

Osvěta v metropolích ztrácí význam, říká Surová dcérka.

Kristýna Vaňková

I letos se nám dostalo té pocty přivítat mezi sebou slovensko-českou bloggerku, Nikoletu Kováčovou, která je více známá pod přezdívkou „Surová dcérka“. Proč se stala vegankou? Co ráda vaří? Jak se k veganství staví její rodina? Jaká zkušenost zformovala její dnešní pohled na věc?

Včera jsem si pročetla tvůj blog a četla jsem, že k veganství tě přivedla cesta do Indie, kde jsou možnosti stravování značně omezené. Co tě přimělo k tomu, abys u veganské stravy zůstala i po návratu?

Bolo to tak, že som v Indii bola pracovne tri mesiace, to už je dlhá doba na také rozhodnutie. A ja som k tomu pristupovala tak zodpovedne, že som si ešte pred tou zmenou zisťovala informácie nielen o strave, ale aj o vegánstve celkovo. Takže som sa za týždeň pozerala na rôzne dokumenty a rýchlo som pochopila, že naozaj nemusím jesť zvieratá a prešlo to aj k etike a ekológii. Otvorilo mi to obzor ďalej.

Co tě na indické kuchyni zaujalo nejvíc?

Ja stále milujem dhal. (smích) Dhal je moje obľúbené jedlo. Ja ho rada varím aj si ho rada objednávam. Teraz sme boli na Srí Lanke, kde sme jedli dhal každý deň a celkom sa ho nemôžem objesť. Mam rada na Indii práve to, ako pracujú s koreninami alebo dhal je proste jednoduché, dá sa povedať primitívne jedlo, ale oni sa s tými detailmi vedia tak vyhrať, že to človeku naozaj chutí. Naše, Slovenská, československá, európska strava používa soľ, čierne korenie, nejaký ten bobkový list, a tak ďalej. My sa korení stále tak trošku bojíme a poznám veľa ľudí, ktorí sú voči tomu konzervatívni. Treba, keď si spravím nejaké indické jedlo, tak pre moju rodinu je to príliš aromatické, nie sú na to zvyknutí. Myslím, že by sme mali viac zaraďovať korenie do stravy, lebo obsahuje živiny a takto si zadarmo môžeme upraviť stravu tak, aby bola viac výživnejšia.

Používáš takovou tu klasickou trojku kari – kurkuma – koriandr, nebo máš něco specifického, za čím si stojíš?

Najčastejšie používam asi toto. Ale koriandr musí byť čerstvý, mne to nechutí ako mydlo, mne to chutí veľmi príjemne. Mám rôzne kari pasty, zo Srí Lanky, mám aj thajské, takže to tak obmieňam. Najradšej mám žltú kari, ta nie je ani príliš pikantná, dobre sa mi s ňou pracuje a to žlté kari je tiež také veľmi chuťovo uspokojujúce. Potom do toho ešte nasypem garam masalu, miešam často thajské a indické veci dokopy.

Nejvíc je o tobě slyšet na sociálních sítích a na tvém krásném blogu s recepty a fotografiemi. Je pravda, že jsi blog rozjížděla s maminkou?

Áno. Blog som s mamou začínala na diaľku, pretože pred šiestimi rokmi, keď sme fungovali veľa viac, sa mama venovala cukrárstvu a pečeniu, takže bolo prirodzené, že skúšala rôzne recepty. Ja som bola ten človek, čo to fotil, spracoval, čo robil tu textovú stránku. Mama bola ten kreativec za receptami a ja som bola kreativec za laptopom, mali sme to rozdelené. A teraz tým, že som sa odsťahovala, je to iné. Teraz i ja robím už i recepty, takže je to viac môj blog. Ale ja som taká, že keď potrebujem radu v kuchyni, volám mame, lebo má stále o veľa rokov skúseností s varením.

Maminka taky zkusila veganství?

Mama bola aj veganka, ale teraz je vegetariánka. Stále pracuje s cukrárčinou a tam živočíšne produkty stále fungujú, takže je to obťažnejšie, ale stále stopercentne verí vegánstvu a podpora v rodine je veľká. Keď sme dve, tak nie treba rybu na Vianoce a robiť rezne.

Či byl vůbec nápad vytvářet takovýto obsah?

Bol to môj nápad, pretože ja som blogovala už aj predtým, vlastne od nejakej strednej školy, od pätnástich rokov, ale to bol skôr taký môj umelecký počin, kde som zdieľala poviedky, impresie, básne...

Tím jsme si všichni prošli...

(smích) Áno, to bolo presne to obdobie. Potom som išla študovať žurnalistiku, tak som blog mala aj preto, že som chcela ukázať nejaké svoje pisateľské schopnosti a bolo to už pro mňa prirodzené, mať svoj blog. Potom už to prešlo tou novou skúsenosťou, ktorú som chcela zdieľať, a to bolo práve to vegánstvo.

Narážíš při práci někdy během obyčejné denní rutiny na překážky související s tvým životním stylem a s etickou stránkou veganství?

