

# PEZINSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 22 970 domácností

DOVOZ NA ADRESU


  
18 týž. mládky,  
brojlerové kuriatka  
www.hydinashop.sk  
0905 207 059

**KÚPIM ORNÚ PÔDU** aj podiely  
Rýchle a seriózne jednanie, platba v hotovosti  
☎ 0950 713 550

**Daňové priznanie F0, P0 za rok 2025**  
**Vedenie účtovníctva F0, P0**  
0948 528 582

Predajňa Krmných zmesí v Budmericiach

prijíma objednávky na PREDAJ HYDINY

V ponuke budú: **16-týždňové nosnice Dominant** farby: hnedá, sussex, jarabata, čierna, modrá a leghorn, obľúbené GreenShelly a DarkShelly, sliepočky znášajúce vajčka zelenej a tmavohnej skupiny.



Od februára je možnosť objednania: **1-dňových brojlerkov ROSS 308, 2-týž. brojlerových káčat a húsat a 6-týž. moriakov typu BIG 6.**

Nájdete nás: **Budmerice, nám. R. Fábryho**  
Bližšie info: **0948 256 789** 📍 Krmné zmesi Budmerice

... tešíme sa na vašu návštevu



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. 1 470 € - 2 120 €** od skúseností a zručností uchádzača

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

**Mzda: min. 1 250 € - 1 620 €** od skúseností a zručností uchádzača

## Požiadavky:

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

Mzda vrátane príplatkov do 290 € 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 € - 2 300 €** 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

Bližšie informácie:

tel.: 02/49493 853, 02/49493 854, 02/49493 111,  
e-mail: [kariera@grafia.sk](mailto:kariera@grafia.sk), [www.grafia.sk](http://www.grafia.sk)

- Vypratávanie domov, bytov, garáží, povál, pivníc
- Búracie práce
- Likvidácia nebezpečného odpadu
- Pílenie stromov
- Čistenie fasád, striech
- Renovácie hrobov, nápisov

0902 266 147



**PO - PIA:**  
**9.00 - 16.00 H**

FRANTIŠKÁNSKA 4, TRNAVA  
**KAMENÁRSTVO**  
**KAMEX**

NAJVÄČŠÍ VÝBER VYSTAVENÝCH POMNIKOV V REGIÓNE

**JANUÁR - NAJVÄČŠIE ZĽAVY V ROKU 2026**

ZADARMO:

DOPRAVA, ZAMERANIE, NÁVRH PÍSMO, VÁZA + SVIETNIK, IMPREGNÁCIA, CHODNÍKY, ODVOZ STARÉHO HROBU

☎ 0903 792 674 🌐 [KAMEX.SK](http://KAMEX.SK)

**Výroba sedadiel z polyuretánovej peny pre lietadlá a vlaky**

Vita®

metzo  
New Airline Seats Division

**HĽADÁME OPERÁTOROV VÝROBY:**

- ✓ Ponúkame prácu vo výrobe v dvojzmennej prevádzke
- ✓ Stabilné pracovné miesto v nadnárodnej spoločnosti
- ✓ Práca v priateľskom a čistom prostredí
- ✓ Práca vhodná pre ženy a mužov
- ✓ Ponúkame rôzne benefity, bohatý sociálny program
- ✓ Bonusový systém až do výšky 20%
- ✓ Možnosť kariérneho rastu
- ✓ PONÚKANÁ hrubá mzda 1200 €
- ✓ Dochádzkový bonus 100 €
- ✓ Doprava zabezpečená



✉ [hr@metzo.com](mailto:hr@metzo.com)

☎ +421 905 797 371

Nachádzame sa na Dialničnej ceste 3981/18, Senec

EURO JACKPOT

**HRAJ O FANTASTICKÝ JACKPOT AŽ DO VÝŠKY**

**120 000 000 €**

TIPOS  
Vaše výhry, naša radosť

HRAJ S ROZVAHOU 18+

Bezplatný týždenník

# PEZINSKO

EV 6229/24

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

Ročník III, rok 2026

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

## INZERCIA

Zora Kovačová 0905 719 132  
Luboš Bugyi 0904 926 876  
Mgr. Barbora Knapová 0910 973 657  
Peter Bukovinský 0905 915 040

