

PEZINSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 22 970 domácností

**Nové strechy
plechové, škridlové,
hydroizolácie,
oplechovanie
kominov a výmena rín**
ZĽAVA 10%
0944 091 085

Kamenárstvo GRANIT

VÝROBA - hrobových základov
- náhrobných pomníkov
- hrobových rámov
- krycích a epitafných dosiek
z prírodného kameňa

**OPRAVY A REKONŠTRUKCIE
STAVEBNOKAMENÁRSKE PRÁCE**

Ivan Loipersberger
loipivan1@gmail.com
Jozef Rybecký
jozefrybecky@gmail.com

0905 872 289

0904 877 359

www.kamenarstvo-granit.sk PEZINOK
Holubyho 73



WWW.TOPKRBY.SK

» montáž a predaj krbov
» stavba akumulčných
a teplovzdušných krbov
» montáž a predaj
nerezových kominov
» vložkovanie kominov
» predaj dymovodov, izolácií,
mált, mriežok, príslušenstva
» predaj a montáž piecok
INVICTA, ROMOTOP

TOP KRBY s.r.o.
Myslenická 21
902 01 Pezínok

Tel.: 033/641 36 82, 0903 427 371, 0905 986 610
E-mail: info@topkrby.sk
web: www.topkrby.sk

**VÝHODNÉ
CENY**



WWW.TOPKRBY.SK

Ako ortopedické vložky pomáhajú so správnym držaním tela a zmiernujú ďalšie ťažkosti

Vložky pomáhajú stabilizovať chodidlo, čo prispieva k lepšej rovnováhe. Keď sú chodidlá stabilné, telo to nemusí kompenzovať nadmerným zaťažovaním iných svalov. Výsledkom je správne držanie tela pri chôdzi alebo státí, čo prispieva k rovnomernejšiemu rozloženiu záťaže.



Problémy, ktoré môžu ortopedické vložky riešiť:

- Plochá noha (spadnutá klenba)
- Nadmerná pronácia a supinácia (stáčanie chodidla do vnútra alebo von)
- Bolesť chrbta
- Artritída a zápaly

Príďte si vybrať tie správne ortopedické vložky do
Výdajne zdravotníckych pomôcok, Holubyho 37, Pezínok
Kontakt: 0903 910 800

VÝKUP KROJOV

a ich súčastí, kašmírové,
merinové a tibetové sukné,
zásterky, šatky a mince

0908 627 952
stavaj.peter@gmail.com

UMÝVANIE OKIEN

UPRATOVANIE
TEPOVANIE

Vysoká
kvalita

MALIARSKÉ PRÁCE

www.topservis-pezinok.sk

0908 437 079

Ing. Kubeška Dušan

ODPUDZOVAČ KÚN

Tigri trus v peletkách

0905 313 111

obchod@tichyrev.sk

PALIVOVÉ DREVO

POLIENKA BUK, DUB, HRAB,
SMREKOVÉ PELETY

*Ku každej objednávke
hodnotný darček*

www.palivovedrevo.sk
0917 649 213

DOVOZ NA ADRESU



18 týž. mládky,

brojlerové kuriatka

www.hydinashop.sk

0905 207 059

ANJELSKÉ RUKY

**Masáž chiropraktika
a poradenstvo pre Vaše zdravie**

Len na objednávku - 0914 223 325

Rastislav Krchnák
M. R. Štefánika 19, Pezínok

ŠIJEME PRE VÁS

KRAJČÍRSTVO

Devana

Daša Pessi

**Šitie, úprava odevov
a bytových doplnkov**

Prevádzka: Moyzesova 18, Pezínok



Po prečítaní noviny odhod'te
do triedeného odpadu / PAPIER /

Aniónové hygienické vložky

Zdravie, komfort a ochrana každý deň

- » Inhibujú rast baktérií - antibakteriálne a protizápalové účinky
- » Znižujú zápach a zlepšujú menštruačný komfort
- » Pomáhajú pri panvových zápaloch a bolestiach
- » Opakovane uzatvárateľné balenie

