

# DUNAJSKOSTREDSKO

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 34 320 domácností

## ČAS POSTAVIŤ SA ZA SLOVENSKO

Nešťastný atentát na premiéra vyburcuje k eurovoľbám masy extrémistov. Preto je veľmi dôležité, aby prišli voliť aj slušní ľudia, ktorí Slovensko nechcú predať Putinovi.

ĎAKUJEM za Vašu podporu

HNUTIE SLOVENSKO



33-011 Objednávateľ: SLOVENSKO, Zámok 14, 811 01 Bratislava IČO: 42287511

**DARUJEM ZEMINU ZA ODVOZ Velké Blahovo**  
Kontakt: 0905 333 000

**HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA**  
NEPREHLIADNITE AKCIA



Mládky pred znaškou BOVANS BROWN za bezkonkurenčú cenu

0905 551 499 • 031/781 15 63  
www.hydinarskafarma.sk

**PÔŽIČKY** 0918 709 028  
od 18-80 ROKOV  
od 400€ do 30 000€ [www.bestpozicka.sk](http://www.bestpozicka.sk)

INFOLINKA

Allianz Kooperativa COLONADE UNION  
VIENNA INSURANCE GROUP POISTOVNA

**P.L.S. s.r.o. Ing. Peter Leporis**  
sprostredkovateľ poistenia, úverov a leasingu - člen skupiny respect.

**Ponúkame poistenie:**

- osôb • majetku • podnikateľov
- cestovné • vozidiel

Vyberte si najvýhodnejšie poistenie

Hlavná 21/1, P.O.Box 181, 929 01 Dunajská Streda  
tel./fax: 031/552 47 37, mobil: 0907 742 798, 0905 988 039, 0905 524 737  
Samorín - mobil: 0905 491 878

e-mail: [Leporis@nexta.sk](mailto:Leporis@nexta.sk)

GENERALI UNIQA wustenrot CSOB KOMUNÁLNA POISTOVNA VIENNA INSURANCE GROUP PREMIUM a iné

**MÁTE VLHKÝ DOM?**  
- podrezávanie -20%  
- chemická injektáž  
100% odstránenie vlhkosti  
[www.akhydroizol.sk](http://www.akhydroizol.sk) Tel.: 0908 124 331

Kompletné strechy, rekonštrukcie  
**Okoč**  
tel.: 0905 746 124

## VÝROBA A MONTÁŽ

PLASTOVÝCH OKIEN A DVERÍ

20-ročné skúsenosti

SERVIS • PORADENSTVO

**EKO PLAST**  
okná s.r.o.

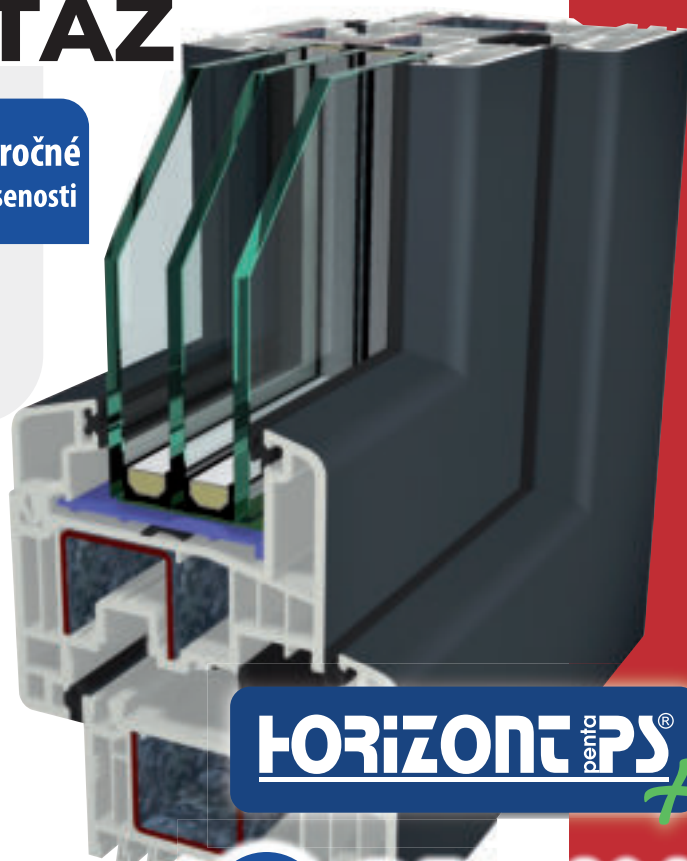
**Ekoplast okná, s.r.o.**

Kračanská 40, 929 01 Dunajská Streda

tel.: +421 905 794 801

e-mail: [ekoplast@ekoplast-ds.sk](mailto:ekoplast@ekoplast-ds.sk)

**HĽADÁME NOVÝCH PARTNEROV - PREDAJCOV**



**HORIZONT penta PS**

**GEALAN**

## Bezplatný týždenník

## DUNAJSKOSTREDSKO

EV 6237/24

vydáva spoločnosť  
**REGIONPRESS**  
 so sídlom Pekárska 7489/40A,  
 917 01 Trnava, IČO: 36252417.