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



DISTRIBÚCIA (22.970 domácností)

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



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	34320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34390	GALANTSKO-SĀLIANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREĀNSKO
KM	16450	KOMÁRĀNSKO
LV	30580	LEVICKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZĀMOCKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIĀSTANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENIĀCKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOĀCIANSKO-PE-BN
TN	60750	TREĀCIANSKO-DĀA-IL
TT	49930	TRĀVSKO
ZM	20930	ZĀTOMORAVSKO

### Stredné Slovensko

BB	56200	BĀNSKOBYSTRICKO-BR
KY	29300	KYSUCKO-ĀA-KM
LI	37270	LIPTOVSKO-LM-RĀ
LC	30860	ĀUCĀNEĀKO-VĀ-PT
MT	38570	MĀRTINSKO-TR
OR	34980	ORĀVSKO-DĀ-NO-TS
PB	33590	POVĀŽSKO-PB-PU
PD	40150	PRIĀVIDSKO
ZV	38400	ZVOLENSKO-DĀ-KĀ
ZH	26880	ŽĀRSKO-ZĀ-BĀ
ZA	50780	ZĀLINSKO-BY

### Východné Slovensko

BJ	37210	BARĀEJOVSKO-SĀ-SĀ
GE	30830	GĀMERSKO-RV-RĀ-RA
HU	27190	HUMĀNSKO-VĀ-SV-MĀ
KE	92130	KOŠICKO
KS	24900	KOŠICKO okolie
SL	12940	LUBOVĀNIANSKO
MI	31260	MĀĀHALOVSKO-TV-SO
PP	41520	POPRĀDSKO-KĀ
PO	49940	PREŠOVSKO-SĀ
SN	32540	SĀPĀSKO-ĀE-ĀL

## Auto, ktoré vozí nádej

Pondelky rána sú v škôlke v Carore tichšie než inokedy. Nie preto, že by sa deťom nechcelo hovoriť. Jednoducho nemajú z čoho čerpať energiu. Dôvod je prozaický a krutý zároveň: doma nebolo čo jesť.

Venezuela prežíva krízu a politickú nestotu. Asi 80 percent obyvateľov dnes žije v chudobe. Kto nemá príbuzných v zahraničí, ktorí by občas poslali peniaze, balansuje na hrane prežitia.

V diecéze Carora stoja v prvej línii rehoľníčky z Misijnej asociácie Ježiša a Márie. V ich starostlivosti našlo domov tridsať dievčat, ktorým rodičia zomreli alebo ich opustili. Niektoré z nich si nesú skúsenosť s násilím, ktoré by žiadne dieťa nemalo poznať. U sestier sa učia znovu dôverovať ľuďom aj svetu.

Popri tom sestry prevádzkujú škôlku pre osemdesiat detí. Nie je to len priestor na učenie a hru. Pre mnohé deti je toto jediné miesto, kde sa počas týždňa poriadne najedia. Sestry hovoria otvorene: keby škôlka nefungovala, niektoré deti by hladovali.

Pomoc v Carore sa však nekončí pri deťoch. Sestry navštevujú chorých a starých, starajú sa o bezdomovcov a rodiny, ktoré stratili všetko. Sú tam, kde iní už nechodia.

Aby mohli pomáhať aj materiálne – po-

travinami, oblečením či liekmi –, musia sestry pravidelne cestovať až ku kolumbijskej hranici. Je to 460 kilometrov tam a späť. V samotnej Venezuele sa mnohé základné veci nedajú zohnať. Okrem toho vyrážajú do odľahlých dedín. Často pritom vo svojom aute prevážajú chorých, ktorí by sa inak k lekárovi nedostali.

Staré vozidlo, ktoré mali k dispozícii, už túto záťaž nezvládalo. Poruchy, zdržania, obavy, či sa vôbec vrátia. Obrátili sa preto na nadáciu ACN – Pomoc trpiacej Cirkvi. Vďaka štedrosti dobrodincov dostali nové, odolné terénne vozidlo. Pre sestry to znamená viac než len spoľahlivý motor. Znamená to viac ciest, viac pomoci, viac ľudí, ku ktorým sa dostanú včas. Sestra Yamile je vďačná: „Nech Boh požehnáva všetkých, ktorí umožňujú toto dielo milosrdenstva a pomáhajú Venezuelčanom niesť ich utrpenie.“ [www.acnslovensko.sk](http://www.acnslovensko.sk)



zdroj foto ACN  
» ACN

## Bezpečne na ľade

Zima je obdobím, kedy mnohí vyfahujú korčule a využívajú možnosť užiť si korčuľovanie na zamrznutých prírodných vodných plochách. Odborníci z Vodnej záchrannej služby Liptovský Mikuláš vyzývajú k obozretnosti a odporúčajú osvojiť si päť pravidiel bezpečného korčuľovania na zamrznutých vodných plochách.

