



Ochutnej

BIBLI



PETRA KLÍMOVÁ



Ochutnej

BIBLI



PETRA KLÍMOVÁ



ADVENTISTICKÝ
TEOLOGICKÝ INSTITUT



OCHUTNEJ BIBLI

Petra Klímová

Odpovědná redaktorka: Daniela Stašová

Obálka, grafická úprava a sazba: Jaromír Pokorný

Fotografie: Petra Klímová

Vydalo nakladatelství Advent-Orion, spol. s r. o., Roztocká 44/5, Praha 6

www.adventorion.cz

Vydání první, Praha 2026

Vytiskla tiskárna ARTRON, s. r. o., Boskovice

ISBN 978-80-7172-354-7

Obsah

Úvod	5
Úvodní slovo autorky	6
Jídlo v Bibli	7
Jídelníček	8
Co bylo součástí biblického jídelníčku?	8
Etiketa stolování	10
Recepty	11
Chléb	12
Nekvašený chléb	13
Hořké byliny.....	14
Podpopelný chléb.....	16
Kynutý chléb	17
Ezechielův chléb	19
Abrahamovo pohoštění pro 3 hosty	20
Ezauova čočková krmě.....	22
Izákova oblíbená pochoutka.....	23
Medové koláče	24
Sušené křepelky	25
Gedeón, kůzle a vývar	26
Bóaz zve Rút k jídlu	28
Fíkové koláče od Abígajil	29
Támar a srdíčka pro Amnána.....	30
Kravský sýr.....	31
Elíša a smrt v hrnci.....	33
Hostitelství podle Marty večere za dob Ježíše	34
Hod beránka – sederová večere	37
Ježíš a ryba	38
Exkurz do kuchyně Egypta	39
Exkurz do kuchyně Persie.....	40
Exkurz do kuchyně Říma.....	42
Přílohy	44
Poznámky	47
Použitá literatura	51

ÚVOD

„Když se naskytly řeči tvé, snědl jsem je“ (Jr 15,16), říká Jeremjáš v modlitbě Bohu. Mluví ale o Hospodinových slovech, která do něj pronikají sluchem a stávají se v něm živými. Popisuje tento proces jako jedení. My Jeremjášova slova vnímáme jako metaforu. Ale co když Jeremjáš Hospodinovy výroky skutečně jedl? K takové otázce přivede čtenáře Starého zákona kniha Petry Klímové: *Ochutnej Bibli*. Koho by napadlo, že se Bible dá ochutnávat a že se Jeremjášova modlitba dá vysvětlit doslovně?

Petra vystudovala Adventistický teologický institut, kde se připravovala na duchovenenskou službu i tím, že se učila vykládat Bibli, brát Starý zákon vážně a odpovědně aplikovat jeho poselství do běžného života. Kniha *Ochutnej Bibli* vznikala jako její absolventská práce. Pracovala na ní poctivě přes rok a dobře ukazuje, jak je možné to, co je v Bibli napsáno, brát vážně. Výsledek je srozumitelný, velice užitečný, a může být dokonce i chutný. To když se její práci necháme inspirovat.

Petra, jak se budete moci sami přesvědčit, nahlíží na biblické texty nestandardně a zpracovává je tvůrčím způsobem. Kniha *Ochutnej Bibli* není teoretická

práce a s potěšením mohu říci, že není ani náboženská. Petra totiž nedělá z jídla náboženství ani nezneužívá stravu k náboženským účelům. Naopak. Je praktická. Petra si vše, o čem píše, ověřila v praxi a sama na sobě vyzkoušela. Předkládá nám tedy jenom to, co už prošlo jejím žaludkem. Dosvědčuje tak, že její recepty nepředstavují pro budoucí strávníky, kteří je ochutnají, žádné riziko.

Petra nám předložila recepty, které jsou napojeny na biblickou zvěst, obohaceny o praktické zkušenosti kuchařky a připravené, aby je uživatelky či uživatelé zpracovali podobně tvůrčím způsobem, obohatili o své zkušenosti a třeba ještě doplnili o další ingredience. Nepracujte proto s recepty Petry tak, jako se pracuje s návody z internetu: samostatně je promýšlejte a inspirujte se. Petra nás totiž učí zacházet tvůrčím způsobem nejen s Bibli, ale i s potravinami a s jejich přípravou.

