

# Jsem velká labužnice, dobré jídlo si umím vychutnat



Se zpěvačkou **Ivou Frühlingovou** (39) jsme si povídali na téma vaření. Vypadá to, že v její rodině je šéfem v kuchyni právě Iva. V novém domě má vysněnou kuchyň, kde vaří česká i francouzská jídla. Na čem si sama nejvíc pochutná a jakým jídlem udělá největší radost manželovi a synovi?

## Vizitka

- Narodila se ve znamení Býka v roce 1982 v Litvínově.
- Ve čtrnácti letech pracovala pro modelingovou agenturu ve Francii.
- V šestnácti letech se stala členkou kapely Tum Over.
- V roce 2004 vydala v ČR debutové album Litvínov.
- Několik písní bylo použito na soundtrack k filmu Román pro ženy.
- V roce 2005 nazpívala s Mky Zbirkou „Někdy stačí dát jen dech“ a duet se stal písní seriálu Ordinance v růžové zahradě.
- V roce 2006 získala v soutěži Český slavík cenu Skokan roku.
- V roce 2007 se umístila v anketě Žebřík na 2. místě v kategorii Zpěvačka roku.
- Zahrála si ve filmu Milenci a vrazi a v pohádce Tři životy.
- Tančila v soutěži StarDance ...když hvězdy tančí.
- V roce 2021 spolupracovala s DJ Roxtar na singlech „Tik Tak“ a „Moralisté“.
- Moderuje v rádiu Express.fm.
- S manželem Janem Veselým, pilotem a podnikatelem, má syna Adama.

**Novou kuchyň jsem si vysnila!**



Se synem na dovolené u moře si užívali moře i dobré jídlo

**Ivo, chutě a vztah k jídlu, vaření a ke kuchyni vzniká už od malička. Jakým jídlem vám voní dětství?**

Bydleli jsme v sedmém patře panelového domu v Litvínově a naše kuchyň byla skromná, jako v tu dobu skoro každá. Moje maminka ale dokázala i z tohoto malého prostoru vykouzlit ty nejlepší dobroty. Nejradši jsem sledovala, když pekla tvarohový koláč. A mamka moc ráda peče dodnes. Můj tatka zase vařil, ale kuchař to byl spíše z donucení. Pamatuji si na jeho bramboráky, topinky, knedlíky s cibulkou anebo miš-maš polévku, do které dal všechno, co bylo po ruce. Vybavuji si, jak moje o sedm let starší sestra jednou přišla do kuchyně, s tím, že to jíst nebude. Chytla takovou facku, až proletěla korálkovým závěsem, který dělil kuchyň a obývací. To už musel být táta asi fakt hodně naštván, protože jinak je to celý život naprostý klidás.

**Kdy jste vy sama začala „něco“ vařit?**

Sama jsem si začala vařit už v Paříži, kam jsem se ve svých čerstvých čtrnácti letech odstěhovala. Neměla jsem s sebou rodinu a domácí povinnosti padaly jen a pouze na mou hlavu. Myslím si, že francouzské děti jsou k přípravě dobrého jídla vychovávány od malička, ale já jsem to štěstí neměla, a tak se při mých kuchařských začátcích často chytali lidé za hlavu. A za hlavu se chytali i tehdy, když za mnou přijela na ná-



Se synem na dovolené u moře si užívali moře i dobré jídlo

vštěvu mamka a dovezla mi moje oblíbené houskové knedlíky. Francouzi v životě nic takového neviděli a ptali se: „Proč se ten chleba válí v omáčce? A proč jste ho pořádně nepropekli?“

**Pamatujete si ještě, jak vypadala první kuchyň, kde jste byla svou paní?**

V šestnácti letech jsem už měla dostatek financí, abych se odstěhovala z pařížského apartmánu pro modelky a našla si vlastní byt. Pronajala mi ho naše bookerka, byl celkem prostorný, kousek od řeky Seiny. Kuchyňka tam byla malá, ale moje! Jenže jsem ji místo přípravy salade du chef pokřtila „taťkovým buřt gulášem“. A musím říct, že se mi tenkrát celkem povedl.

**Jaký mají Francouzi vztah k jídlu a ke stolování?**

Francouzi jsou nadšenci dobrého jídla a správného stolování! Nevím, jestli v Evropské unii existuje země, která řeší jídlo tak moc jako Francouzi. U večere dokážou prosedět klidně i pět hodin, a když jedí, baví se většinou o jídle. Je to neuvěřitelné. Samozřejmě tam mají ke každému chodu správný druh vína, které se popijí a vychutnává stejně jako u nás pivo.

**V čem je francouzský kuchař, klidně i amatérský, při vaření jiný než český?**

Francouzský kuchař se zaměřuje hlavně na kvalitu a čerstvost surovin. Řeší, odkud



Makronka, Ivin oblíbený minidezert

suroviny pocházejí. Francouzi jsou specialisté na dobré omáčky, které umějí vychytat do nejmenších detailů, aby měly přesně tu hustotu a chuť,

ze které se vám zamotá hlava blahem. Je to opravdu jako v té pohádce Ratatouille. Často jsem se přistihla, že jsem si i v té nejzajímavější restauraci ve Francii objednala jídlo a po jeho ochutnání jsem na chvíli zavřela oči, jak lahodné bylo. Ale já se narodila ve znamení Býka labužníka, možná, že někdo jinak založený by to tak neprožíval.

