

Nominy



Editoriál





Milí čtenáři,

letošní rok je pro nás výjimečný hned v několika ohledech. Nominal totiž slaví 30 let! V tomto čísle našeho občasníku bychom se proto chtěli ohlédnout zpět a přiblížit vám, jak naše rodinná firma vznikla. O tom, s čím vším se Nominal potýkal, kdy už jsme to chtěli vzdát, a v čem se nám naopak dařilo, se dozvíte v rozhovoru se zakladatelem firmy Milanem Novákem, který stál v jejím čele celá tři desetiletí. Ode mne se zase dozvíte, co nás v nejbližší době čeká, jak se stavěl náš zbrusu nový výrobní areál a jaké jsou naše vize.

Kromě toho se můžete těšit na oblíbené recepty, článek a zábavné stránky pro děti. Kdo nás sleduje online, tomu neunikne, že na podzim spouštíme nový web a také jsme provedli redesign loga. Děkujeme všem zákazníkům, kteří dávají naší práci smysl, a doufám, že nás čeká spousta dalších společných let. Budu moc ráda, když se potkáme i osobně v naší nové podnikové prodejně a bistro v Kozlově nebo na trzích a jarmarcích, které pro vás už teď plánujeme.

Přeji vám příjemné čtení,

Ivona Hofmann
Ivona Hofmann



Je to jako běžet
závod a konečně
ho doběhnout...

Nominal slaví třicet let a jeho zakladatel Milan Novák předává vedení firmy mladší generaci. Jak to všechno začalo, s čím se rodinná firma na své cestě potýkala a jaká je vize do budoucna?



Milan Novák

Jaké byly začátky Nominalu?

Když přišla revoluce, bylo mi krátce po třicítce. Vždycky jsem chtěl začít hospodařit, pocházím ze zemědělské rodiny, a tehdy se naskytla příležitost odkoupit od tátovy sestřence statek ve Vídni na Vysočině. Já jsem do toho šel s nadšením, i když rodiče byli skeptičtí. Tehdy strašně rostly všechny vstupní ceny do zemědělství, ale cena výrobků zůstávala stejná. Byli jsme navíc bez jakéhokoli vybavení a to stavení byla úplná ruina.

A v tu dobu přišel nápad začít vyrábět kaše?

Chtěl jsem zemědělským výrobkům dodat nějakou přidanou hodnotu a volba padla na instantní obilné kaše. Navíc přišla možnost získat dotaci na nákup technologie a na opravu objektu. Svěpomocí jsme pak rozjeli první výrobu. Bylo to docela divoké – neměli jsme žádnou zkušenost s obchodem ani s propagací. Situace se transformovala, firmy vznikaly a zanikaly, přicházely úplně nové produkty a my jsme hledali nějaké „svoje“ místo na trhu. V Česku všude scházelo zboží, dovoz ještě nefungoval a byla velká poptávka, sortiment byl zoufale malý, ale málokdo byl ochotný za zboží zaplatit. Bylo to pro nás hodně ztrátové období. Jednu chvíli jsem už byl rozhodnutý to položit.

Cestu k prvním zákazníkům jste si ale nakonec našli...

Začínali jsme v klasických samoobsluhách, menších soukromých obchůdkách, které vznikly z bývalých Jednot. Zásadní milník pro nás přinesly až zdravotníky – síť prodejen se zdravou výživou. V Praze CountryLife, v Jihlavě

Natural Jihlava. Ti se stali našimi prvními solidními partnery a my jsme díky tomu mohli začít reálně plánovat a kalkulovat. Zároveň nás držely nad vodou dodávky „crispies“ do müsli tyčinek. I když nám trvalo docela dlouho, než jsme vyvinuli dobrý produkt, museli jsme s naším starým extrudérem hodně experimentovat.

Profilovali jste se od počátku jako značka zaměřená na zdravou výživu?

Ano, v tom jsme měli jasno. Kombinovali jsme pěstování vlastních plodin, výrobu a obchod. Pracovně to bylo velmi náročné, sezóna na polích plus řešit prodej a chod celé firmy. Doma jsem se moc nezjevoval. Zpětně vidím, že to bylo za cenu toho, že jsem šidil čas s rodinou. Všechny krize jsme ale našťastí zvládli.