1 balíček (10 ks) len 5 €
Veľké balenie 282 ks - 80 €

Objednajte na: 0914 223 325

Frézovanie kominov

- Stavba teplovzdušných krbov a teplovzdušných rozvodov
- Vložkovanie kominov
- Rekonštrukcia starých kominov
- Obhliadka komína zdarma

www.kominicek.sk
0905 702 276 • 0917 850 155

**ZĽAVA
NA NEREZ**

PONÚKAM KOMPLETNÚ STAVEBNÚ ČINNOSŤ

- » rekonštrukcia bytov a domov
- » výstavba bytového jadra
- » pokladanie obkladov
- » dlažieb, podláh, zateplovanie
- » malovanie, stierky

Tel.: 0904 160 477
jaseva.praca@gmail.com



Bezplatný týždenník

PEZINSKO

EV 6229/24

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

Ročník II, rok 2025

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

INZERCIA

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

www.regionpress.sk
 www.facebook.com/regionpress.sk



Vychádzame
 na recyklovanom
 papieri

DISTRIBÚCIA (22.970 domácností)

Každý týždeň:
 Grinava, Pezínok, Báhoň, Dolná,
 Dubová, Jablonec, Modra,
 Svätý Jur, Viničné, Budmerice,
 Častá, Slovenský Grob, Harmónia



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

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	34320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34390	GALANTSKO-ŠALIANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVIČKO
MA	29680	MALACKO
NO	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMOKCO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠTANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOLČIANSKO-PE-BN
TN	60750	TRENČIANSKO-DCA-IL
TT	49930	TRNAVSKO
ZM	20930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30860	LUČEŇSKO-VK-PT
MT	38570	MARTINSKO-TR
OR	34980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40150	PRIEVIDSKO
ZV	38400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26880	ŽILINSKO-ZC-BS
ZI	50780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27190	HUMENSKO-VF-SV-ML
KE	92130	KOŠICKO
KS	24900	KOŠICKO okolie
SL	12940	LUBOVNIANSKO
MI	31260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41520	POPRADESKO-KK
PO	49940	PREŠOVSKO-SB
SN	32540	SPIŠSKO-LE-GL

OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,
 KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVÁ LEPENKA bez demontáže pôvodnej krytiny

zameranie odborné poradenstvo cenová kalkulácia ZDARMA!!!

!!! NOVINKA !!!
 BITUMÉNOVÁ LEPENKA určená pod solárne panely.
 Veľmi výhodná aj na bežné prekrytie strechy
 - znižuje teplotu strechy na 40 až 50 stupňov.

NON STOP - 0944 720 932

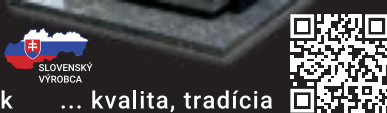
VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV

KAMENÁRSTVO
PETROVIČ

- precíznosť, profesionalitu, serióznosť
- práce prevedené v najvyššej kvalite
- maximálnu spokojnosť

www.kamenarstvo-petrovic.sk

PEZINOK
 Myslenická 23
 0907 724 351, 033 / 640 53 48
 pezinok@kamenarstvo-petrovic.sk



SLOVENSKÝ
 VÝROBCA

... kvalita, tradícia



Slovenská Grafia a.s.

Pekná cesta 6, 834 03 Bratislava

výrobná spoločnosť v oblasti polygrafického priemyslu



PRIJME IHNEĎ

- TLAČIAROV
- KNIHÁROV - ZORAĐOVAČOV (m/ž)

Mzda: min. 1 450 € - 2 100 € od skúsenosti a zručnosti uchádzača

- ROBOTNÍKOV do výroby (m/ž)
- NASTAVOVAČOV OREZOVÝCH LINIEK

Mzda: min. 1 210 € - 1 600 € od skúsenosti a zručnosti uchádzača

Požiadavky:

- zdravotná spôsobilosť na výkon práce v noci
- vyučenie v odbore výhodou, nie podmienkou

Mzda vrátane príplatkov do 250 € a základnej zložky mzdy od 700 € - 1000 €

- VEDÚCI ODDELENIA ENERGETIKY (m/ž)

