

Chcete prežiť to, čo prichádza? Zásoba potravín na dlhšie obdobie

- CZ24 News | 13. ledna 2022

V rámci prípravy na kolaps civilizácie a zásobovania som desiatky rokov testoval možnosti skladovania potravín v domácnosti. Zistil som, že nie je potrebné pozerieť na záručné doby; pri vytvorení dobrých podmienok sú niektoré potraviny jedlé a výživné niekoľkonásobne dlhšie ako záručná doba. Potvrdili to aj zistenia vedcov, ktorí skúmali potraviny nájdené v starých pivniciach a skladoch. Mnohé potraviny sú pri vhodnom uskladnení jedlé 40 a viac rokov.

Základné zásoby potravín, ktoré možno dlhodobo skladovať, sú: dehydrované a sušené jedlá a suroviny v obaloch, ktoré nepoškodí vlhkosť a hlodavce – originálne vrecká dajú ešte do veľkých sklenených alebo plastových fliaš, kovových škatúl, sudov; ryža je pri vhodnom skladovaní, suchu a ochrane pred hmyzom a hlodavcami (sklené nádoby – zaváraninové fľaše) jedlá aj desiatky rokov bez zmeny chuti a s minimálnou stratou nutričných hodnôt.

Sklené poháre a uzávery na kompóty môžete získať aj zadarmo – vo veľkom ich vyhadzujú rôzne reštaurácie, nájdete ich aj v zberoch skla.

Ryžu, obilie a strukoviny uvaríte s minimom energie, ak ju predtým na noc alebo aj 24 hodín namočíte vo vode. Napučanú ryžu stačí iba nechať zovrieť na plynovom propán-butánovom variči – to je podľa výkonu pár minút varenia, a potom odstaviť a prikryť napr. dekou na pol hodiny. Mäso obsahuje zmes obilnín a sušených plodov, čokolády, sušeného mlieka... Sú výživné, chutné a vydržia pri podobnom uskladnení ako ryža 10 rokov. Na prípravu ich stačí zaliať vodou alebo sa dajú konzumovať priamo.

I nejmenší finanční příspěvek velice pomáhá! Děkujeme!

CHCI PŘÍSPĚT

Konzervy kukurice a rastlinných produktov sú pri uskladnení (zatvorené celé konzervy vo väčších zaváraninových sklenených fľašiach) v suchom prostredí jedlé desať a viac rokov. Problém konzerv je pri vlhku – konzerva koroduje a obsah sa pokazí. Aj plechové uzávery kompótových fliaš pri vlhku korodujú.

Cukor by mal vydržať pri uskladnení v sklenených fľašiach alebo nasýpaný cez lievik do plastových fliaš z nápojov stovky rokov, je prirodzený konzervant. V papierových obaloch cukor nasáva vzdušnú vlhkosť, zlepi sa do hrudy, vyteká z neho sladká slizká tekutina a obaly napádajú a ničia myši. Obsahuje veľa energie. Za socializmu sme ako deti boli viackrát zo školy v kine na filme Dumka o Kovpakovi. Bol to partizánsky veliteľ za vojny v Rusku. Celá jeho armáda prežila krutú zimu a náročný prechod hôr iba na varení bylín nájdených v lesoch s cukrom.

Soľ vydrží tisíce rokov, tiež v plastových alebo sklenených fľašiach, chránená pred vzdušnou vlhkosťou, inak sa zlepiť do tvrdej hrudy – aj z nej sa dá obrusovať a nie je nutné vyhodiť ju. Je nutné mať zásobu soli aj na konzervačné účely – výrobu kvasenej zeleniny, konzerváciu mäsa. So soľou sa dá aj obchodovať.

Olej vydrží bez zmeny kvality v zatvorených fľašiach v chlade najmenej 10 rokov. Necítil som žiadnu zmenu chuti. Obsahuje veľa energie a vitamínov. Olej, cukor a soľ sú dôležité potraviny.

Z nasekanej trávy urobíte chutnú a výživnú kašu buď na sladko s cukrom a olejom, alebo na slano so soľou a olejom, koreninami. Dokazujú to dlhoročné pokusy s jedením trávy s veľmi dobrými výsledkami. Trávu možno jeť nasekanú na kúsky, mladú trávu aj bez varenia alebo rozvarením na kašu, staršiu trávu vysušením a pomletím na múku. Po ochutení olejom a cukrom má taká kaša vysokú výživovú hodnotu, obsahuje množstvo vitamínov a minerálov, ako aj potrebnú vlákninu. V Iraku sa podľa terajších vojnových správ ľudia v noci plazili z úkrytov trhať trávu a voľne rastúce byliny, aby prežili, pričom riskovali smrť od ostreľovačov.