Za jakých podmínek jste firmu rozjžděli?

To byla doslova hrůza. Chyběli lidé s jakoukoli zkušeností, ze začátku jsme měli i obrovské výkyvy ve výrobě. Někdy jsem nevěděl, čím lidi zaměstnat, a pak se zas nakupily objednávky, které jsme neměli jak zvládnout. Navíc jsme byli v situaci, kdy jsme si nemohli dovolit nic odmítnout. Často jsem byl i já ve výrobně přes noc.

Kdy se do chodu firmy zapojily vaše tři děti?

Původně jsme naše kaše prodávali jen v potištěných sáčcích. Ivona přišla s nápadem redesignu krabiček, na které se vejde mnohem více informací a také lépe vyhovovaly potřebám zákazníků i řetězců. V té době už byla velká konkurence a design hrál důležitou roli. Ve

firmě působila i dcera Dita, zeť Filip na pozici obchodního ředitele, rostlinnou výrobu má na starost syn Filip, takže jsme velmi úzce propojeni.

Jak probíhají rodinné porady?

Společně řešíme strategii a další klíčové věci. Původně jsem dělal všechno sám, ale s rozmachem firmy už jsem to nemohl celé obsáhnout. V tom mi hodně pomohl vstup dětí do firmy. Měly od začátku moji důvěru a velkou volnost. Hodně řešíme i spokojenost zaměstnanců, záleží nám na tom, aby bylo v Nominalu příjemné klima a dobré vztahy.

Řada zákazníků zná produkty Nominal v souvislosti s bezpečným stravováním a celiakií. Je to váš hlavní směr?

Časem jsme začali hledat možnosti, jak rozšířit sortiment, a volba padla právě na bezpečkové produkty. Pro mě byla celiakie úplně nová, neznámá věc. Museli jsme tomu přizpůsobit i výrobu, protože pravidla na kontaminaci lepším jsou velmi přísná. Krom kaší jsme chtěli celiakům nabídnout i směs na chleba. Začali jsme zkoušet pohanku, která obsahuje vitamin rutin, který příznivě ovlivňuje stav cév. Nejvíce je ho ve slupce a mě napadlo ji začít zpracovávat. Obsahuje totiž i velké množství hrubé vlákniny, která je pro celiaky klíčová. Hledali jsme tedy způsob, jak slupky upravit, aby byly dobře stravitelné. Jsou totiž dřevnaté, takže musí nejdříve projít extrudérem a následně je meleme na velmi jemnou mouku. Směs, se kterou jsme přišli, měla mezi celiaky i odbornou veřejností velmi příznivý ohlas a to nás motivovalo k dalšímu rozvoji.

Takže jste se stali jedničkou na trhu?

Narazili jsme samozřejmě na problém s distribucí. Skupina lidí s intolerancí lepku je relativně malá a měli jsme proto potíže dostat se do obchodů. Jezdili jsme proto na setkání a různé akce, výrazně jsme rozšířili sortiment, ale konkurence je pořád veliká.

Myslíte i na děti?

Určitě, cereální kaše Nomina patří mezi naše nejprodávanější výrobky. Všechny jsou vhodné pro děti a u naší novinky Nomík jsme se rozhodli i pro odpovídající obal. Výhodou kaše Nomík je její příjemná, přirozeně nasládlá chuť, aniž by obsahovala přidaný cukr. To pro nás bylo od začátku klíčové – nikdy jsme se nechtěli podbízet tím, že bychom naše

výrobky barvili, aromatizovali nebo do-slazovali. Chtěli jsme prostě dělat dobré, zdravé věci.

Jak vznikají výsledné směsi a kombinace?


V Nominalu máme naši technoložku a kvalitářku Sylvu, ale každý nový produkt pečlivě osobně testujeme, děláme si ochutnávky a samozřejmě se dohadujeme.

Předáváte žezlo firmy po více než třech desetiletích. Co byste novému vedení Nominalu popřál?

Hlavně, aby je práce bavila a přinášela jim pocit spokojenosti, tak jako jsem to měl já.





A close-up photograph of a wooden building's exterior wall. The wall is covered in vertical wooden planks with a natural grain and some knots. A bright yellow rainwater gutter system is installed along the edge of the roofline. The gutter consists of a horizontal section that turns into a vertical downspout. The sky above is a clear, light blue. The text 'Dobrý tým pomáhá firmě růst' is overlaid in white on the lower left portion of the image.