No toto si treba dať pozor:

- Nikdy nechoďte korčuľovať sami. Pred vstupom na ľad ho vizuálne skontrolujte. Hľadajte praskliny, nerovnosti a iné príznaky slabého ľadu.

- Vyskúšajte ľad pri brehu - urobte do neho dieru sekáčikom, sekerou alebo vrtákom, aby ste zistili jeho hrúbku. To je najkritickejší faktor.

Odporúčania sú:

- jeden človek: aspoň 10 cm
- malá skupina (4 – 5 ľudí): aspoň 12-15 cm
- väčšia skupina - aspoň 20 cm

- Pomaly postupujte ďalej od brehu a priebežne skúšajte tuhosť ľadu. Pozorne počúvajte zvuky, ktoré ľad vydáva. Tupé zvuky alebo praskanie môžu naznačovať jeho potenciálne oslabenie. Oslabiť ho môžu napríklad teplé pramene, ktoré nie sú viditeľné nad hladinou.

- Ak okolo vás začne ľad praskať, ľahnite si a roztriahnite končatiny, aby ste svoju váhu čo najviac rozložili. Postupne sa doplzte na bezpečnejšie miesto.

- Vždy uprednostňujte bezpečnosť a nikdy zbytočne neriskujte. V prípade pochybností si nájdite iné miesto na korčuľovanie alebo počkajte na priaznivejšie podmienky.

Ak ste svedkom nehody - volajte tiesňovú linku 112. Pomáhajte iba z bezpečnej vzdialenosti.

Zdroj informácií  
Slovenský červený kríž / Fb

» ren



zdroj foto JillWellington pixabay

## Predaj mladých nosníc

7-týždňové vysokoznáškové mládky plemeno DOMINANT



Predaj kýmnych zmesí

NOVINKA - DOMINANT GREENSHELL

OBJEDNÁVKY UŽ PRIJÍMAME

Dovoz priamo na adresu OD MARCA

Farma Frajkovci: 160 Veľčice

0940 658 399  
0905 355 145  
farmafrajkovci@gmail.com • www.farmafrajkovci.sk

## STRECHY MONTÁŽ VÝMENA

- Plech, škridla, šindel
- Výmena krovvov
- Hydroizolácie striech
- Výmena rín, zvodov
- Nátery striech
- Oplechovanie komínov
- Výmena korýtok
- Podbitie striech
- Likvidácia azbestu

## MURÁRSKE PRÁCE

- Zateplenie domov
- Rekonštrukcie bytov, domov
- Jadrá, kúpeľne, obklady
- Voda, plyn, kúrenie
- Elektroinštalácie
- Sadrokartóny, omietky
- Podlahy, stierky, maľovky
- Potery, murovky, prístavby
- Búracie práce

0948 107 877



Po prečítaní noviny odhodte do triedeného odpadu / PAPIER /

## Riadková inzercia

### 1 AUTO-MOTO

»ZA UCELOM ROZSIRENIA ZBIERKY KUPIM STARY PIONIER JAWA 05 JAWA 20 JAWA 21 MUSTANGA BABETU SIMSONA MOPED STADION AJ POKAZENE DLHO Odstavene PRIPADNE DIELY SOM ZBERATEL 0915 215 406

### 2 ELEKTRO, TECHNIKA

»KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

### 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 riadkový 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 spoločne 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 neuverejňujeme. V prípade záujmu o zverejnenie tohto typu inzerátu kontaktujte našich obchodníkov. SMS je možné podať aj v novinách v iných regiónoch. V takom prípade nahraďte písmena „PK“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži. (Službu platbarnobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