Mzda: min. 2 000 € od odborných schopností uchádzača

Základná zložka mzdy 1080 €

- ŠPECIALISTA PODPORY EKONOMICKÉHO
 SYSTÉMU NAV A INÝCH ERP (m/ž)

Mzda: min. 1 800 € od odborných schopností uchádzača

Základná zložka mzdy 1080 €

Benefity: 13. a 14. mzda

- každoročné zvýšenie mzdy
- mimoriadne a jubilejné odmeny
- hlavné jedlo zdarma v závodnej jedálni a iné benefity

Blížšie informácie:

tel.: 02/49493 853, 02/49493 854, 02/49493 111,
 e-mail: kariera@grafia.sk, www.grafia.sk

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
 - chemická injektáž
 100% odstránenie vlhkosti
 www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331



čujte.sk

Nezabudnite
 si nazbierať šípky



www.cujte.sk

Riadková
inzercia

1 AUTO-MOTO

»ZA UCELOM ROZSIRENIA
 ZBIERKY KUPIM STARY PIONIER
 JAWA 05 JAWA 20 JAWA 21
 MUSTANG BABETU SIMSON AJ
 POKAZENE DLHO ODSTAVENE
 PRIPADNE DIELY SOM ZBERATEL
 0915 215 406

2 ELEKTRO, TECHNIKA

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

6 HOBBY A ŠPORT

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

0 RÔZNE

Chcete si
podať riadkovú
inzerát?

Pošlite SMS na tel. č. 8866
 v tvare RP (medzera) PK
 (medzera) číslo rubriky
 (medzera) Text inzerátu.

Príklad:

RP PK 7 Predám hlboký
 modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní
 poplatný spätnou SMS, ktorú Vám
 vyúčtuje váš mobilný operátor.

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):
 • Text do 50 znakov 1 €
 • Text do 100 znakov 2 €
 • Text nad 100 znakov 3 €

Číslo rubriky:

- 1 - Auto-Moto
- 2 - Elektro, technika
- 3 - Domácnosť, nábytok
- 4 - Dom a záhrada
- 5 - Zverinec, drobnochov
- 6 - Hobby a šport
- 7 - Deťom
- 8 - Darujem
- 9 - Zoznámenie
- 0 - Rôzne

Komerčné inzeráty, pozvánky
 na akcie, ponuky zamestnania
 a reality v riadkovej inzercii neu-
 verejňujeme. V prípade záujmu
 o zverejnenie tohto typu inzerátu
 kontaktujte našich obchodníkov.
 SMS je možné podať aj v novinách
 v iných regiónoch. V takom prípade
 Vašej SMS kódom novín, ktorý naj-
 dte v tiráži.
 (Službu platbarnobilom.sk
 technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

NAVŠTÍVTE VIANOČNÉ TRHY V OBI!



dostupná od 7. 11.



3,79 ks

**VIANOČNÁ HVIEZDA
(POINSETTIA)**

Izbový kvet, priemer kvetináča cca 11 cm. OBI č. 3834546 a i.

~~9,99~~
-10 %
8,99

ANJELSKÉ ZVONENIE ZLATÉ

Anjelské zvonenie zlaté pr. 130 × 270 mm.
OBI č. 4414694



~~13,79~~ od
-20 %
10,99 od

ZÁVESNÁ HVIEZDA SATURNUS

Závesná hviezda, biela, pre 1 žiarovku s páčicou E14, max 25 W,
45 × 45 × 15 cm, dostupný aj pr. 75 cm. OBI č. 1671262 a i.

~~40,99~~
-26 %
29,99

STOJAN NA VIANOČNÝ STROMČEK

OBI Basic Stojan na vianočný stromček pre stromčeky
do výšky 220 a pr. kmeňa 11 cm. OBI č. 5326517



Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 11.11 do 30.11.2025 alebo do vypredania zásob.



Aplikácia heyOBI

stiahni, zaregistruj sa a používaj už dnes

 obchodník
roka 2024
cena verejnosti


NAJDŮVERYHODNEJŠIA
ZNAČKA
2024

OBI

DOKÁŽETE ČOKOL'VEK

IQOS ILUMA i ONE: Štýl, ktorý ide s tebou

Zabudni na kompromisy. IQOS ILUMA i ONE v piatich štýlových farbách a s funkciou autoštart, ktorá ti uľahčí život. Viac komfortu, menej starostí – presne tak, ako to má byť.