Dobrý tým
pomáhá
firmě růst

Po postupném odchodu Milana Nováka do důchodu působí v čele rodinné firmy i jeho dcera Ivona. Není ale žádným nováčkem, v Nominalu je aktivní už přes deset let.

Ivono, tvou parketou je marketing, ale poslední roky se aktivně podílíš na řízení firmy. Je to náročné?

Náročné to bylo zejména v období covidu a navazující krize, kdy jsem plně pocítila tíhu zodpovědnosti nejen za firmu jako takovou, ale za celý tým, do kterého počítám všechny naše zaměstnance. Od roku 2020 jsme měli velké plány, rozjeli jsme výstavbu nového areálu v Kozlově, firemní rozpočet jsme zatížili velkým úvěrem. Všechno bylo promyšlené, ale vyskytla se spousta nepředvídatelných problémů a najednou jsme museli každý krok znovu několikrát zvážit, nevěděli jsme, co bude za měsíc. To bylo velmi stresující.

Nakonec se ale vše podařilo...

Naštěstí! V červnu jsme provozovnu v Kozlově úspěšně zkolaudovali a nová výroba už jede na plné obrátky. Těším se i na zbrusu novou podnikovou prodejnu a bistro, trhy a jarmarky, které chystáme do budoucna, na zelené střechy a na chvíli, až si tam sednu na lavičku a budu se kochat rozkvetlými záhony a loukami. Mám radost, že se projekt vyvinul podle našich představ, ale je za tím velké úsilí a cesta plná překážek a slepých uliček. Na tom má nesmírnou zásluhu náš báječný tým, který to ani v beznadějných chvílích nevzdával. Hlavně bez naší výkonné ředitelky Marty Koláčné bychom to asi nedali. Všem patří obrovský dík.

Proč jste se rozhodli zrovna pro Kozlov?

Najít to správné místo byl docela oříšek. Hledali jsme dlouho, ze začátku jsme neměli jasno ani v tom, jestli chceme stavět „na zelené louce“ nebo spíš předělat nějaký starší objekt. O nové výrobní provozovně jsme ale začali uvažovat už asi před sedmi lety, kdy nám přestala stačit výrobní a hlavně skladová kapacita stávajících prostor. Rozšířili jsme tehdy výrobu o provozovnu ve Žďáře nad Sázavou, ale věděli jsme, že to bude jen dočasné řešení. Propojení logistiky a organizace výroby na dvou místech (Žďár a Vídeň na Vysočině) nebylo úplně ideální. V Kozlově u Křižanova se naskytla příležitost koupit pozemky v nově vzniklé průmyslové zóně, navíc má pro nás strategicky výhodnou polohu, protože je v blízkosti dálnice D1, a dobrou návaznost kamionové dopravy.

Nové sídlo Nominalu ale rozhodně nevypadá jako klasická výrobní hala. Byl to záměr?

Mám blízko k umění, designu a architektuře. Od začátku jsem chtěla, aby měla stavba nějakou přidanou hodnotu, abychom vytvořili prostor otevřený pro veřejnost, v souladu s krajinným rázem a propojený s okolním venkovským prostředím. Estetická stránka projektu pro mě byla důležitá i proto, že jde o místo, kam denně jezdíme do práce – chtěla

jsem, abychom se tam cítili dobře. Byl to ale docela boj. 😊 Neměli jsme totiž úplnou shodu v samotné vizi, jak by měl Kozlov vypadat, tak jsme vypsali architektonickou soutěž. A následovaly bouřlivé diskuse na rodinných poradách. Táta to viděl víc technicky, já zase esteticky, ale myslím, že nakonec se nám podařilo najít příjemný kompromis.

Co vnímáš jako svůj největší přínos Nominalu?

Já jsem přišla ve šťastné chvíli, kdy už měl táta vybudovanou prosperující firmu. Zároveň jsem cítila potřebu zásadních inovací nejen v marketingu, ale i v oblasti managementu. Jsem pyšná hlavně na skvělý tým, který se podařilo vybudovat, a samozřejmě i na vizuální identitu Nominalu. Tu původní i tu čerstvě inovovanou, která se promítla do loga i nového webu, který spustíme na podzim.

