (artyčoky, cibule, rajčata, česnek), luštěniny, bylinky, víno, Ouzo, Metaxa

Řecká kuchyně je prastará a je silně ovlivněna Orientem. Jelikož Řekové považují jídlo za jednu z nejdůležitějších součástí života, dávají si na jeho přípravě opravdu záležet. Řecká kuchyně patří mezi nejstarší a nejoblíbenější kuchyně světa a zdejší kulinářské umění je známé více jak 3000 let. Pro řeckou kuchyni je příznačné velké množství předkrmů. Jídla jsou vydatná a mají díky používání zdejších přísad jako je olivový olej, česnek a čerstvé bylinky nezaměnitelnou příchut'. Základem současné řecké kuchyně jsou především zeleninové saláty, kvalitní maso a ryby.

□ Typickými řeckými jídelnami jsou tzv. taverny, kde se může návštěvník doslova podívat až pod pokličku, tzn. pokrm si lze prohlédnout i vybrat osobně v kuchyni.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Gyros** – maso otáčené na svislém grilu. Opečené se ořezává a vkládá do housky se zeleninou.
- **Moussaka** – pokrm, který je tvořen vrstvami mletého masa, baklažánu, cuket, případně i brambor, přelitý bešamelovou omáčkou a zapečený do křupava v troubě.
- **Pastisjo** – náyp s mletým masem, makaróny a bešamelem.
- **Suvlaki** – špíz z různých druhů masa na jehle, připravovaný na způsob ražniči. Vhodná příloha je pita chléb nebo hranolky a všudypřítomný choriatiki salata (řecký salát).
- **Tzatziki** – strouhaná okurka v jogurtu dochuceném česnekem.
- **Dolmades** – směs zeleniny či masa s rýží a kořením balené ve vinných listech, naložených v oleji.
- **Pastitsio** – v několika vrstvách zapečené těstoviny a masová směs, nejčastěji s bešamelovou nebo rajčatovou omáčkou, sýrem a kořením.
- **Víno** – řecká vína se produkují na třech poloostrovech oblasti Chalkidiki – Kassandra, Sithonia a Athos. Z Řecka pochází i patron vína Dionýsos.
- **Retsina** – bílé víno s příchutí pryskyřice.
- **Ouzo** – aperitiv z anýzových semínek, který se pije buď samotný, nebo smíchaný s vodou.
- **Rakija** – nápoj s vysokým obsahem alkoholu, podobný italské grappě.
- **Metaxa** – řecká brandy, jejíž kvalita je stupňována typickými hvězdičkami.



Slovensko

hlavní město: Bratislava | členem EU od roku: 2004 | rozloha: 49 035 km² | počet obyvatel: 5 440 078



čabajka, sýry (oštiepek, brynza), maso, brambory, mléčné výrobky, Borovička

O Slovácích se říká, že jsou pohostinným národem a návštěva nikdy neodejde s prázdnou. Podobu slovenské kuchyně ovlivnil hlavně letitý způsob života na slovenském venkově, kde se na většině území díky klimatickým a zeměpisným podmínkám silně rozvinulo pastevectví ovcí. Tradiční slovenské suroviny jsou brambory, mléko (konzumuje se sladké i kyselé) a mléčné výrobky. Tradiční jídla jsou proto bezmasá – halušky, kaše, rezance, pirohy. Kuchyně je více kořeněná – nejoblíbenějším kořením je paprika, česnek, majoránka.

Z masa je nejpoužívanější vepřové. Nejoblíbenějším pokrmem je smažené vepřové řízek neboli "vypráhaný bravčový rezeň".

Nezapoměňte ochutnat!

- **Brynza** – měkký solený hrudkový ovčí sýr, jehož výroba je poměrně zdoluhavá.
- **Halušky** – brynzové halušky jsou slovenským národním jídlem. Podávají se s osmaženou slaninou, tradičně pak s brynzou.
- **Živánka** – vepřové maso s cibulí, klobásou, slaninou a brambory zabalené do aluminiové folie a dušené v horkém popelu.
- **Oštiepek** – tradiční slovenský uzený pařený sýr žltohnědé barvy a jemné slané chuti vyráběný ve tvaru elipsoidu s původní ornamentikou.
- **Čabajka** – jako první ji připravili Slováci, kteří se potom přestěhovali do Maďarska, takže nikoliv maďarský, ale slovenský národní pokrm.
- **Kapustnica** – tradiční polévka se zelím a uzenou klobásou, občas s houbami a ve vánočním období i sušenými švestkami.
- **Víno** – vyhlášené je především víno z vinic na jihu země. Slovenské vinice patří mezi nejsevernější místa, kde se vinná réva pěstuje.
- **Borovička** – silný bylinný likér.



