

# VIRÁ“ZA JAK VYÁ ITÁ•

PondÁ•lÁ-, 03 prosinec 2018

V sobotu jsem si uÁ¾ od rÁina myslela, Á¾e takhle mizernÁ je Á•lovÁku tÁ›snÁ pÁ™ed smrtÁ-. Ale to jsem jeÁ›tÁ› nevÁ›dÁ›la, co má› Á•ekÁ› v nedÁ›li... KejchÁ›nÁ-, krkbol, hlavybol, oÁ•i, uÁ›i, vÁ›jeciÁ•ko bolavÁ½, a co teprve kloubeÁ•ky, kostiÁ•ky... VÁ›jchny se mrchy rozbolely. OvÁ›jem v tomhle stavu stejnÁ› musÁ-m rÁ›no i veÁ•er vstÁ›t, aby se mohl má›j chlupej kÁ›moÁ› vyÁ•Á›rat. A v nedÁ›li? To jsem si myslela, Á¾e jsem pÁ™Á-mo v pekle, je konec, Á›myte

PochopitelnÁ› je kaÁ¾dÁ›mu urÁ•itÁ› jasnÁ›, co taková› Á¾enskÁ› jako já›, prvnÁ-ho udÁ›lÁ›. Ano, zadÁ› si to vÁ›jchno do google, a hledÁ›! HledÁ›, jak a co, co na to, co s tÁ-m... (Jako kdybych to uÁ¾ dÁ›vno mockrÁ›t nezaÁ¾ila, a nejen na vlastnÁ- kÁ›Á¾i).

A tak jsem se dozvÁ›dÁ›la, Á¾e:

- Jenom vlastnÁ- imunitnÁ- systÁ›m je schopen zbavit tÁ›lo Á›kodlivÁ½ch virÁ›. PrvnÁ- pÁ™ekÁ›Á¾kou pÁ™mi jejich vstupu do tÁ›la jsou sliznice dÁ½chacÁ-ch cest a mandle. Pokud nevÁ-tanÁ›ho nÁ›vÁ›tÁ›vnÁ-ka zvlÁ›dnou, vydajÁ- signÁ›l k tvorbÁ› protilÁ›tek, kterÁ› si s viry poradÁ- definitivnÁ›. I kdyÁ¾ to nÁ›jakÁ½ ten den trvá›. TÁ™mi dny na nÁ›Á› organismus viry Á›toÁ•Á-, dalÁ›tÁ™mi dny ho intenzivnÁ› trÁ›pÁ- a dalÁ›tÁ™mi dny pÁ™Á-znaky nemoci postupnÁ› ustupujÁ-.

- Á›tok miniaturnÁ-ch zÁ›Á›kodnÁ-kÁ› se poznÁ› podle nepÁ™Á-jemnÁ½ch, ale zpravidla ne nebezpeÁ•nÁ½ch pÁ™Á-znakÁ›, jako jsou bolest v krku, rÁ½ma, kaÁ›el, Á•asto i dva tÁ™mi dny trvajÁ-cÁ- zVÁ½Á›enÁ› teplota. DÁ›leÁ¾itÁ› je takÁ› dodrÁ¾ovÁ›nÁ- klidu na lÁ-Á¾ku. PrÁ›bÁ›h nemoci je obvykle bez komplikacÁ-.