Ročník I, Vydanie 5, týždeň 22/2024.

Redakcia: Trnavská 11  
 903 01 SENEČ  
 dunajskostredsko@regionpress.sk

## INZERCIA

Zora Kováčová 0905 719 132  
 Edita Schubertová 0910 922 916  
 Mgr. Barbora Knapová 0910 973 657

Distribúcia:  
 www.regionpress.sk  
 www.facebook.com/regionpress.sk



Vychádzame  
 na recyklovanom  
 papieri

DISTRIBÚCIA (34.320 domácností)

## päť týždňov:

Samorín, Dunajská Streda, Malé Blahovo, Čižická Radvaň, Dolný Štál, Gabčíkovo, Jahodná, Malé Dvorníky, Ohradý, Okoť, Opatovský Sokolec, Veľké Dvorníky, Veľký Meder, Vrakúň, Baka, Baloň, Dunajský Klátov, Jurová, Kostolné Kráčany, Kráľovičovo Kračany, Kúttniky, Lúč na Ostrove, Medvedov, Povoda, Topolníky, Trhová Hradská, Trstená na Ostrove

## nepäť týždňov:

Báč, Blatná na Ostrove, Čenkovce, Holice, Horný Bar, Štvrtok na Ostrove, Trnávka, Veľká Paka, Zlaté Klasy, Malé Blahovo, Gabčíkovo, Horná Potôň, Kvetoslavov, Lehnice, Michal na Ostrove, Orechová Potôň, Rohovce, Šamorín, Veľké Blahovo, Veľký Meder, Vydrany, Dunajská Streda

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú úpravu.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o mieste, kam naše noviny nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

## Západné Slovensko

BV	97240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106540	BRATISLAVSKO západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALANSKO
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16.450	KOMARŇANSKO
LV	30.580	LEVIČKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NK	35.050	NOVOZÁMČOKO
PZ	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOĽČANSKO-PE-BN
TN	60.750	TREŇČANSKO-DCA-HL
TT	49.930	TRNAVSKO
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO

## Stredné Slovensko

BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO-SK-SP
KY	29.300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37.270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30.860	LUČEŇSKO-VK-PT
MT	38.570	MARTINSKO-TR
OR	34.980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40.150	PRIEVIDSKO
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26.880	ZIARSKO-ZC-B5
ZA	50.780	ZILINSKO-BY

## Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27.190	HUMENSKO-VF-SV-ML
KE	92.130	KOŠICKO
KS	24.900	KOŠICKO okolie
SL	12.940	LUBOVNIANSKO
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41.520	POPRADESKO-KK
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL

**Teljeskörű fogászati szakrendelő**  
**Dr. Deák Henrietta**  
 Egyszerű, gyors, fájdalommentes

## Ingyenes állapotfelmérés

előtte

előtte

utána

utána

**Ha ön is hasonló esztétikai problémákkal küzd, forduljon hozzánk bizalommal!**

**„Semmi sem olyan hatalmas, mint a mosoly ereje!“**

Cím: 9022 Győr, Bajcsy-Zsilinszky u. 52/A. 1.emelet/6.  
 (Árkádtól 5 perc sétára)  
 Tel. szám: +36-30/60-99-252  
 www.colordent.hu, info@colordent.hu

Nakúpte výhodne

vo vybraných E-shopoch

decoreum.sk

**49.50 EUR**  
55€

BIELEA VONKAJŠIA ZÁHRADNÁ GIRLANDA, 20M REŤAZ + 20X E27 LED ŽIAROVKA

-10%

decoreum.sk

**112.50 EUR** +25€

SKLADACÍ BALKÓNOVÝ NÁBYTOK - STŮL, 2 STOLIČKY

-10%

Využite kód:  
**OPLATISA10**

Pre získanie zľavy zadajte kód **OPLATISA10** do poľa pre zľavový kupón v nákupnom košíku e-shopu.