Byla tvoje profesní dráha v rodinné firmě předem nalinkovaná?

Vůbec ne. Vystudovala jsem grafiku a produktový design a původně jsem měla úplně jiné plány. Občasná práce v rodinné firmě mi ale začala postupně přinášet naplnění a dávat smysl, takže jsem v Nominalu nakonec zakotvila. Asi to tak mělo být a zpětně si vážím toho, že pro nás táta vybuďoval stabilní základy, kde se můžeme realizovat, a předal nám hodnoty, které jako rodina sdílíme.



Ivona Hofmann

Milované
i nenáviděné
sacharidy



Sacharidy (a jejich případné vynechání) jsou dnes velkým tématem. Low carb, keto, paleo... Omezujeme je, protože nechceme přibrat. Ale přitom je TOLIK milujeme. A pokaždé, když po nich sáhneme, vyjde další studie potvrzující, že cukr přispívá ke vzniku spousty civilizačních chorob, mezi nimiž jsou nadváha s obezitou jen malou kapkou v moři.

Jak je to ale s jejich škodlivostí doopravdy? Je vážně nutné je z jídelníčku zcela vypustit? Ne tak docela. Naše tělo umí sacharidy dobře zpracovat, problém je v tom, že jich jíme moc a v nevhodné kvalitě. Střádáme si cukry z průmyslově upravených potravin, cukry v doprovodu éček i cukry v podobě tzv. prázdných kalorií, které si často ordinujeme jako „lék“ na špatnou náladu.

Rychlé a jednoduché

Tělu je vlastně jedno, jestli jednoduché neboli rychlé cukry získá z bílého rohlíku nebo kostky cukru. Reakce organismu na ně je téměř totožná.

Jakmile sníte jakýkoli cukr, sacharidy nebo škroby, slinivka břišní uvolní inzulín. To je hormon, který dopraví cukr do buněk, kde se přemění na energii nebo se uloží do zásoby v podobě tuku. Když

se však tento proces opakuje příliš často a když sacharidy neprovází vláknina, která by proces zpomalila, tkáň přestane být na inzulín citlivá. Buňky doslova „nepustí“ cukr dovnitř. Tomu se říká inzulínová rezistence, která je příčinou cukrovky druhého typu a vede k nadváze. A také k velké únavě a opakujícím se chutím na sladké.

Sacharidy si nezakazujte, raději buďte vybíraví!

- Pečlivě si vybírejte zdroje, kvalitu i množství sacharidů. Vždy sledujte, co dalšího potravina obsahuje a jestli má dostatek jiných, hodnotných živin. Přílohy berte jako doplněk, nikoli jako hlavní část jídla, a vybírejte si celozrnné a spíše bezlepkové (pohanka, jáhly, rýže, quinoa, brambory vařené ve slupce, batáty, ovesné vločky). Jde o varianty, kde budou také vitamíny, minerální látky a vláknina.

- Vyzkoušejte si, které sacharidy vám dělají dobře, a které ne, a také v jakém množství a kdy. Ženy před menstruací mají větší chutě na sladké, rozdíl je také v ročních obdobích.

- Cpěte se vlákninou. Kromě toho, že pomáhá udržovat zdravá střeva, vyživuje také střevní bakterie a je tedy

nepostradatelná pro imunitu. Kromě toho snižuje rychlost vstřebávání glukózy do krve, což se hodí právě u jednoduchých sacharidů.

- Když buchtu, tak jediň s vlákninou (ovoce, celozrnná mouka, vločky, ořechy) a bílkovinou (tvaroh, vajíčka). Doplníte další živiny a pomůžete tělu vyrovnat se se sacharidy (mouka, cukr), které do buchtu patří.

- Dodržujte noční půst alespoň 12 hodin, ale klidně i více. Díky prodloužené době bez jídla se srovnají hladiny hormonů, nastartuje se proces hubnutí a urychlí tvorba svalové hmoty. Půst také zvyšuje citlivost buněk na inzulín.

- Hýbejte se. Pravidelná pohybová aktivita snižuje hladinu cukru v krvi a zlepšuje schopnost tkání cukr zpracovat. Už po pěti dnech pravidelné pohybové aktivity se zvyšuje citlivost na inzulín.