Dizajn, ktorý ide s tebou

Malý, kompaktný, vreckový – presne taký, aby ti padol do ruky a zmestil sa do každého outfitu. Či si na cestách, v meste alebo na party, ILUMA i ONE je tvoj nenápadný spoločník.

Vďaka svojmu tvaru a vreckovej veľkosti sa zariadenie príjemne drží v ruke, čím je naozaj bezproblémovým spoločníkom na cestách a kamkoľvek sa jeho dospelý užívateľ vyberie.

Funkcia autoštart pre lepší komfort

Prvá vibrácia? Predhrievanie sa spúšťa. Druhá? Si ready! Bez čistenia, tri po sebe idúce použitia a nabíjačka, ktorá zvládne až 20 užití. Jednoducho smart.

Prečo je IQOS lepšou voľbou ako cigarety?

Cigaretový dym je neželaný spoločník a dospelí fajčiari ho veľmi dobre poznajú. Vďaka

IQOS však naňho môžeš zabudnúť – nielen na končekoch prstov, ale aj vo vlasoch či na oblečení. Prelomová technológia tabak nespája ale nahrieva. Pri používaní zariadenia tak vzniká aerosól a nie škodlivý cigaretový dym. Taktiež nevzniká decht – zvyšok dymu po zhorení cigarety, ktorý je zmesou zlúčenín s obsahom karcinogénnych a toxických látok.

Mýtus o nikotíne, pravda o dechte

Nikotín a decht sú dve rozdielne veci. Cigarety ľudia fajčia kvôli nikotínu. Ten je síce návykový, ale nie je hlavnou príčinou ochorení spojených s fajčením. Skutočným vinníkom, ktorý je zodpovedný za najväčšie škody na zdraví dospelých fajčiarov, je práve decht. Vzniká pri horení cigarety a obsahuje karcinogénne a toxické látky nebezpečné pre zdravie.



Foto: PMI

Bezdytmové zariadenia IQOS nie sú bez rizika. Dodávajú nikotín, ktorý je návykový a sú určené výhradne pre dospelých, ktorí by inak pokračovali vo fajčení alebo užívaní iných nikotínových výrobkov.

Pre posilnenie pracovného tímu prijmeme pracovníkov do tlačiarenskej prevádzky na pozíciu:

MECHANIK

NÁPLŇ PRÁCE:

- » servis a údržba heatsetového tlačiarenskeho stroja ROTOMAN N a LITHOMAN IV po mechanickej stránke
- » pravidelná kontrola funkčnosti zariadení a predchádzanie porúch
- » identifikácia a odstraňovanie porúch
- » mechanická údržba, vykonávanie opráv a kontrol ostatných strojov na prevádzke polygrafickej výroby

POŽIADAVKY:

- » vykonávať výmenu a renováciu poškodených náhradných dielov
- » pracovné skúsenosti s obsluhou strojov vo výrobe
- » manuálnu zručnosť a starostlivosť
- » vyučenie alebo skúsenosti v polygrafickom obore výhodou (zaučíme)
- » technické myslenie a snahu učiť sa nové veci

ELEKTRIKÁR

NÁPLŇ PRÁCE:

- » servis a údržba heatsetového tlačiarenskeho stroja ROTOMAN N a LITHOMAN IV po elektrickej stránke
- » pravidelná kontrola funkčnosti zariadení a predchádzanie porúch
- » identifikácia a odstraňovanie porúch
- » elektro údržba, vykonávanie opráv a kontrol po stránke elektrickej a elektronickej ostatných strojov na prevádzke polygrafickej výroby

POŽIADAVKY:

- » pracovné skúsenosti s obsluhou strojov vo výrobe
- » manuálnu zručnosť a starostlivosť
- » vyučenie alebo skúsenosti v polygrafickom obore výhodou (zaučíme)
- » Vyhláška 508/2009 Zb.z. §21, Vyhláška 508/2009 Z.z. § 22 - samostatný elektrikár
- » technické myslenie a snahu učiť sa nové veci