BITUFLEX s.r.o. OBNOVA PLECHOVEJ A ETERNITOVEJ STRECHY

PRACUJEME VÝHRADNE NA ZÁKLADE ZMLUVY

- odstránenie nečistôt
- penetrácia
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- vysoká životnosť

- ZAMERANIE ZDARMA
- BEZ ZÁLOHY
- prvotriedny materiál
- zn. Index mineral design
- záruka 25 rokov a dlhoročné skúsenosti

Oprava komína GRÁTIS

0950 266 604

ZĽAVA pre seniorov

www.bituflex.sk

Bituflexroznava@gmail.com

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Voľné pracovné miesta v spoločnosti Edscha Velky Meder s.r.o.:

- » **Logistika - customer servis (predaj)** - od 1250 € / mesiac a viac
- » **Programátor** - od 1600 € / mesiac a viac
- » **Submanažér kvality pre projekty** - od 2000 € / mesiac a viac
- » **Inžinier kvality (Plánovač kvality)** - od 1600 € / mesiac a viac
- » **Nákup - Zákaznícky servis** - od 1250 € / mesiac a viac
- » **Účtovníčka / Účtovník** - od 1200 € / mesiac a viac
- » **Shift leader** - od 7,39 € / hodina
- » **Elektrikár** - od 7,14 € / hodina
- » **Nastavovač** - od 6,84 € / hodina
- » **Zmenový kontrolór** - od 7,14 € / hodina
- » **Manipulant / VZV / skladník** - od 6,99 € / hodina
- » **Výrobný robotník** - 6,76 € / hodina

Benefity:

- 13. a 14. plat
- výkonnostný bonus 0,83 € / hod.
- prítomnostný bonus 0,60 € / hod.
- extra bonus za výkon 0,36 € / hod.
- príspevky na: dopravu, stravovanie, DDS
- vianočný bonus
- príspevok pri pracovnom a životnom jubileu
- kariérny rozvoj

Pridaj sa k nám!

Práca je na pravidelnom pracovisku: Mostová 41, 932 01 Veľký Meder

Kontakt: tel: +421 31 59 04 223 / e-mail: mlaszloova@edscha.com

HĽADÁTE ĽUDÍ? inzerujte v rubrike ZAMESTNANIE 0905 719 132

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie. Tel. 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare: RPmedzera DS medzera číslo rubrikamedzera Text inzerátu

Príklad:  
 RP DS 12 Predám kočík, 0987 654 321.

Riadková inzercia realít je od 26.10.2023 zrušená, inzerát si môžete podať len cez www.mojinzerat.sk

Spätou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je **0,60 € s DPH** za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozornenie! Služba nefunguje u operátora 02 a 4ka.**

**TIP 1:** Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.

**TIP 2:** Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **DS** zmeňte za skratku novín, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.



# TELERVIS

Gabčíkovo

BYCIKLE

od **149,-**

ELEKTRICKÉ

BYCIKLE

od **599,-**

Splátkový predaj



0%-NOU

AKONTÁCIOU  
bez navýšenia



>>ROZVOZ ZDARMA >>ROZVOZ ZDARMA >>ROZVOZ ZDARMA

Novomestská 1, Gabčíkovo • tel.: 031/558 46 00 • [www.telervisgabcikovo.sk](http://www.telervisgabcikovo.sk)



## Mandľové, kokosové aj ovsené

# Rastlinné mlieka si vyrobíte hravo aj doma

Ovsené, mandľové či kokosové – ktoré z nich si vyberiete? Rastlinné mlieka sú vhodnou voľbou nielen pre ľudí trpiacich alergiou na bielkovinu kravského mlieka, či vegánov, ale pre všetkých, ktorí si chcú spestriť svoj jedálniček. A hoci ich dnes už bez problémov zakúpite vo väčšine predajní s potravinami, zvládnete si ich jednoducho a rýchlo vyrobiť aj doma.

Použitie rastlinných mliek je veľmi všestranné. Dajú sa piť samotné, pripravovať z nich môžete tiež rôzne nápoje, koktaily či smoothie, ale skvelé sú aj do polievok, omáčok či do kaší. Na ich výrobu budete okrem rastlinnej zložky potrebovať kvalitný mixér, vodu a husté plátno, prípadne sitko.

### Mandľové mlieko

Jeden hrnček lúpaných mandlí cez noc namočte do vody. Ráno sceďte, potom vložte do mixéra, pridajte štyri hrnčeky vody a rozmixujte dohľadka. Precedte cez plátno, prípadne sitko. Získate tak nielen mlieko, ale aj mandľovú drť. Tú môžete použiť na výrobu domácej mandľovej nátierky či ako prísadu pri pečení koláčov.