Inspiraci, jak šikovně a bez zákazů sacharidy na talíři zkombinovat najdete v nové kuchařce Restart jídelníčku: jednou provždy! Obsahuje 101 jednoduchých, zdravých a přitom výborných receptů PLUS týdenní jídelníčky na podporu redukce váhy, na noční směny, pro ženy 50+.



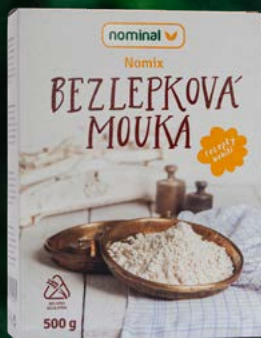
Zdravé recepty ze sacharidů najdete zde:



<https://restarthubnuti.cz/restart-jidelnicku-jednou-provzdy/>

Kristýna Ostravická & Monika Divišová
• ZÁZRAČNÁ PILULKA – METODIKA RESTARTUJEM ©

Bezlepková focaccia



130
minut

8
porcí

bezlepková
mouka
Nomix

směs na
chléb s chia
semínky



Ingredience

Těsto:

180 ml	vody
150 g	Bezlepkové mouky Nomix
100 g	Směsi na chléb s chia semínky
8 g	čerstvého droždí
25 ml	olivového oleje
1	stroužek česneku
3 g	soli

Na dozdobení

malá rajčátka, černé olivy, větvičky rozmarýnu, hrubá mořská sůl
olivový olej na potřeni po upečení

Postup

Na dno mísy nalijeme vodu, přidáme rozdrobené droždí, olej, prolisovaný česnek, obě mouky a nakonec sůl. Vše důkladně prohněteme, až vznikne vláčné těsto. Necháme ho asi 5 minut odpočinout, poté vytáhneme namaštěnými dlaněmi z mísy, rozdělíme na dva rovnoměrné díly a roztlačíme na plech s pečicím papírem do tvaru dvou plátek. Povrch ozdobíme podle své chuti rajčátky, olivami a rozmarýnem, potřeme olivovým olejem a posypeme několika špetkami mořské soli. Necháme nakynout (cca 35–40 min, podle podmínek kynutí) a vložíme do trouby vyhřáté na 230–240 °C. Pečeme asi 12 minut. Ihned po upečení potřeme ještě horký povrch olivovým olejem.

Bezlepkové kukuřičné burgery se sýrem a špenátem



40
minut

4
porce

kukuřičná
strouhanka
Nominal

Ingredience

	<u>Náplň</u>
2 lžíce	slunečnicových semínek
125 g	baby špenátu
285 g	sterilované kukuřice
225 g	sýru halloumi
100 g	Kukuřičné strouhanky Nominal
2	vejce
½ ČL	sušeného česneku
	kůra z 1 citronu
1 lžíce	čerstvé máty
	sůl a pepř
	olej na smažení

Houstičky

dle vlastní volby nebo hamburgerová houska z bezlepkové mouky Nomix

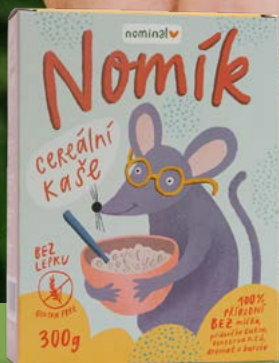
Postup

Semínka opražte nasucho na pánvi. Až se rozvoní, odložte je do mísy. V horké pánvi nechte zavadnout špenát, přendejte ho na prkénko, nakrájejte a přidejte k opraženým semínkům. Vmíchejte scezenou kukuřici (285 g po scezení), nahrubo nastrouhaný sýr halloumi, strouhanku, vejce, česnek, citronovou kůru, nasekanou mátu a trochu čerstvě mletého pepře a soli. Pořádně propracujte a nechte rozležet v chladu alespoň 15 minut nebo i do druhého dne. Navlhčenými rukama vytvarujte 4 až 6 placek, které pozvolna smažte v rozpáleném oleji z obou stran dozlatova. Podávejte jako burger do předem připravených houstiček, se zeleninou nebo samostatně třeba se salátem.

Tip

Do burgerové směsi přidejte nasekanou chilli papričku.