Slovinsko

hlavní město: Lublaň | členem EU od roku: 2004 | rozloha: 20 273 km² | počet obyvatel: 1 964 036



pršut, koňské maso, ryby a dary moře, ovčí sýr, pohanka, zelenina, víno, pálenky

Co se kuchyně týče, má na Slovinsko velice příznivý vliv jeho středomořská poloha. Jídelníček je tím pádem daleko pestřejší, lehčí a zdravější! Jednou ze základních položek na slovinském jídelníčku jsou velice chutné plněné kalamáry (Polnjeni lignji) s blitvou. Výborný je třeba také salát z chobotnic. Mořské ryby jsou zvláště v přímořských letoviscích oblíbenou pochoutkou připravenou z čerstvých přírodních produktů. Jejich druhová pestrost je skutečně široká.

Co je pro slovinské kulinařské bohatství typické, jsou pokrmy z pohanky. Pohanka se řekne ajda a přízvisko ajdov, ajdova, ajdovo má i mnoho slovinských zeměpisných oblastí.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Idrijské Žlikrofy** – na mnoho způsobů plněné těstové kapsičky, které se servírují buď jako předkrm, jako příloha k masitým jídlům s omáčkou, či jen tak s chutnou omáčkou.
- **Žganci** – známé slovinské národní jídlo podobné italské polentě.
- **Koňské maso** – patří ke slovinské kuchyni jako naprosto běžná záležitost.
- **Plněné kalamáry (Polnjeni lignji)**
- **Njoki** – noky, mají velmi blízko k italským gnocchi. Většinou se přelévají krémovými nebo houbovými omáčkami, gorgonzolou atp.
- **Pršut** – prvotřídní šunka sušená na slunci. Podává se většinou jako předkrm, hlavně se sýrem (například domácím ovčím) a olivami, k čemuž přikusujeme čerstvý křupavý chléb.
- **Kranjska klobasa** – klobása vyhlášená svou chutí je vyrobena z nahrubo nasekaného masa a ostře kořeněná. Pravá kraňská klobása musí obsahovat alespoň 68 % vepřového masa, 12 % hovězího a nanejvýše 20 % slaniny.
- **Rižoto** – v pestrosti, barvitosti a vynalézavosti úprav rižota jsou Slovinci ve vyšší lize než my.
- **Potica** – jedna z původních slovinských sladkostí. Jedná se o pečený závin z kynutého těsta a náplně, která je tradičně ořechová (také s rozinkami). Další závin jsou třeba Gibanica nebo Štruklji.
- **Blitva** – vařené brambory smíchané se špenátem, výborná příloha především k masovým pokrmům a rybám.
- **Pálenky** – Žganje, Rakija, Sadjevec, Medová pálenka, Tepkovec (pálenka z hrušek). Kdo už byl ve Slovinsku, jistě také zná proslulý Pelinjkovec, kořalku skutečně z pelyňku, tudíž velice hořkou. Často se také setkáváte s Jägermeisterem.



Spojené království



hlavní město: Londýn | členem EU od roku: 1973 | rozloha: 243 610 km² | počet obyvatel: 62 041 000

maso, ryby, sendvič, puding, sýr Cheddar, worcesterová omáčka a majonéza, čaj, gin

Anglická kuchyně si nezískala v kontinentální Evropě příliš velkou oblibu, obzvláště pro labužnické Francouze je často terčem vtipků. Přesto není nezajímavá. Je založena na tradicích a na anglických stolech najdeme nejednu pochoutku.

Pověstnou anglickou snídaní – opečená slanina, fazole, teplá zelenina a párky či houby – už dnes téměř žádný Angličan nesnídá. Typickým britským obědem je rychlý sendvič překrojený na trojúhelníky a čaj. Hlavním jídlem dne je pak večeře, která se skládá z hlavního jídla a moučnicku (některé rodiny mají na večeři až tři chody). Obvykle se večeří až po osmé hodině.