**Náš tip:** Ovocné smoothie s mandľovým mliekom

**Suroviny:** 1/2 hrnčeka mandľového mlieka, 1 banán, 1/2 hrnčeka ananásu, 1/2 hrnčeka manga, 1/2 hrnčeka jahôd

**Postup:** Všetko ovocie očistíme, nakrájame na menšie kúsky a vložíme do mixéra. Zalejeme mandľovým mliekom a dôkladne rozmixujeme na hladké smoothie. Prelejeme ho do vyššieho pohára a ihneď podávame.

### Kokosové mlieko

Dva hrnčeky strúhaného kokosu vložte do mixéra, pridajte štyri hrnčeky horúcej, nie však vriacej vody a rozmixujte dohľadka. Precedte cez plátno, prípadne sitko. Získate tak nielen mlieko, ale aj kokosovú drť. Tú môžete použiť pri pečení ako prísadu do koláčov.

**Náš tip:** Kaša s kokosovým mliekom

**Suroviny:** 100 g ovsených vločiek, 200 ml vody, 200 ml kokosového mlieka, 1/2 PL medu, orechy a ovocie podľa chuti

**Postup:** Vločky dáme variť do vody. Keď sa časť vody odparí, prilejeme kokosové mlieko, necháme zovrieť a varíme za stáleho miešania na miernom ohni kým nezískame kašu požadovanej konzistencie. Na záver ochutíme medom a ozdobíme ovocím, prípadne nasekanými orechmi.



Ilustračné foto.

zdroj foto Imoflow pixabay

### Zmrzlina s kokosovým mliekom

**Suroviny:** zrelé mango, banán, kokosové mlieko

**Postup:** Mango ošúpeme, vykôstkuje a nakrájame na kocky, banán nakrájame na plátky. Takto pripravené ovocie dáme do vrecka a vložíme do mrazničky.

Na druhý deň zmrazené ovocie vyberieme, dáme do mixéra a počas mixovania pridávame vychladené kokosové mlieko podľa toho, akú konzistenciu zmrzliny chceme dosiahnuť.

### Ovsené mlieko

**Postup:** 100g jemných ovsených vločiek nasypete do mixéra, zalejte štyrmi hrnčekmi studenej vody a nechajte pol hodiny rozmočiť. Následne mixujte asi štyri minúty dohľadka.

Po príprave mlieka ho ihneď skonzumujeme alebo uchováваме v uzavretej nádobe v chladničke najviac do druhého dňa.

» ren

## Smolenická aj Krupanská fčela

# Bezplatná kyvadlová doprava pre turistov

Ak sa chystáte na výlet do Smoleníc či Dolnej Krupěj, tak využít môžete bezplatnú kyvadlovú dopravu. Autobus vás odvezie k pamiatkam aj na najväčšie podujatia v týchto obciach a ich okolí.

Kyvadlový autobus funguje na princípe „vystúp-nastúp,“ čo umožňuje cestujúcim nastúpiť na ktorejkoľvek označenej zastávke, vystúpiť a pozrieť si atrakcie. Výhodou je flexibilné pokračovanie v jazde bez potreby zakúpenia cestovných lístkov. „Snažíme sa prispievať k ekologickejšej preprave návštevníkov regiónu, zároveň je to ideálna príležitosť cestovať za krásami regiónu zdarma,“ uvádza Agáta Mikulová, výkonná riaditeľka Krajskej organizácie cestovného ruchu Trnavský kraj a dodáva, že „cieľom je aj rozptýliť návštevníkov v destinácii Smolenice, tak, aby si každý užil zaujímavé miesta v nepreplnenom prostredí.“

### V Smoleniciach

#### so Smolenickou fčelou

Obec Smolenice patrí každoročne k tým najvyhľadávanejším lokalitám v okolí Trnavy. Ukrýva niekoľko lákadiel najmä pre rodiny s deťmi alebo aktívnych ľudí. Majú možnosť navští-

viť jaskyňu Driny - jedinú sprístupnenú jaskyňu na západnom Slovensku, Smolenický zámok, kedysi sídlo rodiny Pálffyovcov, náučný chodník hradiskom Molpír, edukatívne medovinárstvo alebo okolitú prírodu s turistickými trasami a cyklochodníkmi. Návštevníkom počas ich výletov pomôže v letných mesiacoch (júl – august) s prepravou kyvadlová doprava s názvom Smolenická fčela. Tá bude premávať každý víkend a zabezpečí spojenie od železničnej stanice, k medovinárstvu a cez centrum obce až k jaskyni Driny. „Prázdninové jazdy začnú vždy v sobotu a nedeľu o 10.10 h. Smolenická fčela vyrazí zo železničnej stanice v Smoleniciach, zastaví pri areáli medovinárstva a v centre Smoleníc. Cieľová zastávka bude parkovisko Jahodník pri jaskyni Driny,“ upesnil Alexander Prostinák, riaditeľ OOCR Trnava Tourism.