No, mizernÁ› uÁ¾ mi bylo tÁ›mÁ›Á™ celÁ½ minulÁ½ tÁ½den, takÁ¾e teÁ• jsem v tÁ› prostÁ™ednÁ- Á•Á›sti, kterÁ› je tedy fakt a super ouvej. Div nepoÁ•Á-tÁ›m hodiny, kdy uÁ¾ nÁ›. KdyÁ¾ jsem se zeptala syna, jestli to ode mne nemÁ-Á¾e má›j milovanéj Á•okl chytit, tak se mi vysmÁ›! PÁ™itom on se s tou svou borderkou má-Á¾e taky pomínout, a ne Á¾e ne... No, nevÁ-m, co bych si poÁ•ala, kdybych ho nemÁ›la... Má›j Á¾ivot se vlastnÁ› dÁ›lÁ›- na dobu "bez psa" a na dobu "s Kayou". DÁ-ky nÁ›mu jsem zhubla, a to o docela dost, dÁ-ky nÁ›mu jsem poznala plno novÁ½ch pÁ™Á-jemnÁ½ch lidÁ- (a po tÁ›ch tÁ™ech lÁ›tech si u nÁ›kterÁ½ch z nich dokonce pamatuju i jejich jmÁ›na :-)) Je fakt, Á¾e nejsme "pes a paniÁ•ka", ale spÁ-Á› dva tÁ›mÁ›Á™ rovnocennÁ- kÁ›moÁ›ji. SnaÁ¾Á-m se mu pokud moÁ¾no vyhovÁ›t, on mne na oplÁ›tku obÁ•as i poslechne. Zas tak moc toho po nÁ›m nechci, jsem spokojenÁ›, Á¾e absolutnÁ› nic doma neniÁ•Á-, nekouÁ›e, nÁ›jak moc neÁ›tÁ›kÁ› a nikdy si nic nevynucuje. Jen - poslednÁ- dobou (to po tÁ› kastraci) je nÁ›jak "luxovacÁ-". Tak nevÁ-m, to je tou kastracÁ-, nebo je i v tomhle uÁ¾ po paniÁ•ce? x x x x x x

TeÁ• si pÁ›jdu vymÁ›nit priesnitz (zÁ›bal na krk), a pak zmÁ›nÁ-m tÁ›ma. Rozhodla jsem se totiÁ¾ osladit si trochu Á¾ivot a p receptu dvou "postarÁ›ch" uÁ¾ klukÁ›, jsem upekla jablko-oÁ™echovo-Á•okolÁ›dovÁ½ kolÁ›Á•.

Hele, lidi, je to fakt nÁ›co. JednoduchÁ›, rychlÁ› a velmi, velmi dobrÁ›... Jo, a protoÁ¾e, jak jsem zjistila, jsou mezi nÁ›mi i tacÁ-, kteÁ™Á- jablka zrovna nemusej, o skoÁ™ici ani nemluvá›, tak v tomto pÁ™Á-padÁ› se dá› ovoce

použít jakkoliv a VÁŠ DY TO BUDE SUPER! Tedy např. hrušky, jahody, rybíz, ananas... prostě co zrovna máte ve  
 lednici, v mrazáku... SUPER KOLÁČEK

Koláč je na vyplech o rozměru cca 30 – 40 cm

1 hrnek = 300 ml

4 velká jablka

5 celých vajec (měla jsem jen 3, nahradila jsem mláčkem, a dobrá...)

1,5 hrnku krupicového cukru

(klidně dejte máslo, stačí jeden necelý)

2 hrnky hladké mouky

1 lžíce kyseliny sody

1 vrchovatá lžíce skořice

¾ hrnku nasekaných vlásků oárech

1 hrnek slunečnicového oleje

100 g šokolády na vaření

(dala jsem jednu nahrubo rozmixovanou margaritu)

Jablka nakrájíme na malé

kousky, nestrouháme je. Mj. v tom je takové to kouzlo, že to není pak taková ten jablečná blems, jako např. ve  
 Dájele: vejce vyčistíme

s cukrem, vmáčkáme slunečnicový olej, mouku s jedlou sodou, skořici,  
 oárechy, na drobné kousky nasekanou šokoládu a na zvlášť jablka. Máslo to hezky

všechno rozmáchat, bude to taková polotekutá nahnatá hmota. Pak to na pekáči  
 zarovnejte a - peče - v másle

vymazané a strouhankou či hrubou moukou vysypané pekáči, nebo máslo - jen pekáči

vyložit papírem na pečení (má jen papír) ve vyhřáté troubě na 180 °C asi 30  
 minut.

Má se to nechat vychladnout!

No, máslo - ct, že kus ho až zahušuje je to velice teplé. Dalá -

jsem dělala s kompotovaným ananasem, s 5 vejci, jen jedním hrnkem

cukru, bálou šokoládou - a pekáči vysypala kokosem. JAKBYSMET lahodná

koláči v cukletu zahušuje... Zvlášť rem mi nedá, abych vám neposlala jednu z mnoha fotek, které jsem dost

od Pepy z Kanady: Ano, to se mi takové povedlo... Myslejte, že se najde i někdo dalá -? "Vašili" jste si taky takhle kafe?

Nebo někdo z vašich známých?

DRÁŽTE MI PALCE, až se so nejdá -v zbavím tě chcípavky. Je mi fakt dost špatně...daniela