Dobrou chuť Vám přeje

Jiří Beněš

ÚVODNÍ SLOVO AUTORKY

Jídlo je v Bibli nedílnou součástí mnoha důležitých příběhů a okamžiků. Svou roli sehrálo například při rozepřích Jákoba a Ezaua. Stejně tak reptání lidu vyvedeného z Egypta se neobešlo bez stesku po jídle a v neposlední řadě bylo jídlo součástí i mnoha svátků. Nejednen čtenář Bible (včetně mě) by jistě rád ochutnal některý z pokrmů Bible. Nicméně všechna jídla byla zaznamenána minimálně před 2000 lety a žádný zapsaný pokrm neobsahuje konkrétní recept. Právě proto vznikla bakalářská práce s názvem Jídlo v Bibli – praktická kuchařka, kterou v mírně upravené podobě nyní držíte v ruce. Jak sám název práce napovídá, jejím účelem bylo vytvoření praktické příručky s recepty, podle kterých je možné si vybraná biblická jídla připravit a doma nebo ve sboru si je společně ochutnat, a tak se přiblížit biblickým příběhům.

Konkrétní recepty v Bibli žel nejsou zaznamenány, proto zde uvedené pokrmy nejsou věrnou kopií biblických receptů. Všechny recepty se ale snaží brát ohled na tehdejší skutečnosti a zároveň jsou uzpůsobeny tak, aby je zvládl připravit každý v dnešní kuchyni a s dnešními surovinami.

Přijměte tedy prosím tuto kuchařku jako možnou vstupenku k tomu, jak se více přiblížit Bibli – ať už sami, v rodině, nebo ve sboru. Až budete některý z receptů připravovat, vzpomeňte si na příběh, který se k němu váže. Jaký to asi byl pocit, chystat pokrm pro Boží posly? Jaké by bylo například ochutnat pokrm, který připravil Ježíš? A naopak, až si v budoucnu některý z příběhů znovu přečtete, už pro vás nebude jen příběhem, ale stane se něčím, co jste si sami osahali a čeho jste mohli být na chvíli součástí.

Zároveň bych ráda i touto cestou poděkovala mému vedoucímu práce Mgr. et Mgr. Bc. Markovi Harastejovi, B.Th, a také oponentovi mé práce doc. Mgr. Jiřímu Benešovi, Th.D., díky jejichž připomínkám a radám vznikla práce v této podobě.

JÍDLO V BIBLI

Jídlo, ať už jednotlivé potraviny, nebo hotová připravená jídla, tvoří důležitou součást Bible, i když se to na první pohled nemusí zdát. Hned druhý pokyn od Boha (po „plodte se a množte se a naplňte zemi, podmaňte si ji“) je oznámení o tom, co budou mít lidé za pokrm (Gn 1,29). Jídlo sehrálo svoji roli také při pádu do hříchu (Gn 3,1–6), u Abrahama (Gn 18) i Jákoba (Gn 25 a Gn 27). Na jídlo vzpomínají Izraelité po vyvedení z Egypta (Nu 11,5) a také na poušti je jídlo jedním z jejich velkých problémů. Ani v životě Daniela nesmíme zapomenout na jeho desetidenní zkoušku v souvislosti s jídlem (Da 1,5–19). Jídlo bylo nedílnou součástí významných svátků, kde plnilo i symbolickou roli. Stejně tak tomu bylo i v chrámu, ať už máme na mysli posvěcené chleby, nebo jednotlivé zvířecí oběti. Jídlo bylo velice důležité i v životě Pána Ježíše. Jeho první zázrak se týkal vína (J 2,1–11); dále jmenujme například nasycení několika tisíců lidí (Mt 14,15–21; Mt 15,32–38) nebo jeho poslední večeři (L 22).¹ V neposlední řadě je také potřeba připomenout 19. kapitulu knihy Zjevení, kde proti sobě stojí dvě nejdůležitější hostiny. Jedna hostina je svatební a symbolizuje brzy očekávané setkání věrného Božího lidu s Ježíšem. Zároveň je také zřejmé, že je potřeba odpovédět na pozvání k této hostině. Druhá hostina naopak popisuje, co se stane s těmi, kteří Boha odmítli.² Jak je vidět, jídlo v Bibli hraje velkou roli, ať už jde o jeho doslovný význam, nebo o symboliku.