BLIŽŠIE INFORMÁCIE:

- » miesto výkonu práce - Trnava
- » možnosť pracovať aj na vedľajší PP / SZČO
- » dvojzmenná prevádzka

PONÚKANÝ PLAT:

- » základná zložka mzdy od 1 400 € (brutto) / mesiac podľa skúseností a zručností uchádzača + variabilná zložka



0908 979 394



kascak@regionpress.sk

REGIONPRESS, s.r.o.
Mikovního 10
917 01 Trnava

Farmaceut je váš odborný partner v starostlivosti o zdravie

Máte zvýšený tlak alebo obavy z chrípky? Nemusíte hneď bežať k lekárovi. V BENU Lekárni v NC Molo Pezinok vám skúsení farmaceuti poradia, urobia rýchle vyšetrenia a odporúčia ďalší postup. Výsledky máte okamžite - bez čakania, bez stresu.



Keď vstúpite do lekárne, nehľadajte len lieky. Hľadáte istotu, že vaše zdravie je v dobrých rukách. Moderná farmácia dnes prináša oveľa viac než len dostupnosť liekov a výživových doplnkov - ponúka služby, poradenstvo a individuálny prístup, ktoré tvoria základ kvalitnej starostlivosti. Farmaceut je odborník, ktorý stojí pri vás. Pomôže vám správne užívať lieky, upozorní na možné interakcie a poradí, ako podporiť liečbu vhodnými doplnkami. Vďaka jeho znalostiam sa vyhnete chybám, ktoré môžu ohroziť vaše zdravie.

Čo všetko vám lekárne dnes ponúka?

Súčasťou služieb sú preventívne vyšetrenia a odborné konzultácie, ktoré pacientovi prinesú okamžité informácie o zdravotnom stave. K najžiadanejším vyšetreniam patrí meranie glykémie (hladiny cukru v krvi), krvného tlaku či CRP. Práve CRP vyšetrenie je v čase chrípkovej sezóny najviac vyhľadávané, nakoľko pomáha rozlíšiť či má pacient vírusovú alebo bakteriálnu infekciu a teda odhaliť, či je žiaduce použitie antibiotík.

Pri vyšetreniach v BENU lekárňach dostanete viac ako len číslo

Súčasťou poskytovaných služieb v lekárni sú aj vyšetrenia

zamerané na prevenciu niektorých závažných ochorení, ktoré prispievajú k ich včasnému zachyteniu a nasmerovaniu pacienta k lekárovi. „Do Pezinka prinášame aj skriningové vy-



šetrenie zamerané na prevenciu vzniku cukrovky a infarktu, či vyšetrenie lipidového profilu, ktorý hodnotí riziko vzniku kardiovaskulárnych ochorení. V budúcnosti plánujeme rozšíriť služby lekárne aj o testovanie kognitívnych funkcií, teda pamäti pre ľudí nad 50 rokov. Týmto testom dokážu lekárnici včas odhaliť príznaky Alzheimerovej choroby a prispieť k lepšej kvalite života našich pacientov,“ hovorí PharmDr. Radovan Baláž z BENU Slovensko. Výsledky

aj týchto vyšetrení sa pacient dozvie hneď na mieste, farmaceut ich vysvetlí a odporučí ďalší postup, prípadne návštevu lekára, ktorý môže stanoviť diagnózu.

Prevenia dostupná pre všetkých

Zmyslom skriningových vyšetrení je podporiť a motivovať pacientov k aktívnej starostlivosti o svoje zdravie a zdravie svojich blízkych vo vymedzenej diskretnej časti zdravotníckeho zariadenia ako je práve lekárne. V samostatnej konzultačnej miestnosti sa farmaceut pacientovi venuje a vie s ním prebrať aj citlivé otázky zdravia. „Postupujeme podľa stanovených a schválených štandardov. Pacientovi

sa snažíme pomôcť, aby nebol stratený a nasmerovali sme ho. Sú pacienti, ktorí podceňujú príznaky choroby, ale sú aj takí, ktorí by chceli užívať antibiotiká aj v situáciách, keď to nie je potrebné. Samozrejme, musím podotknúť, že lekárnici nie sme tí, čo stanovujú diagnózy. Nebudeme v tomto suplovať lekárov, ale chceme im byť nápomocní,“ uviedla farmaceutka BENU PharmDr. Júlia Chomistová.