Smolenická fčela prepraví okrem letných mesiacov návštevníkov aj počas najväčších podujatí:

**8. jún:** Pálffyho slávnosti vína

**15. jún:** Cesta rozprávkovým lesom

**30. október:** Nočný Medokvas

**30. november – 22. december:** Svetlo noci Vianočnej



Ilustračné foto.

zdroj foto: Región Trnava, Obec Smolenice, Včelco

### Krupanská fčela v Dolnej Krupěj

Počas veľkých podujatí v Dolnej Krupěj bude návštevníkom k dispozícii bezplatná doprava s názvom Krupanská fčela. Autobus bude premávať zo železničnej stanice v Trnave do obce Dolná Krupá a naspäť. „Krupanská fčela uľahčí návštevu najväčších podujatí a skrytých architektonických a prírodných klenotov, ktoré sa v obci nachádzajú. Kyvadlová doprava návštevníkom poskytuje možnosť vyraziť

na výlet bez potreby osobného auta,“ dodáva Alexander Prostinák.

Prehľad akcií v Dolnej Krupěj, kedy bude premávať Krupanská fčela:

**1. jún:** Otvorenie ružiarkej sezóny

**29. jún:** Letný Medolandiafest

**7. september:** Rozárium hudby

**21. september:** Jesenný Medolandiafest

**12. október:** Medobranie Dolná Krupá

» ren


**HLAS**  
 SOCIÁLNA DEMOKRACIA

# SLOVENSKO JE ZRANENÉ ZACHRÁŇME HO SPOLOČNE

## Voľte 23

Streda 15. mája 2024 sa čiernymi písmenami zapísala do histórie slovenskej demokracie. Politická nenávisť a netolerancia k inému názoru vyústila až do atentátu na predsedu vlády Roberta Fica.

Jediná možná cesta je cesta pokoja, pokory a utlmenie vášní. Nesmieme na nenávisť odpovedať ďalšou nenávisťou, inak sa zlo nezastaví.

Slovensko je len jedno. Je to naša spoločná vlasť. A my nesmieme kvôli jednému šílenému činu rezignovať na všetko, čo sme ako národ a spoločenstvo počas troch desaťročí nezávislej Slovenskej republiky spolu dokázali.

mov či podpora regiónov. O tom všetkom rozhodoval a naďalej bude rozhodovať Európsky parlament. A už 8. júna pôjdeme voliť slovenských europoslancov, ktorí budú presne tieto otázky najbližších päť rokov riešiť.

Podme voliť ľudí, ktorí budú hrdými reprezentantmi Slovenska v Európe. Ktorí budú našim spoločným HLASom a ktorí budú mať na prvom mieste tak národnoštátne záujmy

# SLOVENSKO JE LEN JEDNO. A MY NESMIEME REZIGNOVAŤ

Nebol to však len atentát na premiéra. Bol to atentát na demokraciu.

Slovensko každú politickú krízu vo svojej histórii vyriešilo demokraticky a ústavne vo volebných miestnostiach. Prvýkrát sa stalo, že sa niekto pokúsil vyjadriť svoj politický názor guľkami vystrelenými do tela jedného z najvyšších ústavných činiteľov.

Aby sa to nikdy viac nestalo, musíme otvorene hovoriť o príčinách a nebať sa pomenovať aj chyby. Ale predovšetkým, slovenský národ sa nevyhnutne musí upokojiť, uzmiertiť a žiť inak ako v posledných mesiacoch.

Svet sa ani po tomto hroznom skutku nezastaví. Nesmieme sa zastaviť ani my. A najväčšou chybou by bolo prenechať priestor ľuďom, myšlienkam a skutkom, ktoré priviedli atentátnika na handlovské námestie so zbraňou v ruke.

Náš spoločný HLAS musí znieť ďalej – hrdo, suverénne a sebedommo. A musí znieť nielen na Slovensku, ale aj v Európe. Pretože ani tá sa nezastaví a naďalej bude rozhodovať o mnohých konkrétnych veciach v našich životoch.

Postoj k nelegálnym migrantom, zákaz áut so spaľovacími motormi, zateplovanie do-

Slovenska, ako aj potreby slovenských ľudí. Slovensko je dnes zranené. Ale spoločne ho môžeme zachrániť. Aj demokratickým a slobodným vyjadrením názoru v eurovoľbách. Nedajme sa zastaviť ani zastrašiť. Podme ukázať, že našou jedinou zbraňou je odovzdaný hlas.