Co se týká doslovného jídla, Bůh dal ohledně jeho konzumace několik příkazů. Jako potravu v ráji určil byliny a stromy (Gn 1,29); strava tedy byla vegetariánská. Příímý Boží výrok ohledně konzumace masa je v Bibli zaznamenán po potopě. Obdobně jako Adam s Evou dostávají lidé po potopě pokyn o plození a množení. Poté se dozvídají, že za pokrm jim bude každý pohybující se živočich a zelená bylina (Gn 9,3). K tomu jsou poučeni, že nesmí jíst maso oživené krví (Gn 9,4). Další upřesnění ohledně stravy se týkalo rozdělení na čistá a nečistá zvířata. Již před vstupem do archy dostává Noe informaci o tom, kolik párů čistých a nečistých zvířat má dovnitř uvést (Gn 7,2). Noemovi bylo proto nařízení o rozdělení na čistá a nečistá zvířata známo již před potopou. Podrobnější specifikace čistých a nečistých zvířat zaznamenaná v Lv 11 a Dt 14 proto není novým pokynem, ale pouze detailnějším popisem již známého rozdělení.³ Dále nalezneme ještě pár jednotlivých příkazů, jako například o zákazu vaření kůzlete v mléku jeho matky (Ex 23,19), nebo poměrně podrobné instrukce, jak měli chrámoví kněží naložit s oběťmi, které měli sníst (např. Lv 6).

Jídelníček

Vzhledem k tomu, že Bible zachycuje časové období čítající okolo 4000 let, rozklíčovat jídelníček zvlášť v každém období by bylo velice obsáhlé a obtížné. V Bibli samotné navíc nemáme denní stravu do detailu popsanou, více informací nám přináší až archeologické nálezy. Výsledný popis jídelníčku je tedy založen na kombinaci biblických zmínek o jídle a bádání, které přinesli archeologové. Obecně více informací o stravě nám popisuje Starý zákon, což je samozřejmě dáno jednak jeho větším rozsahem a také tím, že popisuje mnohem větší časové období oproti Novému zákonu. V každém období Bible bychom jistě našli nějaká jídelní specifika typická pouze pro danou dobu (případně pro danou oblast), ale jak již bylo řečeno, z důvodu rozsahu nebude uvedeno každé období zvlášť. Jídelníček uvedený níže obsahuje obecný popis stravy, který se prolínal skrz většinu doby zachycenou v Bibli. Pokud měla nějaká doba (například doba Ježíše) nějaká specifika, bude tato informace uvedena zvlášť.

Strava většiny Izraelitů byla často spíše vegetariánská, a to zejména z finančních důvodů. Ne každý si mohl dovolit zabít zvíře kvůli masu; zvířata se chovala spíše kvůli vlně a mléku. Druhým důvodem byla také praktičnost. Pokud bylo tehdy zabito zvíře, bylo potřeba ho co nejdříve zkonsumovat, protože tehdy nebylo moc možností, jak ho uchovávat. Bylo proto nutné najednou zpracovat hodně masa. Velkou část jídelníčku tedy tvořil chléb, rozmanité druhy ovoce nebo ořechy.⁴ Zelenina

se konzumovala jen v menší míře. Nejčastěji se jedlo jen dvakrát denně s ohledem na zemědělský způsob života. První jídlo se jedlo buď pozdě ráno, nebo v poledne z důvodu přestávky v nejteplejší části dne a druhé jídlo se konzumovalo na závěr dne. Výjimku tvořila sobota, kdy se jedla tři jídla denně. Pila se voda nebo víno. Voda se uchovávala ve džbánech. Pilo se i mléko, ale kvůli trvanlivosti se spíše zpracovalo na máslo nebo sýr.⁵

Co bylo součástí biblického jídelníčku?