Vyšetrenia v lekárni nenahrádzajú preventívne prehliadky u lekára; naopak, pacienta motivujú k absolvovaniu pravidelných a kompletných preventívnych prehliadok v ambulancii všeobecného lekára. U liečených pacientov môže farmaceut odbornými vyšetreniami sledovať úspešnosť a bezpečnosť liečby, poskytnúť informácie o potenciálnych liekových interakciách a podporiť odporúčania lekára v oblasti životného štýlu a potrebu pravidelného užívania indikovaných liekov.

Navštívte BENU Lekárne v NC Molo Pezinok ešte dnes a opýtajte sa farmaceuta, ako vám môže pomôcť cítiť sa lepšie. Vaše zdravie je naša priorita!

BENU

Jedlé gaštaný pre zdravé srdce, mozog i kosti

Je tu sezóna gaštanov

Vôňa pečených gaštanov sa nám už tradične spája s jesenným a zimným obdobím a najčastejšie si ich vychutnávame na vianočných trhoch. Pripraviť si túto skvelú pochúťku však môžeme aj doma, alebo jedlé gaštaný použiť pri výrobe veľmi chutných dezertov. Prinášame tipy, ako sa to podarí.

Gaštaný sú plody gaštana jedlého. Majú lahodnú, jemne sladkú chuť a sú bohaté na živiny. Zakúpiť si tieto plody môžeme v obchodoch. Ak by sme si chceli nazbierať gaštaný sami, na Slovensku nájdeme zopár lokalít kde rastú.

Účinky na zdravie

„Gaštaný sú zdrojom vitamínu C a vitamínov skupiny B. Taktiež sú zdrojom minerálov ako draslík, meď a horčík. Navyše sú bohaté aj na vlákninu,“ hovorí MUDr. Šranková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava. „Gaštaný prispievajú k podpore zdravého srdcovo-cievneho systému tým, že draslík a horčík pomáhajú regulovať krvný tlak. Konzumáciou gaštanov podporíme zdravú funkciu mozgu, keďže sú bohaté na vitamíny skupiny B, ktoré sú priamo spojené so

u osôb na ne citlivých spôsobí tráviace problémy, ako podráždenie žalúdka či nevoľnosť, alebo iné komplikácie, najmä u ľudí s ochorením pečene alebo obličiek. Preto je lepšie ich tepelne upraviť,“ odporúča odborníčka.

Spracovanie

Pečené jedlé gaštaný sú veľmi obľúbené, môžete ich však tiež kandizovať či variť. Po tepelnej úprave ich môžete pridávať do šalátov, plniek, polievok a dezertov.

Upečte si gaštaný

Poznáme viacero spôsobov, ako pečené gaštaný pripraviť. Niektorí gaštaný pred pečením povaria chvíľu vo vode a potom upečú, iní ich podlievajú vodou počas pečenia priamo na plechu, ďalší ich pečú nasucho.

Recept na pečené gaštaný

Gaštaný narežte ostrým nožom na špičku do krížika. Rezy by mali byť hlboké asi 4 až 5 mm, aby sa gaštaný po upečení dali dobre ošúpať. Takto narezané ich vložte do hrnca, zalejte studenou vodou, pridajte môžete aj trošku soli a dajte variť. Keď voda chvíľu vrie, gaštaný odstavte zo sporáka a



Gaštaný sú plody gaštana jedlého.

zdroj foto SalvatoreMonetti pixabay

Postup:

Piškóty pomocou valčeka rozdrvíme na prášok. Gaštanové pyré roztláčime vidličkou a vložíme do misky. Pridáme k nemu podrvené piškóty, vanilkový aj práškový cukor, roztopené vychladnuté maslo a rum. Zmes zmiešame tak, aby nám vzniklo pevné cesto, z ktorého vytvarujeme gulôčky. Pokladíme ich na plech vystlaný papierom na pečenie a prelejeme polevou tenkými pramienkami.