**HLAS**  
 SOCIÁLNA DEMOKRACIA



## Kvitne voňavá baza

Baza čierna rastie najmä na vlhších miestach, na lúčkach, poliach, či okraji lesov. Ide o pomerne známy ker, ktorý od mája až do konca júla kvitne bielymi až žltobielymi kvetmi s charakteristickou a prenikavou vôňou. Jej plody sú čierne až čiernofialové. Je bohatá na množstvo živín a zdraviu prospešných látok.

„Plody bazy čiernej sú zdrojom vitamínu C a A, vlákniny a minerálov ako draslík, vápnik a železo. Avšak najviac jej zdraviu prospešných účinkov je pripisovaných polyfenolovým látkam a z nich najmä antokyanínom, ktoré sú zodpovedné za čierne sfarbenie bazových plodov a ktoré majú i antioxidantné a protizápalové účinky,“ hovorí MUDr. Šranková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva (RÚVZ) Bratislava. Baza podporuje imunitu, pomáha v prevencii a pri podpore liečby prechladnutia a často sa vyskytujúcich respiračných ochorení, ako angína či chrípka. Svojimi protizápalovými účinkami môže pomáhať i pri vonkajšom použití, ako zábalu



Ilustračné foto.

zdroj foto RitaE pixabay

alebo obklady pri miernení bolesti a opuchov. Antokyaníny taktiež pomáhajú pri prevencii srdcovo-cievnych chorôb. Baza má laxatívne účinky a tým môže pomáhať pri liečbe zápsy, má močopudné účinky, stimuluje potenie, môže taktiež zlepšovať náladu a životnú výkonnosť.

### Použitie

Z plodov a kvetov bazy si môžeme pripraviť čaj, sirup, džem alebo víno. Kvetu by sa mali sušiť zavesené za stopku alebo rozložené v tenkých vrstvách bez priameho slnečného svetla. Je tiež možné sušiť plody, keď sú už zrelé. Pokiaľ nie sú sušené, je najlepšie spracovávať kvety i plody čo najskôr.

### Pozor!

Odborníci upozorňujú, že niektoré časti bazy - listy, korene, kôra, stonky a dokonca aj nezrelé bobule obsahujú kyanogénne glykozidy, ktoré za určitých okolností môžu uvoľňovať kyanid, ktorého množstvo je síce zriedkavo život ohrozujúce, avšak môže spôsobiť nevoľnosť, vracanie, hnačku, závraty či problémy s dýchaním. Aj zrelé, ale neuvarené plody môžu spôsobiť ťažkosti. Konzumácia bazy nie je vhodná ani pre ľudí s autoimunitnými problémami, malé deti, tehotné ženy či pre ľudí, ktorí užívajú močopudné lieky.

Zdroj informácií RÚVZ Bratislava / Fb

» ren

## Pripravte si chutné pesto

# Bazalka v našej kuchyni

Bazalka je jednoročná bylina, ktorej listy a vňať zberáme od júna až do septembra. Má príjemnú vôňu, široké uplatnenie v našej kuchyni a dopestovať si ju môžeme počas celého roka aj na okennom parapete.

Bazalka sa používa do omáčok, šalátov i polievok, pridávať ju však môžete aj do smoothie, limonád či šalátov. Ochutí tiež marinády a zálievky. Veľmi dobre sa hodí k paradajkám či baklažánu a pravdaže k cestovinám. Do varených jedál ju pridávajte až tesne pred ich dokončením, aby nestratila svoju vôňu.

### Účinky na zdravie

Bazalka obsahuje veľa zdraviu prospešných látok. Patria medzi ne železo, horčík, vápnik, fosfor, draslík, zinok, selén, sodík, mangán, omega 3, omega 6 kyseliny, vitamíny A, B, C, E, K, luteín, betakarotén, kyselina listová, kyselina pantoténová. Bylinka má protizápalové a protivírusové účinky a je tak skvelým pomocníkom v boji proti rôznym infekciám. Podporuje chuť do jedla, uľaví pri nechutenstve, nevoľnosti, ale aj pri bolestiach hlavy. Vďaka svojim upokojujúcim účinkom pomáha zmierniť stres.

### Náš tip:

Z bazalky si môžete pripraviť chutné pesto, ktoré výborne dochutí cestoviny,



Ilustračné foto.

zdroj foto Jill Wellington pixabay

ryby ale aj opekanú bruschettu.

**Budete potrebovať:** 2 šálky čerstvých lístkov bazalky, strúčik cesnaku, 30 g nasucho opražených píniových orieškov, 30 g syru parmezán, 60 ml olivového oleja, soľ, mleté čierne korenie, pár kvapiek citrónovej šťavy.