Je potřeba definovat, co tvořilo základ jídelníčku. Některé suroviny byly totiž běžnou součástí mnoha jídel. A tak, aby nemusely být popisovány zvlášť u každého receptu, budou vypsány v této kapitole. Pokrmy/suroviny, které jsou specifické pro konkrétní recept, budou popsány přímo u receptu.

- **CHLÉB** – základem jídelníčku Izraelitů byl chléb. Společně s vínem a olejem tvořil základní pilíř stravy. Například ve Starém zákoně je často nalezneme vyjmenované vedle sebe (Ž 104,15; J1 2,19; Oz 2,10). Chléb nebo jiné obilné produkty tvořily přes polovinu kalorického příjmu. Hebrejské slovo *lechem* dokonce může znamenat jak chléb, tak i obecné označení jídla. Mouka na chléb byla nejčastěji z tvrdé pšenice (takzvaná durum) nebo z ječmene.⁶ Více v kapitole Chléb.

- **VÍNO** – izraelské podnebí a přírodní podmínky jsou přímo ideální pro pěstování vína. Hrozny se jedly čerstvé nebo se sušily anebo se zpracovávaly na nápoj.⁷ Podle četnosti výskytu v Bibli lze předpokládat, že víno bylo nejspíše hlavním nápojem. Není zcela jisté, zda se pilo ředěné vodou nebo neředěné. Co se týká obsahu alkoholu, zdroje se liší. Mohlo se jednat pouze o hroznovou šťávu nebo o alkoholické víno. U některých příběhů z Bible to lze vyčíst z toho, zda po něm následovala opilost. Pro účel této práce bude v receptech používáno nealkoholické víno nebo hroznová šťáva.
- **OLIVOVÝ OLEJ** – i když je olej součástí tří základních potravin, Bible se o něm v souvislosti s jídlem zmiňuje zřídka. Nicméně olej tvořil základ tehdejšího vaření. Jeho využití ale nebylo jen v kuchyni, ale byl i součástí lamp s olivovým olejem nebo s dalšími vonnými přísadami sloužil jako tělové mléko.⁸
- **MASO** – maso v izraelském jídelníčku bylo vysoce ceněné. Podle Př 15,17 můžeme soudit, že pro tehdejší lid mělo větší význam než zelenina. Maso bylo také často chystáno jako pokrm pro návštěvu (Gn 18,7,8) a samozřejmě bylo nedílnou součástí svátku Pesach. Mezi základní druhy masa patřilo kozí, jehněčí a hovězí maso. Dá se ale soudit, že maso bylo součástí jídelníčku pouze bohatších lidí, kteří si ho mohli dovolit. O jednotlivých druzích masa bude více pojednáno u konkrétních receptů.
- **MLÉKO** – mléko a mléčné produkty tvořily také důležitou část jídelníčku. Mléko se nejčastěji používalo kozí. (Oproti ovčím mají kozy větší dojivost a mohou být dojeny delší dobu.) Bible sice mluví o mléku často, ale pouze na pár místech zmiňuje, že se jedná o mléko kozí (Př 27,27).⁹ Mléko se pilo buď čerstvé, nebo vzhledem k trvanlivosti ho bylo potřeba zpracovat. Nalilo se do zvířecí kůže, zavěsilo se a rychlými pohyby se stlouklo. Rodina pak měla k dispozici máslo, sýr nebo jogurt.¹⁰ Více o sýru v kapitole Kravský sýr.
- **ZELENINA** – zelenina tvořila nejspíše jen malý podíl ve stravě. Konzumovala se podle sezóny. Mezi zmiňovanými druhy zeleniny v Bibli můžeme najít cibuli, česnek nebo pórek (Nu 11,5).¹¹
- **OVOCE** – vzhledem k tomu, že velká část země byla poseta vinicemi, mezi velmi frekventované ovoce patřilo víno, ať už v podobě čerstvé (viz výše), nebo jako hrozinky. Ty se zpracovávaly do podoby koláčů (2 S 6,19). Ve stejném verši nacházíme zmínku i o datlích, které byly také zpracovávány do tvaru koláčů. Mohly se ale jíst i čerstvé nebo svařené jako sirup. Obdobně na tom byly i fíky. Posledním významným ovocem byla granátová jablka.¹²
- **KOŘENÍ** – v jídelníčku nacházíme samozřejmě sůl, ať už jako dochucovadlo, nebo jako konzervant. Dále kmín, koriandr, kopr, bobkový list, kurkumu, kardamom; bohatší lidé si mohli dovolit například i skořici nebo šafrán. Ovšem výraznější vonné koření právě pro svoji cenu nebylo příliš běžné.¹³