Poleva: Smotanú zahrejeme na sporáku, vložíme kocky čokolády a necháme roztopiť.

Náš tip:

Po zaschnutí polevy, povkladáme gulôčky do papierových košíčkov.

GAŠTANOVÁ ROLÁDA

Suroviny:

Na cesto: 5 vajčiek, štipka soli, 120 g práškového cukru, 50 ml rastlinného oleja, 80 g polohrubej múky, 50 g kakaa

Na plnku: 250 g gaštanového pyré, 250 ml smotany na šľahanie

Na polevu: 100 g čokolády na varenie, 80 ml smotany na šľahanie

Postup:

Vajčka si rozdelíme na bielky a žĺtky. Bielky v miske vymiešame so štipkou soli na sneh, pričom postupne pridávame aj cukor. Do tejto hmoty následne zašľaháme žĺtky. Za stáleho miešania do zmesi po troške prilievame olej. Na záver ručne vmiešame preosiatu múku a kakao. Cesto vylejeme na plech vystlaný papierom na pečenie a pečieme pri 180 °C približne 15 až 20 minút. Upečené cesto oddelíme zrolujeme a necháme vychladnúť.

• Zmäknuté gaštanové pyré vložíme do misky a roztláčime vidličkou. Následne prilievame postupne smotanú a miešame, kým nám nevznikne tuhý krém.

• Vychladnuté cesto rozrolujeme a natrieme do 2/3 gaštanovou plnkou. Opäť zrolujeme, zabalíme do alobalu a dáme stuhnúť do chladničky aspoň na tri hodiny.

• Čokoládu nalámeme na menšie kúsky, vložíme do misky a zalejeme smotanou. Necháme ju rozpustiť nad parou.

• Pred podávaním roládu polejeme čokoládovou polevou.

» ren



Vychutnajte si pečené gaštaný.

zdroj foto makamukio pixabay

správnym neurologickým vývojom a funkciou. Draslík pomáha zvýšiť prietok krvi do mozgu a podporí tak zdravie nervového systému,“ objasňuje odborníčka a dodáva, že vláknina obsiahnutá v gaštanoch pomáha hromadiť stolicu, uľahčuje jej prechod, a tak pomáha v prevencii zápchy, prispieva k pocitu plnosti, čo môže pomôcť pri regulácii hmotnosti. Tieto chutné plody môžu byť nápomocné aj pri kontrole hladiny cukru v krvi. Síce obsahujú väčšie množstvo sacharidov, avšak vláknina v nich obsiahnutá zaisťuje, že telo sacharidy vstrebáva pomaly a tým pomáha zabrániť prudkému nárastu hladiny cukru v krvi. Gaštaný sú taktiež dobré pre zdravie kostí. „Meď je mimoriadne dôležitá pri absorbovaní železa, ktoré je nevyhnutné pre rast a vývoj kostí a horčík je potrebný na podporu ich minerálnej hustoty,“ približuje MUDr. Šranková.

Pozor!

Pamätajte na to, že surové gaštaný obsahujú vysoký obsah trieslovín. „To môže

scedť ich. Rúru rozohrejte na 200°C. Gaštaný presypte do pekáča, ktorý ste predtým vystlali papierom na pečenie. Gaštaný pečte v rúre približne 20 až 25 minút a počas pečenia plechom občas potriasajte. Po vytiahnutí gaštanov z rúry ich zakryte utierkou a nechajte 10 minút chladnúť. Ešte teplé ich očistite, so studenými by to už nešlo.

Náš tip:

• Dajte si záležať aj na výbere gaštanov a kupujte čerstvé a zdravé plody. Spracujte ich čo najskôr.

• Pozornosť venujte aj tomu, ako gaštaný narežete. Správne narezanie gaštanov je pri ich pečení veľmi dôležité najmä preto, aby gaštaný počas pečenia v rúre nevybuchovali.