Určite, je to ako v každej práci, ktorá nie je sústredená na vegánstvo. Stále bude človek prichádzať do styku s týmito dilemami. Keď fotím, pre seba fotím jedlo, ale pre klientov často fotíme produkty. Väčšina z tých produktov je teraz vegánskych, ale fotím aj produkty, ktoré sú aj s mliekom a podobne. Niekedy musím fotiť jedlá a robiť ilustračné fotky, kde je aj mäso a podobné bežné veci. Moje riešenie je také, že si zoberiem pár ďalších ľudí, ktorí mi to pripravia. Všetci v práci vedia, že som vegánka a že nechcem s týmto pracovať, ale keď je ta nutnosť raz za čas niečo takéto spraviť, tak poviem „no, ale musíte mi s tým pomôcť“. Lebo to nechcem riešiť sama a niečo takéto tam robiť. Potom pracujeme so značkami kozmetiky, ktoré sú samozrejme testované na zvieratách, ale s tým tiež moc neprichádzam do styku, ale niekomu pri tom vypomôžem. Musím byť profesionálna a nemôžem povedať, že nepomôžem kolegyni, pretože je to značka, ktorá je testovaná na zvieratách. Tie dilemy tu určite sú, ale snažím sa kľučkovať tak ako asi každý. Nechcem tomu prispievať, ale viem, že nejako si zarábať na živobytí musím. Väčšinou ľudia rešpektujú, keď mám nejaké výhrady, tak to nemusím robiť.

Četla jsem tvůj příspěvek na www.srdcerozhoduje.cz (projekt Platformy pro udržitelný rozvoj a etiku, pozn. autorky), kde bylo za tebe řečeno, že směřuješ

k nějaké formě minimalismu i co se oblečení a spotřebitelského chování týče. Dovedlo tě veganství ještě k nějakým jiným myšlenkám tohoto typu?

Určite, vegánstvo je životný štýl, ktorý sa dotkne všetkého, takže pre mňa to znamenalo časom aj miňať menej peňazí za oblečení. Respektíve nula peňazí, pretože už svoj šatník mám a sem-tam si kúpim niečo, čo potrebujem. Okrem stravy je tu samozrejme to téma plastov a odpadu, k čomu ma viedlo aj to, že naozaj nemám rada plytvanie jedlom, to sa odráža niekedy aj na našej práci. Keď fotíme nejaké jedlo, čo nie je veganske, tak proste chcem, aby to niekto zjedol. Keď je to veganske, tak si to beriem domov. Snažím sa menej produkovať odpad a plytvať jedlom. Je jedno či ide o veganske alebo nevegánske jedlo. Nerada to vidím.

Nakupuješ občas v sekáčich? Jsou nějaké jiné obchody, které bys doporučila?

Teraz nenakupujem moc v sekáčoch, ale ja si pamätám, že moja mama nakupovala v sekáčoch, doma v šatníku bol stále kopec vecí zo sekáčov. A teraz nemám priestor si tam chodiť pozeráť, pretože väčšinu vecí nepotrebujem. Teraz sa snažím investovať do takých tých udržateľnejších kúskov, ktoré sú drahšie, kvalitne... nestarnúce, dá sa povedať. Keď už si niečo kúpim, je to za viac tisíc a chcem, aby so mnou ten kúsok vydržal roky a snažím sa kupovať udržateľné značky. Tuná v Prahe funguje slow fashion, dvakrát trikrát do roka sú markety, kde človek môže nájsť tuto pomalú módu, udržateľnú módu, tak tam sa snažím vyberať. Skvelý vegánsky obchod je EtikButik, kde majú nielen udržateľnú módu, ale všetko je aj veganske, takže tam môže človek prísť a vie, že tam nájde to najlepšie, čo môže.

Před několika lety jsi pracovně pobývala v Číně. O Číně se vždycky hodně mluvilo jako o zemi zacházející necitlivě jak se zvířaty, tak – což je patrně hlavně poslední dobou – se životním prostředím. Pocítila jsi něco takového praxi už v té době?

To podľa mňa nie je len o Číne, je to problém celej Ázie. Ja som v Ázii trávila viac, ako dva roky svojho života a len deväť mesiacov z toho som žila v Číne. Celkovo je Čína taký... teenager. Musí ešte trošku dospieť. Už aj tam to ale začína, ľudia síce už riešia plasty, ale oni na to neboli naučení. Plasty tam prišli nejakým spôsobom aj od nás a tí ľudia nevedia, že keď hodia plast do mora alebo von, tak sa nerozloží. Nemajú v tomto maximálne vzdelanie, takže tam sa to teraz zobúdz a začína sa to riešiť. Čínska vláda si veľmi dobre uvedomuje tie problémy, ktoré tam nastavili, lebo oni vedia, že sú najzaľudnenejší krajinou sveta a vedia, že ta populácia bude rásť. Navyiac, keď sa pozrieš, tak už v Číne je najväčšie množstvo vegánov, keď to prepočítaš, je to jedno dve percenta vegánov, ale na tu čínsku populáciu je to masa ľudí. Takže tam je tiež kopec domácich, ktorí sa snažia, vznikli super projekty, ale je to ešte trošku teenagerské. U nás je to trochu iné, sme tu popredu, je nás tu menej, máme inú vládu, a tak ďalej, ale ja si myslím, že sa to bude zlepšovať postupne. Ale tým, že je to veľká krajina, je tam hrozných vecí oveľa viac a veľa tých kultúrnych vecí bude ešte pretrvávať. Dajme Ázii ešte trochu čas.