## Revolúcia vo svete fitness dorazila na Slovensko



- Viac ako 500 cvikov so záťažou do 100 kg na všetky časti tela v jedinom stroji
- Futuristický dizajn s minimálnym nárokom na priestor
- Cvičenia si môžete nastaviť sami alebo sa necháte viesť umelou inteligenciou
- Na veľkom displeji uvidíte ukážky ako cvičiť a potom priebeh vášho výkonu
- Stroj je prepojený s mobilnou aplikáciou, ktorá zaznamenáva Vaše cvičenia a umožní plánovať ďalšie

**IMBODY SPORT**  
www.imbodysport.sk  
INFORMÁCIE: +421 904 896 262



## VŠESTRANNÉ VYUŽITIE

### FITNESS CENTRÁ

Cvičenie s trénerom aj individuálne  
Od jednoduchých po komplexné cviky

### DO DOMU A BYTU

Využitie pre celú rodinu. Stačí minimum priestoru. Cvičíte kedy chcete

### REHABILITÁCIA

Kontrolovaný pohyb, progresívna záťaž, bezpečná spätná väzba

### ŠPORTOVÉ KLUBY

Pokročilé funkcie pre profesionálov a kondičných trénerov

### HOTELY & WELLNESS

Prémiový zážitok, minimum priestoru, maximálna pridaná hodnota

## Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie. Celosvetové štúdie preukázali, že správne užívanie kolagénu pomáha pri súvislosti so starnutím a pohybovými problémami.

Kolagén je bielkovina, ktorú tvorí skladba 19 aminokyselín prospešných pre ľudský metabolizmus a jeho správne fungovanie. Tieto bielkoviny sú dôležitým stavebným prvkom.

Ľudské telo si už od útleho veku dokáže kolagén vytvárať samo a však pribúdaním veku je tvorba tejto bielkoviny v našom tele stále slabšia a slabšia. Bolo preukázané, že už pri dosiahnutí 18 roka života je vo väčšine prípadov tvorba vlastného kolagénu takmer nulová. Každý metabolizmus si dokáže robiť zásoby kolagénu, ktoré sa však vstrebávajú u každého jedinca rôzne a podľa toho sa odvíja zásoba kolagénu a s tým spojené vyživovanie pohybového aparátu a pokožky. V dnešnej dobe existujú formy kolagénu, ktoré si vieme načerpať užívaním rôznych výživových doplnkov s obsahom kolagénu.

Rybí a hovädzí kolagén sú veľmi dôležitým stavebným prvkom v oblasti zdravej kĺbovej výživy, podpory správneho fungovania pohybového aparátu, zdravej pokožky, krásnych vlasov a silných nechtov.

Hovädzí kolagén tvoria 2 typy kolagénu a to I a II, tieto kolagény sú neoddeliteľnou súčasťou v raste, obnove a rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom



užívaní predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolyzácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známkov starnutia.

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénu, v ktorých sú obsiahnuté zložky v navýšených denných dávkach. Denná dávka kolagénu forte 2 v 1 obsahuje až 6 800 mg kolagénu s pridaným vitamínom C. Denná dávka hovädzieho kolagénu forte obsahuje až 8 000 mg kolagénu s pridaným MSM Opti+. *text: Medika Expert*

**MEDIKA  
EXPERT**

Objednávajte  
teraz:  
www.medikaexpert.sk

Alebo volajte:  
0904 552 345



Vaše výhry, naša radosť

**EURO  
JACKPOT****HRAJ O FANTASTICKÝ  
JACKPOT AŽ DO VÝŠKY****120 000 000 €****HRAJ  
ZODPOVEDNE 18+**

Zákaz hrania hazardných hier osobám mladším ako 18 rokov.  
Hazardné hry predstavujú riziko vysokých finančných strát.  
Nadmerné hranie prináša so sebou možné zdravotné riziká.  
Viac info na [www.tipos.sk](http://www.tipos.sk)

# Prípravte si gratinované alebo plnené pečené zemiaky

## Zemiaky sú chutnou a zdravou potravinou

Zemiaky sú na Slovensku základnou a v našej kuchyni aj veľmi často používanou surovinou. Keďže obsahujú veľa zdraviu prospešných látok, rozhodne by sme nemali zabúdať na ich konzumáciu. Tiež nie sú náročné na pestovanie a dokážu nás potešiť celkom slušnou úrodou. Ich výhodou je, že ich môžeme vysadiť na poličko, prípadne pestovať vo vreciach. Voľba je na nás. Pripraviť si z nich môžeme množstvo chutných a výživných pokrmov.