☐ V roce 1756 dala Británie světu majonézu a byl zde také vymyšlen recept na oblíbenou worcesterovou omáčku.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Sunday Roast** – pečené hovězí maso se zeleninou a brambory.
- **Cottage Pie a Shepherd's Pie** – mleté jehněčí maso zapečené s mrkví v bramborové kaši.
- **Gravy** – hnědá hustá omáčka, kterou se polévá maso. Prodává se v granulích v mnoha příchutích.
- **Fish and chips** – smažená obalovaná bílá ryba podávaná s hranolkami a octem.
- **Laverbread** – waleská specialita z tmavých mořských řas. Servíruje se studená s dary moře nebo teplá se slaninou, toastem a rajčaty.
- **Ploughman's** – chléb, sýr, nakládaná zelenina a hlávkový salát.
- **Hovězí pečeně** – tradiční nedělní oběd. Obvyklou přílohou je pečený svítek (yorkshire pudding), opékané brambory, sezonní zelenina a křenová omáčka.
- **Cumberland sausage** – dlouhá uzenka z vepřového masa. Pokrmu z uzenek a bramborové kaše se říká hangers and mash.
- **Čaj** – odpolední čaj představuje britskou tradici, která je denně dodržovaná v některých domácnostech, čajovnách a hotelích. Podává se kolem 16. hodiny. Nejdříve se však jedí malé sendviče, obvykle plněné rybí pomazánkou a okurkou.



Španělsko



hlavní město: Madrid | členem EU od roku: 1986 | rozloha: 504 782 km² | počet obyvatel: 46 063 511

ryby a dary moře, maso, zelenina, rýže, olivový olej, víno

Španělé jsou známí velkou zálibou v jídle. Španělská kuchyně je pestrá i rafinovaná, díky rozmanitosti používaných surovin se to v ní hemží barvami i chutěmi. Na pobřeží převažují ryby a saláty, ve vnitrozemí masité pokrmy a husté polévky. Španělsko není země jedné kuchyně – vedle sebe existují kuchyně katalánská, baskická, galicijská, kastilská, andaluská a další.

Základními surovinami, které používá španělská kuchyně, jsou ryby a jiné plody moře, maso hovězí, skopové, vepřové, ale používá i hojně drůbež, dále rýži, brambory, fazole a bílý chléb. Ze zeleniny převažují rajčata, sladké papriky a lilek. Španělé používají hojně koření a jídla jsou tedy pikantnější. Typické je časté používání česneku a olivového oleje. Součástí snad všech pokrmů jsou také zeleninové saláty.

Nezapoměňte ochutnat!

- **Gaspacho** – studená polévka z drcených rajčat, olivového oleje, okurky, papriky a octa.
- **Tortilla** – národní pokrm, omeleta z plátků brambor, vajec a cibule.
- **Marmitako** – kotlík s tuňákem a dušenými brambory.
- **Txanguro** – škeble s mořskými kraby ve velmi lahodné omáčce (spíše na severu země).
- **Paella** – směs rýže, zeleniny a koření s kousky ryb či drůbeže dušená na pánvi.
- **Jamon** – sušená šunka.
- **Chorizo** – obdoba čabajky.
- **Moučníky** – základ španělských moučnicků tvoří mandle, ořechy a piniová semínka. Moučníky jsou často velmi sladké a jsou určeny pro slavnostní příležitosti. Jako moučník k hlavnímu jídlu se běžně podává ovoce.
- **Víno** – nejoblíbenější španělský nápoj. Španělé vypijí přes den několik malých skleniček zvaných „un chato“ a vínem běžně zapíjí oběd či večeři. Španělé rozeznávají tři druhy vína: suché, těžší a sladké.
- **Pivo** – podává se velmi chlazené a často jako aperitiv před jídlem.
- **Andaluská brandy a různé likéry vyrobené z anýzu, navarrských trnek, višní, třešní a vína.**