Etiketa stolování

- **PŘÍBORY** – přibory se nepoužívaly, místo toho se jedlo rukama, kdy se například vhodně stočený kousek chleba použil jako lžíce. Takto se chlebem nabíraly například omáčky nebo polévky.¹⁴
- **NÁDOBÍ** – jednotliví strážníci neměli vlastní nádoby. Jedlo se tak, že si všichni nabírali ze společných nádob na stole. Často byla na stole pouze jedna mísa nebo proutěný podnos.
- **MYTÍ RUKOU** – právě z důvodu jedení rukama bylo potřeba si před každým jídlem umýt ruce. Ruce se myly tak, že dotyčný vložil ruce nad umyvadlo a sluha lil seshora vodu. Ruce se tak nemýly klasicky přímo v umyvadle, jak jsme na to nyní zvyklí. Ruce se stejným způsobem myly i po jídle. Nakonec se utřely do ubrousku, který byl položen přes rameno.
- **POZICE PŘI JÍDLE** – nejčastěji se jedlo vsedě u nízkého stolu, nohy byly složené pod tělem anebo se klečelo. Výjimku tvořil posed bohatých a také se jinak sedělo u zvláštních hostin a večeří.¹⁵ Například v době poslední Ježíšovy večeře se leželo na zemi kolem stolu, hosté se opírali o levý loket a jedli pravou rukou. Při takové poloze poté hlava jednoho spočívala u hrudi druhého.¹⁶
- **STŮL** – jako stůl sloužila buď rohož (nebo kůže) ležící na zemi, nebo nízká víceúhelníková stolička, která nebyla vyšší než cca 36 centimetrů.¹⁷
- **ŽIDLE** – při běžném stolování, když se sedělo na zemi, nebyly židle potřeba. Při slavnostních příležitostech, často spojených s královským postavením, se ale sedělo zřejmě i na židlích.¹⁸

RECEPTY

Následující část obsahuje seznam receptů s biblickým pozadím, popisem surovin, receptem a s možností servírování. Tato část práce má čtenářům umožnit si alespoň částečně přiblížit biblickou stravu, vyzkoušet si ji doma připravit a například se tímto způsobem i více vžít do dané biblické pasáže. U každého receptu je proto krátce popsáno biblické pozadí příběhu, aby bylo zřejmé, ke kterému příběhu daný pokrm zařadit. Vzhledem k tomu, že dnešní postupy jsou jiné nebo například ne všechny tehdejší suroviny jsou pro nás běžné, je uveden i popis surovin nebo postupů. Následuje samotný recept s postupem přípravy. Recepty jsou uvedeny i s návrhem na servírování, kdy například daný pokrm byl v Bibli podáván s chlebem a vínem. Biblické pasáže a jídla s nimi spojená byla vybírána na základě několika kritérií – jednak jsou zařazeny příběhy, kde

jídlo hrálo důležitou roli. Pak jsou naopak zařazeny příběhy, kde bychom na první pohled možná přehlédli, že i tam jídlo sehrálo svoji úlohu. A v neposlední řadě zde najdeme recepty, které nám mají přiblížit i jídla okolních národů. Jak již bylo ale řečeno v úvodu, žádný pokrm v Bibli nemá přesně napsaný postup ani kompletní seznam surovin. Recepty jsou tedy sestaveny tak, aby pro nás byly dostupné z hlediska surovin i z hlediska postupu přípravy. Vzhledem k důležitosti je první zařazen chléb, zbylé recepty jsou seřazeny podle pořadí příběhů v Bibli, kterých se týkají.