### ÚČINKY NA ZDRAVIE

Zemiaky obsahujú veľa zdraviu prospešných látok a tak prospievajú celému nášmu telu. Bohaté sú najmä na vitamíny A a C, vitamín B6 a sú tiež zdrojom viacerých minerálov a stopových prvkov, akými sú draslík, horčík, zinok, vápnik, fosfor, železo, meď, fluór, sodík či chróm.

### PESTOVANIE

Vhodný čas na výsadbu zemiakov je polovica až koniec apríla, ideálne po posledných mrazoch. Ak chceme dosiahnuť dobrú úrodu, mali by sme

objaviť známy škodca – pásavka zemiaková, môžeme ju na menšej ploche, odstrániť pravidelným ručným zberom.

### Náš tip:

Od pestovania zemiakov vás nemusí odradiť ani to, že nemáte záhradu. Pestovať túto obľúbenú plodinu môžete aj na balkóne či terase a to v nádobách, sudoch alebo vo vreciach.

### ZBER

To, že sú zemiaky už vhodné na zber a následnú konzumáciu či uskladnenie, spoznáme podľa vädnutia nadzemnej vňate, čo sa prejavuje aj žltnutím listov.

### SKLADOVANIE

Zemiaky vyberieme z pôdy, očistíme od zeminy a skladujeme najlepšie v prepravkách alebo papierových vreciach na tmavom vzdušnom a dobre vetrateľnom mieste, pri teplote + 4 až +8 °C.



Zemiaky môžeme piecť aj v alobale.

*zdroj foto RitaE pixabay*

si zakúpiť kvalitné sadbové zemiaky. Podľa toho, kedy plánujeme úrodu zberať, vyberáme vhodnú odrodu. Rozlišujeme veľmi skoré, poloskoré, skoré a neskoré. Veľmi skoré odrody majú najkratšiu dĺžku pestovania, niektoré len 65 dní, neskoré aj 130 a viac dní.

### Príprava pôdy

Zemiaky najviac obľubujú piesočnaté až hlinitopiesočnaté kypké pôdy. Skôr ako začneme s ich výsadbou, mali by sme si pripraviť pôdu, kvalitne ju zrýľovať a odstrániť burinu. Motykou si urobíme do pôdy brázdy vzdialené od seba 50 až 75 cm. Zemiaky sadíme klíčkami nahor tak, že ich vkladáme do hĺbky 4 až 20 cm, pričom sa snažíme dodržať rozstupy medzi zemiakmi 20 až 60 cm, podľa typu pôdy. Následne zemiaky zasypeme zemínou tak, že z nej vytvoríme malé kopčeky.

### Starostlivosť

V priebehu rastu treba zemiaky polievať, občas ich okopať a taktiež zbaviť poličko buriny. Ak sa na nich

### POUŽITIE

Zemiaky môžeme variť i piecť očistené alebo aj v šupke a pripraviť z nich rozličné polievky, prívary, prílohy či šaláty. Nesmieme však zabudnúť, že v prípade zemiakov rozlišujeme niekoľko varných typov a podľa nich by sme ich mali používať aj pri príprave našich pokrmov:

#### Varný typ A - šalátové zemiaky

Takéto zemiaky sú pevné a držia tvar a hodia sa preto najmä na prípravu šalátov. Sú ideálne aj na varenie či pečenie v šupke.

#### Varný typ B - prílohové zemiaky

Zemiaky tohto typu majú univerzálne použitie a hodia sa na prípravu všetkých zemiakových pokrmov.

#### Varný typ C - zemiaky na pyré a cesto

Zemiaky typu C obsahujú najviac škrobu zo všetkých typov, čo ich predurčuje na použitie pri príprave rôznych druhov cesta, ale tiež zemiakovej kaše či placiiek.



Zemiaky nie sú náročné na pestovanie.

*zdroj foto Couleur pixabay*

### Zmiešané typy

Ide o zemiaky typu AB alebo BC. Tie majú vlastnosti oboch vyznačených typov, pričom prvé písmeno označuje, ktorý typ dominuje.