Švédsko



hlavní město: Stockholm | členem EU od roku: 1995 | rozloha: 449 964 km² | počet obyvatel: 9 316 000

ryby a dary moře, maso, zelenina, vejce, mléko a sýry

Základní součástí švédského jídelníčku jsou různě upravené pokrmy z ryb, koryšů a masa (včetně sobiho), dále pak drůbež, zelenina a ovoce. Švédská snídaně je bohatá, obsahuje zpravidla maso, vejce, sýry, ovesnou kaši se smetanou, máslo, chléb, džem, kávu, čaj nebo kyselé mléko. K obědu se obvykle podávají studené pokrmy nebo jednoduché teplé pokrmy z masa a vajec a hlavním jídlem je večeře skládající se z vydatné polévky a hlavního chodu. Velmi oblíbené jsou pokrmy z jemně mletých mas, často se také připravují takzvané kastrolky, což jsou maso, ryby nebo koryši připravované společně v jedné nádobě s přílohou. Po večeři se obvykle ještě podává ovoce.

☐ Smörgasbord – při slavnostních příležitostech se podává předkrm formou obložených „švédských“ stolů.

V srpnu, kdy je povoleno chytání raků, se ve švédských restauracích pořádají speciální račí večírky. Raků se podává ohromné množství, většinou se vaří v osolené vodě s přídavkem kopru.



Nezapoměňte ochutnat!

- **Biff a la Lindström** – smažené vnitřnosti s červenou řepou a rozmarýnem, cibulí, bramborem a vejci, podávané s brambory a hráškem.
- **Gravad lax** – marinovaný losos v hořčičném nálevu s bramborami a koprovou omáčkou.
- **Janssons frestelse** – zapečený sled' s cibulí, bramborami a šlehačkou.
- **Kanelbullar/Saffransbullar** – skořicové/zázvorové pečivo.
- **Kroppkakor** – plněné bramborové knedlíky (houbami, cibulí, vepřovým).
- **Fiskbullar/Köttbullar** – rybí/masové kuličky z různě okořeněného mletého masa.
- **Pyttipanna** – osmažené, na kostičky nakrájené brambory se sekaným masem a cibulí.
- **Raggmunk** – bramborák s pečeným vepřovým a brusinkami.
- **Renkött** – sobí maso.
- **Sillsalad** – salát ze sled'ů s bramborami, kyselými okurkami, jablky a vejcem.
- **Stekt strömming** – smažený sled' s bramborovou kaší.
- **Strömmingslador** – zapékaný, nasolený zkvašený sled'.
- **Svampsoppa** – hustá krémová houbová polévka.
- **Viltwallenbergare** – zvěřina smažená v trojbalu.
- **Ris a la Malta** – smetanový dezert ze sladké rýže.

Cestování

Volný pohyb osob mezi členskými státy je jedním ze základních cílů Evropské unie a každý občan EU má právo svobodně cestovat a usadit se kdekoliv ve Společenství. Měli bychom být však dobře informováni o platných právních předpisech, aby byla zajištěna ochrana našich práv při cestování a zajištěna důvěra ve výrobky a služby, které kupujeme kdekoliv v EU.

Potřebné cestovní doklady

Pokud jste občanem EU a cestujete z jedné země Unie do jiné, nemusíte se na hranicích prokazovat občanským průkazem ani cestovním pasem. Při cestě do Bulharska, Rumunska, Irska, na Kypr či do Spojeného království však musíte na hranicích ukázat platný doklad totožnosti, protože tyto země, ač jsou součástí Unie, do schengenského prostoru nepatří.

☐ Když cestujete pouze v rámci schengenského prostoru, je vždy lepší mít u sebe pas nebo občanský průkaz. Nemusíte je sice ukazovat na hranicích, ale může nastat situace, kdy svou totožnost budete muset prokázat.

Práva cestujících

Práva cestujících v železniční přepravě

→ Zrušení nebo zpoždění

Pokud je váš vlakový spoj zrušen či zpožděn o více jak 60 minut, máte právo na kompenzaci. Existuje několik možností:

→ cestu zrušit a požadovat okamžité proplacení plné ceny jízdenky, popř. té části cesty, která ještě nebyla realizována. Rovněž můžete požádat o vrácení peněz i za část trasy, kterou jste již projeli, pokud z důvodu zpoždění spoje už nelze uskutečnit cíl cesty nebo

→ požádat dopravce o změnu jízdenky, popř. i trasy, která vám umožní dostat se do místa určení nejbližším možným spojem či v den podle vlastního výběru.

nebo

→ rozhodnete-li se v cestě pokračovat, máte nárok na náhradu škody v následující výši: 25 % při zpoždění do 120 minut a 50 % při zpoždění přesahujícím 120 minut.