Chléb

Jak již bylo zmíněno v předchozí kapitole, chléb tvořil v podstatě největší část jídelníčku. Byl podáván téměř ke každému jídlu. Ať byl člověk chudý, nebo bohatý, chléb v jeho jídelníčku nikdy nechyběl.¹⁹ O jeho významu vypovídá i to, že byl součástí například svátku nekvašených chlebů. Důležitost chleba dosvědčuje i Bible – v ČEP je zmíněn více než 200krát. Nalezneme ho například jako samostatný pokrm (Gn 21,14) nebo i jako součást jiného chodu (Gn 27,17). Proto je chléb ze všech pokrmů zmíněn jako první.

V Bibli nacházíme několik typů chleba. Jako první jmenujme nekvašený chléb, který se konzumoval nejvíce, obzvláště pak za časů kočovného života, a patřil i k důležitým prvkům náboženského života. Strukturou se podobal spíše krekrům než tomu, co dnes známe pod pojmem chléb.²⁰ Nekvašený chléb nacházíme při slavnosti nekvašených chlebů. Připravoval ho i Gedeón (Sd 6,19) a jedl ho například Saul (1 S 28,24.25). S poněkud menším výskytem nacházíme chléb kvašený/kynutý (Lv 7,13). Za dob Ježíše bylo zvykem, že buď některá žena z rodiny, nebo otrokyně/slugebnice (pokud byla rodina dostatečně bohatá) měla na starosti uchovávání kousku těsta z předchozího dne, ze kterého se pak pekl chléb další.²¹ Dále v Ex 29,2 nalezneme například i chléb, kde je přímo poručeno, aby byl upečen z bílé pšeničné mouky. Také jsou jmenovány podpopelné chleby nebo svatý chléb. Kromě toho se v Bibli nachází

i obrazné označení chleba, a to chléb zármutku (Oz 9,4). Nejčastěji je ovšem chléb označen bez jakéhokoliv přívlastku.

Chléb mohl být upečen několika různými způsoby. Pokud nebyla k dispozici pec, chléb se umístil na placatý kámen a zakryl se žhavými uhlíky. V polovině pečení se uhlíky odstranily, chléb se otočil a zakryl se novými žhavými uhlíky. V pozdějších dobách měly rodiny doma pece, případně existovaly komunitní pece. Další možností bylo péct chleba na železném roštu.²² O různých možnostech přípravy chleba svědčí na několika místech i Bible. Podle Bible se chléb pekl v pecích (Lv 26,26), na ohništích (Gn 18,6), na uhlících (Iz 44,19) a speciální úkol dostal Ezechiel, když si měl chléb upéct na zvířecích výkalech (Ez 4,15).²³ Zároveň nalézáme zmínky o různých tvarech a způsobech přípravy – zadělávaný/hnětený chléb (1 S 28,24), připravený ve tvaru bochníku (1 S 10,3), připravený ve tvaru bochánku, doslova ve tvaru kruhu (2 S 6,19), vyskytuje se i oplatek (Ex 29,23). Aby bylo možné si kterýkoliv z chlebů připravit doma, budou pro účel této práce všechny pečené v troubě nebo připravené na pánvi, kromě podpopelného chleba.



▲ Nekvašený chléb pečený v troubě

Nekvašený chléb

> Biblické pozadí

Zmínka o nekvašeném chlebu nacházíme v Bibli mnoho. Podával je poslům Lot (Gn 19,3), byly nedílnou součástí svátku nekvašených chlebů jako připomínka vyjití z Egypta a patřily i k sederové večeři. Vzhledem k tomu, že v době vyjití z Egypta zabrala výroba kynutého chleba několik dní, byly právě symbolem rychlého odchodu.²⁴ Nekvašené chleby byly i součástí Áronova posvěcení (Lv 8,1–12).

> O surovinách

Jak již bylo zmíněno v kapitole Co bylo součástí biblického jídelníčku?, tvrdá pšenice patřila k nejpoužívanějším obilninám, připravoval se z ní tedy i chléb. Jiný název pro tuto mouku je také semolinová mouka. Vyznačuje se vyšším podílem lepku, dává tedy těstu větší pružnost. Zároveň obsahuje mnoho bílkovin a minerálních látek. Díky nižšímu glykemickému indexu navozuje delší pocit sytosti než pšeničná mouka.²⁵

▼ Nekvašený chléb pečený na pánvi