Cestoviny som jedol staré 10 rokov a nemali zmenenú chuť. Je potrebné umiestniť ich do zaváraninových fliaš a uzavrieť, aby nezvlhli a nenapadli ich hlodavce. Veľmi lacno si môžete urobiť zásoby na rok – v súčasnosti býva v supermarketoch výpredaj cestovín okolo 30 – 40 centov za balík. Strukoviny musia byť uzavreté v sklenených nádobách alebo plastových škatuliach a chránené nielen proti vlhku, hlodavcom, ale aj proti hmyzu – ak ich nasypete do väčších nádob, do nádoby môžete napríklad nafúkať biolit. Doma pestované strukoviny ošetríte od hmyzích vajčiek zmrazením v mrazničke. V sklade potravín používajte vrečka a lepové pasce na mole. V obchodoch je za pár desiatok centov polený lúpaný hrach, drahšia je šošovica, fazuľa.

Kompóty ovocia, zeleniny vydržia často aj viac ako 10 rokov. Rovnaký obsah v plechovkách nevydrží, pretože kyseliny po čase poškodia plechovku – podľa obsahu to môže byť už o tri roky.

Mäso, slanina a masť sa nehodia na dlhodobé skladovanie, ak nebudú chladničky a mrazničky. Zaúdené mäsové výrobky, masť, oškvarky vydržia pri dobrom skladovaní v chlade a chránené pred hlodavcami a hmyzom maximálne mesiace. Mäsové konzervy vydržia 2 – 5 rokov, ak sa skladujú v suchu. Konzervy možno dať do väčšieho zaváraninového pohára a zavrieť.

Zemiaky vydržia uskladnenie v pivnici iba mesiace, cibuľa, cesnak v suchu niekoľko mesiacov. Pri zelenine, zemiakoch, jablkách a ostatnom ovocí a zelenine musíte denne kontrolovať všetky plody a konzumovať po vykrojení tie, ktoré začnú podliehať plesni, hnilobe. Inak vám choré plody nakazia celú zásobu. Koreniny je možné uskladňovať celé roky. Tiež s nimi môžete obchodovať a vymieňať ich za iné veci.

Koreniny vylepšujú chuť jedla a dodávajú mnohé vitamíny a cenné liečivé látky. Napríklad klinčeky sú vhodné aj proti bolesti – žuvaním na bolesť zubov, proti červom a parazitom.

Všetky druhy sladkostí obsahujú veľa energie a sú dobré na udržanie optimizmu. Pri skladovaní v suchu sa nepokazia celé roky.

Dôležité potraviny, ktoré nepodliehajú skazeniu, sú aj sóda bikarbóna a kyselina citrónová. Obe sa používajú v kuchyni pri pečení alebo zaváraní a sú aj dôležitými domácimi liekmi.

Sušené bylinky a ovocie sú vhodné na prípravu čajov, zabezpečenie stopových látok a vitamínov. Udržujte si zásoby iba na rok, ktoré vždy po nákupe obmieňajte – najstaršie skonzumujte a doplňte novými baleniami, aby sa neplytvalo potravinami a vašimi prostriedkami.

Príprava dehydrovaných potravín V prípade rôznych katastrof a havárií môže skolabovať zásobovanie

elektrinou a plynom. Pri výpadku elektrickej energie po čase nebude ani zásobovanie plynom, plynovodné zariadenia sú závislé od elektriny. Benzínové generátory a záložné zdroje pri skúškach rakúskej armády z 80 % skolabovali do 12 hodín. V prípade prvotného výpadku zásobovania plynom sa ľudia budú chcieť ohriať elektrickými radiátormi, zohrievať vodu varičmi, nahradiť elektrinou plynové varenie... To spôsobí hlavne v zimnom období kolaps transformátorov a rozvodov elektriny. Preto je rozumné mať vopred pripravený záložný zdroj na varenie a palivo do neho. Prenosný varič využijete aj pri turistike v čase „mieru“.

Po nejakom čase výpadku elektriny nebude fungovať vodovod – na to upozornila občanov aj nemecká a rakúska vláda. Prevarená voda je dôležitá pri používaní vody získanej zo studní a povrchových vôd. Rozbor vody zo studní stojí stovky eur a základný rozbor sa robí iba pri kolaudácii, často s použitím sava vyliateho do vody, aby sa splnili limity. V mnohých studniach sú viaceré druhy fekálnych baktérií, ktoré môžu zhoršiť váš zdravotný stav v čase, keď to bude najmenej vhodné. Na získanie prevarenej vody na pitie, zalievanie dehydrovaných potravín, varenie cestovín, ryže... potrebujeme oheň – pevné palivo alebo plynové, liehové, benzínové variče. Oheň využívaný v bytoch na varenie a ohrievanie podľa odborníkov rapídne zvýši množstvo požiarov, a preto varujú ľudí, aby v prípade výpadku energií nenechávali ani oheň sviečok bez dozoru.

AUTOR: Peter Sabela

[ZDROJ](#)