Dětská růžová kaše



15
minut

1
porce

cereální
kaše
Nomik

Ingredience

- 200 ml mléka
- 50 g Cereální kaše Nomik rýžovo-jáhlová
- 1 vrchovatou hrst ovoce (jahody, maliny)
- 2 ČL oblíbeného sirupu
- mandle, pistácie, ovoce a máta na ozdobení

Postup

Kaši připravte dle návodu na obalu, rozmixujte s ovocem a případně dosladte, například čekankovým sirupem. Podávejte ozdobenou sekanými oříšky, ovocem a mátou.

Tip

Do kaše vmíchejte trochu jogurtu nebo tučného tvarohu.

Cereální kaše s chia džemem & domácí granolou



60
minut

1
porce

cereální
kaše Nomina
lahodná

Ingredience

Kaše

150 ml	oblíbeného mléka
40 g	Cereální kaše Nomina lahodná
70 g	tučného tvarohu
1 ČL	Lněného oleje Ze stodoly

Chia džem

1 hrst	lesního ovoce
1 ČL	oblíbeného sladidla (čekankový sirup, med, cukr)
2 ČL	chia semínek

Domácí granola

3	přezrálé banány
70 g	kokosového tuku
300 g	bezlepkových vloček
100 g	kokosových lupínků
100 g	mletého lněného semínka
100 g	dýňových semínek
100 g	slunečnicových semínek
50 g	chia semínek
100 g	rozinek
1 ČL	skořice
½ ČL	solí
100 g	hořké čokolády s 85 % kaka

Postup

Kaše

Kaši připravte dle návodu na obalu a vmíchejte tvaroh a lněný olej.

Chia džem

Ovoce povařte doměkka s trochou sladidla, vmíchejte chia semínka a nechte vychladnout.

Domácí granola

Co nejzralejší banány rozmixujte a v míse smíchejte se zbývajícími surovinami kromě čokolády: s rozpuštěným kokosovým tukem, vločkami, kokosovými chipsy, mletým lnem, dýňovými, slunečnicovými a chia semínky, nasekanými rozinkami, skořicí a solí.

Rozložte směs na jeden či dva velké plechy vyložené pečicím papírem a povrch uhladte. Pečte v troubě vyhřáté na 150 °C asi 40 minut. Vždy po 10 až 15 minutách směs rozbijte na kousky vařečkou a zamíchejte. Průběžně kontrolujte, jestli se nepálí. Ihned po vytažení z trouby smíchejte s nasekanou čokoládou, nechte do druhého dne vychladnout na plechu a uchovávejte v uzavřené dóze. Granola vydrží minimálně 2 týdny.

Kaše na cesty

Na dno zavařovací sklenice nasypejte granolu, zalijte kaši a chia džemem, podle chuti obložte čerstvým ovocem a zavíčkujte. Do konzumace uchovávejte v lednici nebo v chladicí tašce.

Tip

Dýňová a slunečnicová semínka můžete nahradit podobnou gramáží nasekaných ořechů (lískové, pekany, mandle).

Oves

Jsem vlastně rostlina podobná trávě. Od jiných obilovin mě poznáte podle toho, že mám na konci stébla místo klásku střapatou latu. Dříve mě pěstovali hlavně jako krmení pro koně.

Určitě znáte tu písničku: Když já jim dám ovsu, oni skáčou hopsa. Ovsu se také říkalo obrok. Dneska víme, že to, co je ve mně dobrého pro koníčky, je dobré i pro lidi. Na dlouho zasytím a dodám tělu i zdravé tuky a vlákninu. Když se chci stát ovesnou vločkou, musí moji obilku nejprve napařit a pak na mačkáci stolici roztlačit. A šup do kaše.

Jó, to byly časy,
když jsme jedli
klasy!

Olík a Ondra
Ovesní



Lis na rostliny

Z výletu si můžeš dovést nejen zážitky, ale i květiny a listy, které se ti líbily. Aby ti dlouho vydržely, můžeš si je vylisovat a udělat třeba herbář a nebo hezký obrázek do pokojíčku.

NA VÝROBU BUDEŠ POTŘEBOVAT:



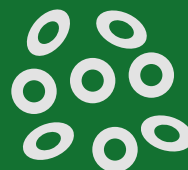
2 stejně velké dřevěné desky



4 dlouhé šrouby



4 matice



8 podložek



papíry

+ Popros dospěláka, aby ti vrtačkou navrtal 4 díry do rohů desek.