### RECEPTY

#### Plnené pečené zemiaky

**Suroviny:** 8 zemiakov, 120 g mäkkého tvarohu, hrst strúhaného tvrdého syra, 80 ml smotany, trochu petržlenovej vňate alebo pažitky, mleté čierne korenie, soľ

#### Postup:

• Zemiaky umyjeme a osušíme. Z alobalu si pripravíme 8 štvorcov. Na každý štvorec položíme jeden zemiak aj so šupkou, poprepichujeme ho na pár miestach vidličkou, pokvapkáme olejom, osolíme, okoreníme a zabalíme. Potom preložíme na plech a pečieme v rúre vyhriatej na 200°C približne hodinu.

• Po upečení zemiaky z alobalu vyberieme a necháme ich mierne vychladnúť.

• Následne každý zemiak prekrájame pozdĺžne na polovicu a vydlabeme z neho časť dužiny. Tú v miske popučíme vidličkou a zmiešame s tvarohom a smotanou. Ochutíme soľou a korením. Vzniknutou zmesou naplníme vydlabané zemiaky, posypeme ich postrúhaným syrom a uložíme späť na plech. Takto naplnené zemiaky pečieme v rúre kým nie sú navrchu zlatisté a mierne chrumkavé.

• Podávame posypané čerstvou pažitkou alebo petržlenovou vňaťou.

#### Gratinované zemiaky

**Suroviny:** 1 kg múčnych zemiakov, 200 ml smotany na varenie a 250 ml mlieka, soľ, mleté čierne korenie, štipka muškátového orechu

#### Postup:

• Zemiaky umyjeme, osúpeme a nastrúhame alebo nakrájame na tenké kolieska. Formu na pečenie vymastíme maslom a postupne do nej vo vrstvách ukladáme plátky zemiakov. Každú vrstvu vždy osolíme a okoreníme. Postup opakujeme až kým spotrebujeme všetky zemiaky.

• Potom v hrnci zohrejeme smotanu a mlieko, pridáme nastrúhaný muškátový oriešok, dochutíme soľou a korením. Zemiaky zalejeme pripravenou smotanovou zmesou tak, aby boli všetky ponorené. Následne formu zakryjeme alobalom a pečieme pri teplote 160°C asi 40 minút. Potom alobal odstránime a pečieme ešte ďalších 20 minút tak, aby povrch zemiakov získal zlatistú chrumkavú kôrku.

#### Náš tip:

Plnené pečené zemiaky a rovnako aj gratinované zemiaky môžeme podávať ako prílohu k pečenému či grilovanému mäsu. Chutia však aj samotné, ako výborná ľahká večera. V tom prípade si k nim môžeme pripraviť zeleninový šalát. **» ren**



Gratinované zemiaky chutia skvelo.

*zdroj foto mactin pixabay*



69,60€

**Gucci Guilty**  
Parfumovaná voda 50 ml

Notino.sk



45,89€

**Zastrihávač Philips OneBlade**  
360 QP2724/31

drmax.sk



799,00€

**ASTORIA FORMA SAE2**  
čierna kat.b

Domkavy.sk



32,99€



**CRIVIT Dámska lyžiarska**  
bunda Glamour

Lidl.sk



14,78€

**Musetti zrnková káva**  
Gentile - 500g

Domkavy.sk



1019,54€

**Plne vstavaná umývačka**  
riadu Siemens 60 cm

Siko.sk



54,90€

**Krycia plachta na traktorovú**  
kosačku (logo STIGA)

trtechnic.sk



27,99€



**ULTIMATE SPEED®Nabíjačka**  
autobaterií 17 A ULG 17 B2

Lidl.sk



129,99€

**Elektrická snežná fréza**  
- HECHT 9014

Trtechnic.sk



39,99€

**BerlingerHaus grilovacia**  
panvica s pokrievkou

Kuchynovo.sk



4,09€

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

Obi.sk



15,99€



**CIEN Beauty Kozmetické LED**  
zrkadlo CKLK 6 A3

Lidl.sk

[www.TonerPartner.sk](http://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](http://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,- €

## 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 ŽP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výťahu peňažný príspevok od štátu.



Pretože Stannah zmení Váš život.