GAŠTANOVÉ GULÔČKY

Suroviny: 120 g piškóty, 250 g gaštanového pyré, 1 vanilkový cukor, 2 lyžice práškový cukor, 40 g maslo, 1 lyžica rumu, 100 ml smotany na šľahanie, 50 g čokolády



Gaštaný sa hodia na prípravu chutných dezertov.

zdroj foto oxCoffe pixabay



49,04€

Gucci Guilty
Parfumovaná voda 50 ml

Notino.sk



45,99€

Zastrihávač Philips OneBlade
360 QP2724/31

drmax.sk



1.299,00€

Pákový kávovar Lelit Mara X
PL62X V2

Domkavy.sk



29,99€



PARKSIDE PERFORMANCE®
Smart akumulátor 20 V/4Ah

Lidl.sk



14,78€

Musetti zrnková káva
Gentile - 500g

Domkavy.sk



1016,48€

Plne vstavaná umývačka
riadu Siemens 60 cm

Siko.sk



55,00€

Krycia plachta na traktorovú
kosačku (logo STIGA)

trtechnic.sk



29,99€



SILVERCREST® KITCHEN TOOLS
Vákuovačka SV 125 C7

Lidl.sk



39,00€

Fieldmann FZF 4030-E
elektrický záhradný vysávač

Tibi.sk



28,99€

Hranatá rajnica FLORINA
NELIO, 4L

4.home.sk



4,09€

Emos LED žiarovka
Classic MR16 , GU10, 3W (40W)

Obi.sk



24,99€
55,99€



REMINGTON Zastrihávač Edge
Personal Groomer PG6032

Lidl.sk

www.TonerPartner.sk



24,34 €



HP 44A
Toner PREMIUM, čierny

37,34 €



HP 106A
Toner PREMIUM, čierny
s čipom

12,32 €



HP 650-XXL
Cartridge PREMIUM,
čierny

Chcete ušetriť na toneroch? Pri objednávke v e-shope www.tonerpartner.sk zadajte v nákupnom košíku zľavový kód **OPLATISA** a získajte zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.

Predávajte alebo nakupujte
na online trhovisku:

www.oplatisa.sk

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

Stannah

Ponuka
Darček v hodnote až 200,- €

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁŽKA

BOMBA FASÁDA

www.bombafasada.sk +421 905 148 393 info@bombafasada.sk

Sloboda nepozná vek.

Keď sa zhorší mobilita a každý krok je náročný, schodisková stolička Stannah môže byť riešením, ktoré vám pomôže zostať nezávislý a žiť naplno vo vlastnom domove.

Pre ŤŽP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výťahu peňažný príspevok od štátu.

Pretože Stannah zmení Váš život.

*Táto ponuka je k dispozícii do 05.12.2025 a nie je platná s inými kampaniami alebo ponukami.

0800 162 162

www.stannah.sk

UŽ OD 499 €

DARČEK ZADARMO 4L HNOJIVA

galerica

ODOLNÉ SKLENÍKY Z POLYKARBONÁTU

	Š x V x D	
GRETA TIP	2 x 2 x 4 m	499 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	599 €
GALA	3 x 2 x 4 m	469 €
GENIO	3 x 2,07 x 4 m	499 €
GARANT	3 x 2,07 x 4 m	599 €
GULLIVER	3 x 2,07 x 4 m	669 €
GOLIÁŠ	3 x 2,1 x 4 m	749 €
GORAL	3 x 2,3 x 4 m	749 €
GALINA	3 x 2,27 x 4 m	899 €

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

- o DOPRAVA ZADARMO
- o JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

SOS STREŠNÉ PRÁCE
Tesár, klampiár, pokrývač

Pokrývačské práce
Nové strešné konštrukcie, Opravy
Izolácia plochých striech
Klmpiarske práce, Zateplenie

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA

Zľava 15% na objednávky prác do 31.12.

KONTAKT: +421 918 081 699

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí do roku 1945

Celá SR

0904 474 597
vykupparoziaeu@gmail.com

čujte.sk

Čítajte nás

www.cujte.sk

letáky | vizitky | plagáty | etikety | katalógy | kalendáre | spravodaje | časopisy

PONUKA TLAČE

www.regionpress.sk

REGION PRESS

Oplatí sa.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!