Jízdné musí být vráceno v průběhu jednoho měsíce od podání žádosti.

Nárok na odškodnění vám nevzniká, pokud byl spoj zrušen či zpožděn z důvodu, jemuž se nedalo předcházet (např. mimořádné povětrnostní podmínky) nebo pokud jste ho nestihli.

Výše uvedená práva na náhradu škody vzniklé v důsledku zrušení či zpoždění vlakového spoje však nemohou být uplatněna v případě městských, příměstských a místních železničních spojení, a to včetně linek podzemní dráhy, tramvaje a příměstských expresních vlakových spojů.

→ Ztráta či poškození zaregistrovaných zavazadel

Dojde-li během cesty ke ztrátě či poškození zaregistrovaného zavazadla, vzniká vám nárok na kompenzaci s výjimkou situace, kdy se vám ztratilo zavazadlo ponechané bez dozoru.

Pokud můžete předložit důkaz o hodnotě obsahu ztraceného zavazadla, lze získat odškodnění do výše 1 300 eur za každé registrované zavazadlo. Pokud ne, budete odškodněni do max. výše 330 eur za zavazadlo.

V případě železniční nehody, při které dojde ke zranění či úmrtí, máte právo na náhradu škody za ztrátu či poškození příručního zavazadla, ať už registrovaného či nikoli, až do výše 1 500 eur.

112 jednotné evropské číslo
tísňového volání

→ **Zranění či úmrtí**

Pokud jste v důsledku železniční nehody utrpěli zranění, máte nárok nechat si během 15 dní od nehody vyplatit zálohu, z níž se pokryjí vaše bezprostřední výdaje či potřeby osob, které zaopatřujete.

V případě úmrtí činí tato záloha minimálně 21 000 eur na osobu. Přesná výše náhrady škody, na níž má vaše rodina nárok, je stanovena zákonem příslušného státu.

→ **Cestující se sníženou pohyblivostí**

Na nádraží si můžete zažádat o asistenci pro nastupování do vlaku, vystupování či přestupování i pro jízdu ve vlaku. Tato pomoc je bezplatná, je však nutné si ji sjednat předem, buď u železničního podniku, nebo u pracovníků daného nádraží.

Práva cestujících v letecké přepravě (v zemích EU, Norsku, Švýcarsku a Islandu)→ **Právo na proplacení nákladů nebo na náhradní let**

Pokud je vám odepřen vstup na palubu letadla, váš let byl zpožděn o více než pět hodin, byl zrušen nebo došlo k rezervaci více míst, než kolik je k dispozici, máte právo požádat o náhradní let do stejné destinace nebo na proplacení ceny letenky.

V závislosti na letové vzdálenosti a délce zpoždění můžete mít rovněž nárok na občerstvení, bezplatný telefonát či jinou formu komunikace a na uhrazení ubytování.

→ **Právo na náhradu škody**

V případě, že vám je odepřen nástup do letadla, váš let je zrušen či je přílet zpožděn o více než tři hodiny, máte kromě toho nárok na náhradu škody ve výši 250 až 600 eur, a to v závislosti na letové vzdálenosti.

Pokud vám dopravce nabídl jiný let s podobným časovým harmonogramem, odškodnění může být sníženo o 50 %.

Letová vzdálenost se počítá z letiště, kde vám byl odepřen nástup do letadla. To se totiž ne vždy ztotožňuje s místem, kde jste cestu zahájili.

Na náhradu škody nemáte nárok v případech, kdy byl let zrušen kvůli mimořádným okolnostem*, byli jste o jeho zrušení informováni alespoň dva týdny před plánovaným odletem nebo vám byl nabídnut náhradní let se stejnou trasou a podobným časem odletu jako let původní.

→ **Ztráta či poškození odbavených zavazadel**

Při ztrátě či poškození zavazadel můžete u příslušné letecké společnosti požádat o finanční kompenzaci až do výše 1 223 eur na odbavené zavazadlo. Žádost o toto odškodnění však musíte podat během sedmi dní (v případě zpoždění zavazadel do 21 dní). Pokud převážíte cenné předměty, doporučujeme vám sjednat si soukromé cestovní pojištění.