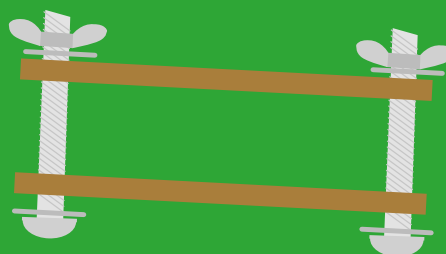
1

Na každý šroub dej jednu podložku a protáhni ho oběma deskami.



2

Nahoru na šrouby nasad' podložky a maticičky.



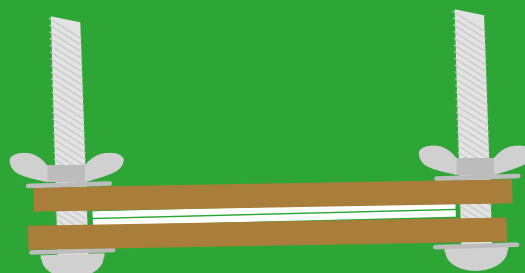
3

Mezi dva papíry vlož kytičky a listy, které chceš vylisovat.



4

Umísti papíry mezi dřevěné desky a zatáhni maticičky. Lisuj alespoň týden.



NOMINAL děsem

Pojmenuj tyto plody a bylinky, a pak podle čísel doplň křížovku. V té se dozvíš, co člověk potřebuje, aby byl zdravý a silný po celý rok.

A nakonec můžeš tyto bylinky a listy použít jako inspiraci pro tvůj nový lis a udělat si herbář.



4.

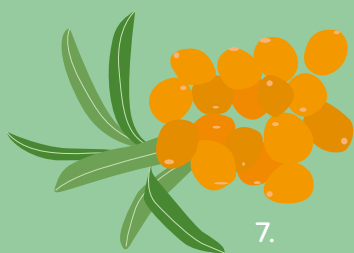
Voním jako žvýkačka!



8.



6.

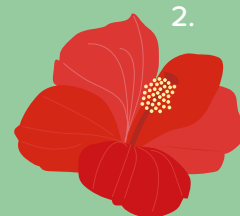
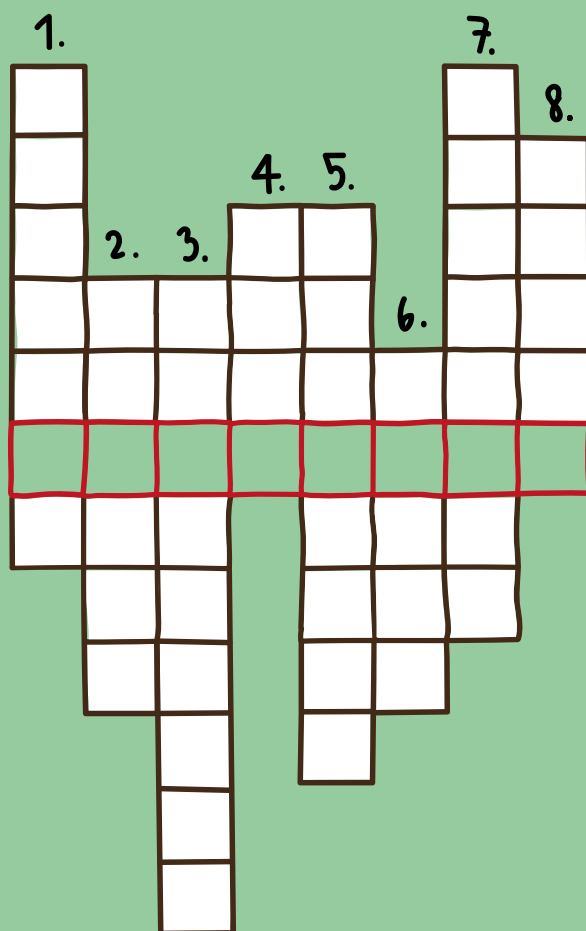


7.



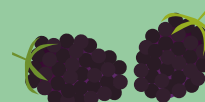
1.

Pozor, pálim!



2.

Jsem trochu kyselý.



3.



5.