**Jaké francouzské jídlo máte nejraději?**

Crème brûlée, a ne každý to umí. Když si tento dezert objedná v Čechách, často místo něj dostanu vanilkový pudink, a to mám pak zkažený celý den. Naštěstí už se to lepší. Mnoho restaurací dnes má, myslím i díky panu kuchaři Zdeňku Pohlreichovi, hodně dobrou úroveň.

**V běžném životě to je jako s jídlem, někdy se dny rozplývají na jazyku, jindy jsou trpké. Vy jste prošla kvůli psychickým potížím léčebnou. Co se přihodilo?**

Když bylo synovi osm měsíců, jela jsem s ním po teplecké dálnici za svým otcem. Najednou se mi rozmílilo vidění. Cítila jsem tlak na hrudi, začala jsem hyperventilovat. Myslela jsem si, že mám infarkt, že je konec. Bylo to děsivé, vždyť na zadní sedačce bylo moje dítě! Musela jsem ho zachránit. Po dlouhé době se mi povedlo najít sjezd a zavolat si záchranku. Později mi lékaři sdělili, že se jednalo o panický stav. V tu dobu toho na mě bylo moc.





Syn je smíšek po mamince

ná, pracovitá, zodpovědná, svědomitá.

**Pomohlo vám v léčebně k překonání psychických potíží i jídlo?**

V tu dobu jsem potřebovala hlavně hodně klidu. Nebyla jsem akčním členem naší skupiny, co se týče vaření, ale mohli jsme si objednat jídla a jakékoli potraviny, které jsme chtěli. Obědy nám připravovali v nedaleké restauraci, kde se vařila převážně česká kuchyně. A večere většinou připravovali ti, kteří brali své vaření jako formu terapie. Vzpomínám na výborné bramborové placičky, guláš nebo rizoto, které ostatní klienti s láskou připravili. Takže určitě i to dobré jídlo ke zlepšení mého stavu přispělo.

**A co říkáte na pořekadlo, že láska prochází žaludkem?**

Že je velmi pravdivé. Svíčková na smetaně, rajská nebo guláš byly mými hlavními zbraněmi na udržení chlapa. Pamatuji si, že kluk, se kterým jsem chodila krátce po tom, co jsem se odstěhovala po devíti letech z Francie zpátky do Čech, často říkával kámošům, že jsem ho dostala na jídlo.

**Jedla jste někdy i takové výstřelky jako třeba pražené brouky nebo červy?**

Brouky a červy by do mě nikdy nikdo nedostal a jestli jo, tak bych o tom nesměla vědět!

**Máte doma kuchyň podle svých představ?**

Ač zrovna stavíme dům, kuchyň byla jednou z prvních místností, která musela být hotová co nejdříve. Vysnila jsem si ji a je přesně podle mých i manželových představ. Má dlouhý, mramorově bílý pult, což je jediný prostor na vaření. Vedle pultu je matně černá kuchyňská stěna s troubou, vakuovací

zásuvkou, spížírnou, lednicí a mikrovlnkou. Nejvíce mě v naší kuchyni baví vychytávka, kterou přivezl můj muž z USA. Je to kouhutek na vroucí vodu, tím pádem mi rychlovárná konvice nezabírá místo na pultě. Na vaření máme indukci i plyn, to je podle mě další velká výhoda. Steaky prostě nejlíp připravíte na plynu.

**Na čem si nejvíce pochutná váš sedmiletý syn Adam?**

Adam je ve věku, kdy nemá rád nic jiného než rajskou omáčku s knedlíkem. Zkouším, aby si oblíbil třeba dobrý, dlouho tažený vývar anebo moje milované kuře na paprice. Myslím, že už se mi to docela vede. A umím úplně luxusní francouzské brambory, ale malý nad nimi zatím ohrnuje nos. Však on tomu jednou přijde na chuť. Tedy doufám! 😊

**A váš manžel?**

Manžel má rád všechno, co mu uvařím. Je to vděčný strávník. Myslím, že jeho neoblíbenější jídlo je moje svíčková a různé krémové omáčky.

**Necháte si od muže v kuchyni poradit?**

Nemám ráda, když se mi někdo plete v kuchyni, a úplně nejvíce ze všeho nesnáším, když mi někdo začne radit, jak mám co udělat. To zná asi každá kuchařka.

**Zpíváte si při vaření?**

Nezpívám, protože se neumím moc soustředit na více věcí zároveň.