→ **Cestující se sníženou pohyblivostí**

Máte-li sníženou schopnost pohybu, máte právo na bezplatnou asistenci při odletu, příletu i během přestupu, a to na letištích všech členských států Unie.

Kontaktujte příslušnou leteckou společnost alespoň 48 hodin před cestou a sdělte, jakou pomoc budete při nastupování do letadla či v prostorách letiště potřebovat.

Domácí mazlíčci

→ Psy, kočky a fretky při pohybu po EU musí mít evropský zvířecí pas, který kromě jiného obsahuje údaje o platném očkování proti vzteklině. (Do Finska, Irska, Spojeného království a na Maltu musíte nechat psa ošetřit proti tasemnici druhu Echinococcus.) Pokud chcete převážet jiné zvíře, zjistěte si, jaké předpisy se na ně ve vaší zemi vztahují.

Od 3. července 2011 musí mít všechna zvířata elektronický čip.

Více k právům cestujících na http://europa.eu/youreurope/citizens/travel/index_cs.htm

* nemáte sice na odškodnění nárok, dopravce vám však musí proplatit cenu nevyužitých letenek nebo vás zařadit na jiný let. I za mimořádných okolností je dopravce povinen poskytnout vám v době čekání na přesměrování letu potřebnou asistenci.

Regionální rozvojová agentura Vysočina



RRA Vysočina je společností pro podporu a koordinaci komplexního hospodářského a sociálního rozvoje na území kraje Vysočina. Zaměstnanci firmy i naši externí spolupracovníci poskytují své odborné služby již od roku 1999 a mají tedy bohaté zkušenosti v oblasti poradenství, konzultací, zpracování projektových žádostí, strategického plánování a rovněž i ve spolupráci s veřejným sektorem. RRA Vysočina je založena třemi subjekty – Sdružením obcí Vysočiny, Krajem Vysočina a Krajskou hospodářskou komorou kraje Vysočina.

Regionální
partner:



Administrace
projektů:



Pro klienty nabízíme tyto služby:

- › Konzultace rozvojových záměrů
- › Dotační poradenství
- › Dotační management
- › Technická asistence evropských programů
- › Audit projektového záměru, projektu i žadatele
- › Komplexní zpracování veškeré agendy veřejných zakázek
- › Navrhování a realizaci cyklotras včetně značení
- › Pasportizace dopravního značení
- › Realizace dopravního značení a informačních systémů v obcích
- › Grafické zpracování www stránek a publikací včetně tisku
- › Zpracování:
 - Projektových žádostí
 - Finančních analýz
 - Ekonomických analýz
 - Studií proveditelnosti
 - Strategických dokumentů
 - Analytických dokumentů
 - Podnikatelských plánů



Čajkovského 37, 586 01 Jihlava, T: +420 606 706 823, E: region@rrav.cz

www.rrav.cz

Užitečné informace při cestování po EU

Svoboda cestovat

Informace o právních předpisech EU týkajících se práva občanů na volný pohyb a usazování kdekoli v EU

http://ec.europa.eu/justice/index_cs.htm

Možnost zdravotní péče v zahraničí

Informace o návrhu směrnice o uplatňování práv pacientů v případě přeshraniční zdravotní péče

http://ec.europa.eu/health-eu/news/streaming/crossborder/crossborder_cs.htm

Nárok na zdravotní péči

Typy pro snadné využití místních systémů zdravotní péče při cestování v EU

http://europa.eu/travel/healthy/index_cs.htm

Evropský průkaz zdravotního pojištění

Evropský průkaz zdravotního pojištění zjednodušuje postup pro využití lékařského ošetření při dočasném pobytu v jiné evropské zemi

<http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=509&langId=cs>

Zajištění bezpečného nakupování v celé EU

Přehled opatření a iniciativ EU na ochranu zájmů spotřebitelů při nakupování v EU

http://ec.europa.eu/ceskarepublika/service/consumer/index_cs.htm



EUROPE DIRECT Jihlava • Kraj Vysočina • RRA Vysočina

Čajkovského 37, 586 01 Jihlava; europa.direct@rrav.cz; www.europe-direct.cz

Tato publikace uvádí pouze názory autorů, Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež tato publikace obsahuje. Tato publikace neprošla redakční jazykovou úpravou.

Neprodejná publikace