**Postup:** Lístky bazalky umyte pod tečúcou vodou a poriadne osušte. Do kuchynského elektrického sekáča alebo mixéra vložte cesnak, nasucho opražené vychladnuté píniové oriešky

a dôkladne rozsekejte. Postupne po dávkach pridávajte bazalku a prilievajte olivový olej. Mixujte krátko, aby prehrievaním bazalka nezhorkla a nestratila svoju zelenú farbu. Nakoniec pridajte strúhaný parmezán, pár kvapiek citrónovej šťavy, soľ, korenie a domixujte. Pesto preložte do uzatvárateľnej nádoby, jeho povrch zalejte olivovým olejom, uzatvorte viečkom a vložte do chladničky.

» ren

## Pripravte si sirup alebo čaj

# Tymian uľaví prieduškám aj tráveniu

Ak ste tymian doposiaľ používali len na dochutenie pokrmov, tak neváhajte a skúste jeho liečivé účinky využiť aj v podobe čaju či sirupu.

Hoci tymian alebo dúška tymianová pochádza zo Stredomoria, dopestovať si ho môžeme aj v našich záhradách. Daríť sa mu bude voľne v záhrade ale aj v nádobách na balkóne či terase. Nájdite mu však slnečné miesto. Pestovať ho môžete priamo zo semienok alebo z predpestovaných sadeníc, ktoré sa dajú zakúpiť v záhradníctvach. Sušený ho však bez ťažkostí zakúpite v predajni s potravinami.

### Liečivé účinky tymianu

Liečivú silu tymianu poznali už naši predkovia a túto príjemne voňajúcu bylinku využívali najmä na liečenie problémov s tráviacim ústrojenstvom, pri zmiernení žalúdočných kŕčov, pri ničení črevných parazitov, pri nadúvaní, ale aj pri prechladnutí, pri liečbe záchvatového kašľa u priedušiek.

### Tymianový sirup

**Budete potrebovať:** 300g trstinového cukru, 300ml vody a 15g sušeného tymianu

**Takto sa to podarí:** Vodu priveďte do varu, pridajte cukor a miešajte



Ilustračné foto.

autor foto photosforyou pixabay

kým sa cukor úplne rozpustí. Do takto vzniknutého sirupu vsypte sušený tymian, odstavte, prikryte a nechajte lúhovať 30 minút. Hotový sirup sceďte cez jemné sitko alebo plátno do čistého suchého a najlepšie sterilizovaného pohára, dobre uzatvorte a uložte na tmavé chladné miesto. Podávajte 3krát denne čajovú lyžičku.

### Tymianový čaj

Z nasledovnej dávky získate čaj na celý deň. Dve čajové lyžičky sušeného tymianu (maximálne 7 gramov) zalejte

500ml vriacej vody, prikryte a nechajte lúhovať 15 minút. Sceďte cez jemné sitko alebo plátno a čaj popíjajte počas celého dňa. Toto množstvo neprekračujte.

### Pozor

Tak ako v prípade všetkých bylín, aj tymian by sme mali užívať s mierou. Jeho nadmerná konzumácia môže spôsobiť zdravotné ťažkosti napríklad so štítnou žľazou. Ak nie ste si istí, poraďte sa so svojím lekárom.

» ren





**KOSIT WEST**

**HLADÁME ZÁVOZNIKA**

**HRUBÁ MZDA:**  
od 900 €

**MIESTO VÝKONU PRÁCE:**  
okres Dunajská Streda

**BENEFITY:**

- Práca v stabilnej a dynamickej spoločnosti
- Pracovné oblečenie na mieru
- Preplácanie nadčasov / vikendov

**PRIDAJ SA DO NÁŠHO TÍMU**

KOSIT WEST s. r. o., kositwest.sk  
Kontakt: palikova@kosit.sk, +421 907 548 630

**9 ŽIVOTY NIE PROFITY**

socialisti.sk

**Lucia Hubinská**

Objednávateľ: Socialisti.sk, Štefánikova tr. 44, 94901 Nitra, IČO: 52659071  
Dodávateľ: REGIONPRESS, s.r.o., Pekárska 748940A, 917 01 Trnava, IČO: 86 252 417

**DREVENÉ ROLETY**

- výmena popruhu
- náter roliet
- generálne opravy aj tých najstarších roliet
- nové drevené rolety

mobil: 0903 349 274 | mail: info@eslinger.sk | www.eslinger.sk

**čujte.sk**

**Zakladáme minijazierko**

[www.cujte.sk](http://www.cujte.sk)

**HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA**

**PONÚKA NA PREDAJ: (PRI GALANTE)**

KURIČKY NOSIVÉ  
RÔZNEJ FARBY 8-12-15-18 TÝŽ  
BROJLEROVÉ KAČICE 1-14 DŇOVÉ  
MULARD KAČICE - KÁČERE 1-14 DŇOVÉ  
HÚSATÁ LANDESKÉ  
MORKY BIELE 816-6  
BROJLEROVÉ KAČICE NA VÝKRM  
MULARD KAČICE A KÁČERE NA VÝKRM

**AKTUÁLNE DO VYPREDANIA ZÁSOB**

**PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁŠKOVEJ KŔMNEJ ZMESI**  
0905 551 499 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK

**HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA**  
ROZVOZ ZABEZPEČÍME

Po prečítaní noviny odhodte do triedeného odpadu / PAPIER /

**Dunajskostredsko**

**Výročia a udalosti**

**9. jún 1945**  
Pod nátlakom **Sovietského zväzu** bola podpísaná **dohoda medzi Česko-Slovenskom a ZSSR** o pripojení Podkarpatskej Rusi a časti východného Slovenska blízko mesta Čop k ZSSR

**HLADÁTE ĽUDÍ? inzerujte v rubrike ZAMESTNANIE 0905 719 132**

**doctor optic**

**MERANIE ZADARMO ZRAKU**

**KORZO BÉLU BARTÓKA 30 DUNAJSKÁ STREDA**

**DOVOLENKA SA BLÍŽI**

**SLNEČNÉ DIOPTRICKÉ OKULIARE ZA 89 EUR**

**-40% NA SAMOZAFARBOVACIE SKLÁ**

**POLARIZOVANÉ SLNEČNÉ OKULIARE UŽ ZA 39 EUR**

**IBA 3.-9. JÚNA**

OPTIKADROPTIK DR.OPTIK\_SK WWW.DROPTIC.SK

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

**MÁTE  
VLHKÝ DOM?**

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

**ZĽAVY 20%**



**STOP**  
vlhkým múrom

**0918 671 541**

**KÚPIM PAROŽIE**

Zhody, trofeje i celé  
polovnícke zbierky.

Kúpim veci  
z 1. a 2. sv. vojny,  
vzduchovky.

Výkup mincí  
do roku 1945

Celá SR

**0940 723 073**  
trofej.eu@gmail.com

20-0014

40-0009

ZVÝŠTE HODNOTU VAŠEJ NEHNUTELNOSTI

EKOLOGICKÉ

## ČISTENIE FASÁD

A STRIECH RODINNÝCH DOMOV A BYTOVIEK

Náš systém zaručuje

profesionálne a ekologické čistenie fasád od všetkých  
nežiadúcich mikroorganizmov, rias, machov, plesní

Patentovaná  
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových  
čističov

BombaFasada  
www.BombaFasada.sk  
**0905 148 393**

BEZPLATNÁ UKÁŽKA  
A KONZULTÁCIA  
PRIAMO U VÁS DOMA

5 ROČNÁ ZÁRUKA

rodinné domy  
**ZĽAVA 50%**

RÝCHLO, PROFESIONÁLNE A S DLHOTRVAJÚCIM ÚČINKOM

Potrebujete sa bezstarostne zbaviť Vášho vozidla?  
Všetko vybavíme za Vás



**CELÉ ZÁPADNÉ SLOVENSKO!**

Výkup vozidiel: aj nepojazdné, bez STK/EK, bez dokladov, rok výroby 1990 a novšie

Ponúkame: seriózne jednanie, férovú výkupnú cenu, odvoz vozidla  
na naše náklady, odhlásenie, zrušenie PZP

Tel.: 0940 743 516 | e-mail: denisgapco94@gmail.com

91-0101

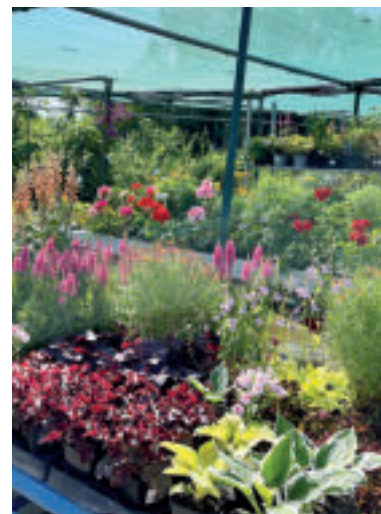


## ARBOR - okrasné a ovocné škôlky, s.r.o.

**Polná 6, 903 01 Senec**

Telefonická objednávka trávnikov 0905 948 487

Záhradné centrum - 0905 942 740, 0907 729 239



**www.arbor.sk**

po - pia: 8 - 17 h., so: 8 - 12 h.