**Ale na práci myslet při vaření můžete, ne? Co všechno vás teď zaměstnává?**

Celou moji existenci v této době zabírá psaní a příprava vstupů do radia Expres.fm, kde mám již tři měsíce vlastní show, což je velmi časově i psychicky náročné. Nedávno jsem vydala tři singly s dýdžejem Roxtarem, který je teď veřejnosti znám hlavně se svým delfinem Adolfeem. Potkali jsme se právě v NEO Centru, kde se tehdy léčil ze závislosti. Před necelým rokem jsem začala být aktivní na sociálních sítích, kde má nyní můj profil s názvem Jeblá máma kolem sto dvacetit tisíc sledujících. Ukazuji na něm vtipně zpracované stinné stránky mateřství. ■

Moderovala jsem pořad Aplikace na Prima Cool, přestavovali jsme byt, doma za zády řemeslníci a k tomu jsem se stala novopečenou maminkou. Akutní léčbu jsem podstoupila na sedm dní v krizovém centru Riaps v Praze, kde jsem dostala medikaci a začala jsem docházet na terapii. Léčba byla dlouhá, až po několika letech jsem mohla vysadit léky. S tím mi pomohli v NEO Centru. **Stejně jako jídlo se skládá z ingrediencí, i naše povaha má různý charakter a vlastnosti. Jaké máte vy?**

Lehce se vystresuji, a to jsem pak úplně jiný člověk, kterého nemám ráda ani já sama. Bývám náladová, velmi emotivní a temperamentní, ale když nemám moc práce, dokážu být i nudná. Potřebuji spoustu samoty, která mě dobíjí, protože jsem introvert. Jsem odvážná, což dokazuje i můj odchod do Francie v těch čtrnácti, a dost důvěřivá, to až tak dobrá vlastnost není. Taky jsem hodná, někdy až dost naivní, jsem dočvil-

*Upečte si podle Ivy*

**SLANÝ KOLÁČ QUICHE LAURENNE**

Listové těsto si připravíme den předem z 250g másla nebo Hery, 310g hladké mouky, 1 vejce, 1/2 lžičce octa, 1/2 lžičky soli a vody. Druhý den těsto ve formě předpečeme se sterilizovaným hrachem, abychom měli připravený dokonalý základ na náplň. Nakrájíme na kostičky 200g slaniny, nastrouháme si 200g sýra gruyere a ementalu, někdo přidává i cibuli, ale já ji nemám ráda a je to dobré i bez ní. Slaninu osmažíme na troše másla, do mísy dáme 2 žloutky a 1 celé vejce, přidáme 250ml smetany, trochu soli, pepře, muškátového oříšku a důkladně zamícháme. Na předehřáté těsto vsypeme slaninu i s výpekem. Důležité je výpek neslévat, ale opravdu použít celý obsah pánve. Na to nalijeme smíchané vejce se smetanou a nasympeme sýr. Pečeme na 200 °C 40–50 minut, dokud nebude vršek upečený dozlatova. Je to opravdu dobrota.



Připravila: Šárka Jansová Foto: archiv Ivy Frühlingové, Shutterstock

# VAŘTE A PEČTE s tím nejlepším nádobím



## 1x sada nádobí Berlinger Haus



Příprava pokrmů nám, kromě těšení se na dobré jídlo, má přinášet i radost. Proto ovšem potřebujeme to nejlepší a nejkvalitnější nádobí, s nímž je vaření, pečení i smažení radost. PENNY ve své první letošní věrnostní akci představuje novou kolekci nádobí Berlinger Haus. Ta začala 20. ledna a potrvá až do poloviny dubna. Během této doby si můžete na všech prodejnách vybrat z 9 produktů od pánve wok přes sadu na pečení až po pekáč s aroma úchytkou, a to se slevou až 69 procent. Potřebujete-li inspiraci na pokrmy, které díky tomuto nádobí připravíte snadno a rychle, najdete ji v aktuálním čísle S PENNY U STOLU.

3 TAŽNÉ ZVÍŘE  
1 ZAZNAMENAT PÍSMEM  
ZÁJMOVÁ SDRUŽENÍ  
JEZEVCÍK (slang.)  
VYMLETÁ NA JEMNÉ ZRNĚNÍ (mouka)  
EVROPAŇ ZE SOFIE  
VINNÝ DESTILÁT PODOBNÝ KOŇAKU  
KUCHYŇSKÉ NÁČINÍ (sítka)  
ČESKÝ ZPĚVÁK (Václav)  
13 HORSKÉ NEBEZPEČÍ  
STANIOU. PROUZEK NA VÁNOC. STROMKU  
11 INDIÁNSKÉ SYMBOLY  
JMÉNO REŽISÉRA VÁVRU  
5 OSAHAT  
POHANĚNÍ  
NOČNÍ OBLEKY  
VYLOSOVANÁ (čísla)  
KIOSK  
4 TÝKAJÍCÍ SE RAS  
BAVIT SE HROU  
10 NEPŘEJICNOST  
ZVRÁCENÁ  
12 DŮVTIP  
POKOJOVÉ ROSTLINY  
9 OPLACHOVAT VODOU  
TAK VELKÝ  
MORSKÁ RYBA  
7

Zapište do buňkovky šestipísmenná slova podle legendy ve středových políčkách. Začněte vždy od šipky a pokračujte ve směru chodu hodinových ručiček.