Měla jsi prostor se nad tím zamýšlet v době, kdy ses tam pohybovala? Protože jestli jsem to dobře pochopila, v té době jsi vegankou ještě nebyla.

Vtedy som nebola vegán, ale človek ty nevýhody určite vníma, Keď som žila pol roka v Pekingu, tam sa človek každý deň stretáva s tým, že je tam smog a príde jeseň, príde zima a príde vyhlásenie „nevychádzajte z domu, je to zdraví škodlivé,

neotvárajte okna“. Ak už človek premýšľa o vegánstve alebo nie, tam to cítiš, keď žiješ vo mestách, ktoré znečisťujú prostredie a má to vplyv na obyvateľstvo. Človek si tam najviac uvedomí, ako sú niektorí ľudia chudobní a vidí skôr tú ľudskú stránku. S ubližovaním na zvieratách sem sa tam stretla asi len raz. Ja som bola vždy vegetariánstvu otvorená, bolo mi zvierat ľúto, ale pamätám si, že raz sme išli mimo mesta a šli sme okolo bitúnkov. Mimo tých mest to človek vidí.

Tak zkusím prejsť k tomu veselejšiemu. Na minulém Veggie Festu jsi bola poprvé. Líbil se ti?

Tento rok budem skôr moderovať celý program. Na poslednom Veggie Feste som bola v roli moderátorky kuchárskej show, čo bola docela zábava. Človek sa musí stále niečo pýtať tých súťažiacich, ale bolo to veľmi príjemne, ale náročné. Je to o kecání a rozprávání sa s vystresovanými ľuďmi, ktorí sa snažia na dvojplatničke niečo uvariť a ty tam musíš ísť a musíš im do toho kecat, pýtať sa a oni sa musia sústrediť na varenie a na tie moje otázky. Ale to je taký môj trik.

Nebo něco vyprávět, že? Ale úměrně tématu. Na jednom festivale moderátorka při veganské cooking show o tom, jak den předtím jedla drůbeží nožky.

Keby sme dostávali tie kuracie stehná i s tými paprčkami, myslím, že viac ľudí by sa zamyslelo nad tým, čo jedia. Veľa tých ľudí nevie ani zabiť zviera. Môj dedko, ktorý zosnul pred rokom, zabíjal vždy kaprov na Vianoce. A teraz, keď odišiel, boli to prvé Vianoce bez neho, takže kapry už sa nezabíjali. (smích) Už sa museli kúpiť proste zabíť. Nikto iný v rodine to nedokázal spraviť. Dedko bol vedený, že sa pracovalo so zvieratami a zvieratá sa zabíjali doma celý jeho život. Bolo to preňho niečo normálne, na čo bol zvyknutý. Naša generácia už nie je. S touto generáciou sa to mení a vie sa zamyslieť nad tým, čo jedia.

Snážíš se převádět tradiční slovenskou nebo českou kuchyni do veganské verze? Máš k ní vztah?

Chcela by som sa tomu viac venovať. Vidím to aj cez blog, všetci sa snažíme variť jednoduché rýchle jedlá, lebo žijeme ten rýchly život, nemáme na to čas, ale stále je záujem o slovenské národné klasiky, ktoré sú náročnejšie a často sa do toho nikomu nechce, sviečková a podobné veci. Ľudia, keď tieto jedlá vidia vo vegánskej verzii, tak sú nadšení. Stále je tu ten vzťah s jedlom, na ktorom sme boli vychovaní. Na blogu vidím ten záujem o stredoeurópsku kuchyňu.

Chtěla bys něco vzkázat našim fanouškům, čtenářům... Olomoučanům?

Ja sa jednoznačne teším na ďalší festival a dúfam, že sa uvidíme v najhojnejšom počte a bude to stále populárnejšie a populárnejšie. Teším sa, že v takýchto menších miestach to začína takto žiť. Nemá cenu robiť osvetu tuná v Prahe, kde sme všetci... dá sa povedať v tomto smeru „osvietení“ a nestretne sa tu človek s tým, že by sa na neho pozerali skrz prsty.

Ale zase lidi z Prahy jezdí k těm babičkám na vesnici.

V Prahe je situácia podobná ako na Slovensku, že polovica ľudí z Prahy sú ľudia z východu, čo majú trvalé pobyty na východe, takže sa to tu všetko „influencuje“. Problém je s ľuďmi, čo zostávajú v tých komunitách a nechodia do väčších miest. To je tá staršia generácia, mladší žije dosť inak. Hýbeme sa, cestujeme do zahraničí

alebo sme v týchto veľkých mestách. A tá generácia štyridsať, päťdesiat plus, to je zase niečo iného.