\*Táto ponuka je k dispozícii do 13.02.2026 a nie je platná s inými kampaniami alebo ponukami.

☎ 0800 162 162

www.stannah.sk

**EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD**  
PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁZKA

**BOMBA FASÁDA**

www.bomba-fasada.sk  
+421 905 348 393  
info@bomba-fasada.sk

**čujte.sk**

Čítajte nás:

www.cujte.sk

### POBYT PRE SENIOROV NA 5 NOCÍ PRE 6 OSÔB

#### BALÍK SLUŽIEB 1

5 NOCÍ 2 IZBY  
PRE 6 OSÔB

#### ZAHRŇA:

- ▣ ubytovanie (2x3 osoby / 1 izba)
- ▣ 4x vstup do termálov
- ▣ mestská daň
- ▣ doprava z miesta bydliska tam a späť (do 200 km)

**CENA NA OSOBU:**  
169 EUR

#### BALÍK SLUŽIEB 2

5 NOCÍ 3 IZBY  
PRE 6 OSÔB

#### ZAHRŇA:

- ▣ ubytovanie (3x2 osoby / 1 izba)
- ▣ 4x vstup do termálov
- ▣ mestská daň
- ▣ doprava z miesta bydliska tam a späť (do 200 km)

**CENA NA OSOBU:**  
215 EUR

V PRÍPADE ZÁJMU ZABEZPEČÍME RAŇAJKY ZA POPLATOK



### GARDEN APARTMÁNY

VEĽKÝ MEDER

www.gardenapartmany.sk

tel: +421 905 221 761

mail: info@gardenapartmany.sk

**Big bean**  
Coffee Masters

QR CODE: BIGBEAN.SK

### PRENÁJOM KÁVOVAROV

SANREMO D8	JURA X10	JURA E6	FIorenZATO F64
Profesionálny pákový kávovar	Veľký automatický kávovar	Malý automatický kávovar	Plnýček
10€N 60 € VIKEND 2-10 DNI 90 € 11-60 DNI 40 € 60 DNI+ 20 € 80 DNI+ 9 €	10€N 25 € VIKEND 2-10 DNI 35 € 11-60 DNI 20 € 60 DNI+ 15 € 80 DNI+ 7 €	10€N 20 € VIKEND 2-10 DNI 30 € 11-60 DNI 15 € 60 DNI+ 10 € 80 DNI+ 5 €	10€N 20 € VIKEND 2-10 DNI 30 € 11-60 DNI 15 € 60 DNI+ 10 € 80 DNI+ 5 €

### ČERSTVO PRAŽENÁ KÁVA

Pri pravidelných odberoch kávy, prenájom kávovaru zdarma.

<b>SINGLE ORIGIN</b> 100% ARABICA 250G	<b>SINGLE ORIGIN</b> 100% ARABICA 500G	<b>MISTERO BLEND</b> 80/20 500G	<b>VENETO BLEND</b> 1KG	<b>TOSCANA</b> 100% ARABICA 1KG
--	--	---------------------------------------	----------------------------	---------------------------------------

BIG BEAN, Logistická 6, 917 01 Trnava  
+421 910 315 415, info@domkavy.sk

Pondelok - Piatok: 08:00 - 16:30  
Jedná sa o nezáväznú B2B ponuku.

## OBJEDNAJTE POSLEDNÉ TEPELNÉ ČERPADLÁ DO KONCA JANUÁRA

ECO Energy  
info@ecoenergy.sk  
www.ecoenergy.sk

**VOLAJTE: 0909 131 131**



DOTÁCIU ODPOČÍTAME IHNEĎ

Tepelné čerpadlo Galmet Prima

**4790€\***

...nečakajte kým zdrazieme

VYUŽITE BEZPLATNÚ OBHLIADKU



POZOR CENA VRÁTANE MONTÁŽE

- neváhajte a zavolajte nám
- profesionálna montáž a servis
- vybavenie dotácie za Vás
- dlhoročná prax a skúsenosti

- s našim tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užite si komfort, pohodlie a teplo domova bez námahy
- dostupné verzie 6kw, 8kw, 10kw, 12kw a 16kw
- vhodné pre radiátory
- pracuje aj pri teplote -25°C
- 10kw verzia vykúri 180m2

