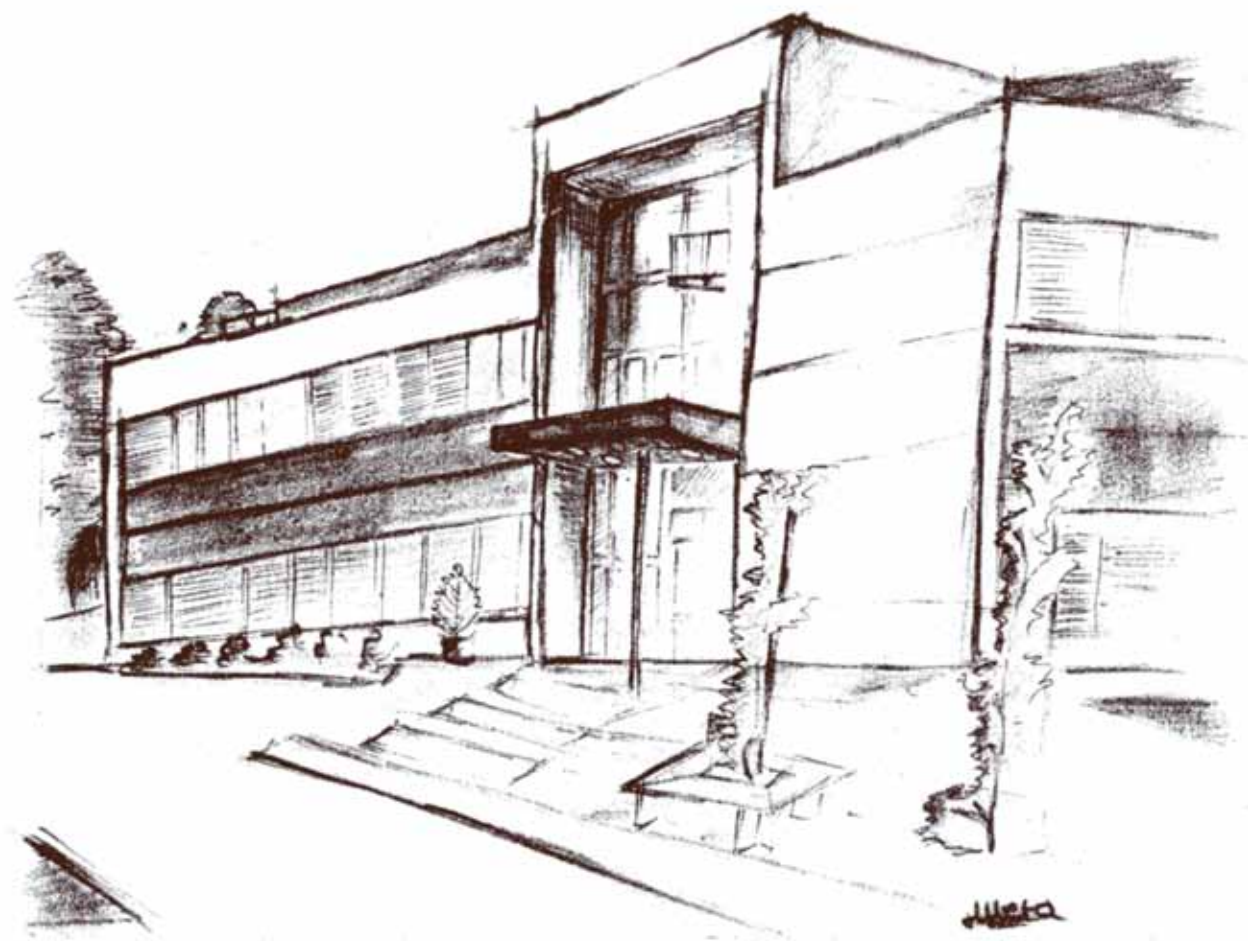


**ZIVC**

6. številka  
December 2012

ŠTUDENSKI ČASOPIS  
**VIŠJE STROKOVNE ŠOLE  
BIC LJUBLJANA**



## Priložnost za prihodnost

**Biotehniški izobraževalni center Ljubljana  
Višja strokovna šola**

Živilstvo in prehrana  
Gostinstvo in turizem

**lžanska cesta 10, Ljubljana  
01 28 07 606  
<http://www.bic-lj.si/vss>**

Sodelovanje s študenti in zbiranje prispevkov, aktualnih novic, utrinkov iz vsakdanjega življenja, strokovnih zanimivosti in dosežkov je oblikovalo šesto številko Živca. Vsako leto znova ugotovimo, koliko skritih talentov je med vami in kako težko vas je najti. S to številko časopisa smo vas nekaj odkrili in smo s tem korak bliže k skupnemu uspehu.

Uživajte ob branju!

*Zbrala in uredila Katarina Smole, predavateljica*

## SPOŠTOVANI,

*kar dobro smo že zakorakali v novo študijsko leto 2012/13 in počasi, a vztrajno se bliža koncu staro leto 2012. Tako kot vsa leta do sedaj, smo si leto 2012 zastavili zelo delovno in ga v delovnem razpoloženju tudi zaključujemo. Začeli smo ga s sodelovanjem na Informativi 2012, nadaljevali z dnevom odprtih vrat in z informativnimi dnevi ter bili pri tem navdušeni nad udeležbo bodočih študentov. Vmes so študenti obeh programov v februarju 2012 posneli promocijski video, ki ima do tega trenutka že preko 2500 ogledov.*

V začetku leta 2012 smo postali člani AEHT - Evropskega združenja hotelskih in turističnih šol, prav tako smo postali pridružena članica ugledne mednarodne strokovne organizacije na področju živilstva in prehrane ISEKI - FOOD ASSOCIATION. Povečali smo mednarodno sodelovanje tudi s šolami, poleg sodelovanja s šolami iz Novega Sada in Beograda, smo začeli sodelovanje še z Almo iz Colorna v Italiji, ki je šola vrhunske italijanske kulinarike.

Tudi v letu 2012 se lahko pohvalimo z velikim interesom študentov za opravljanje praktičnega izobraževanja v tujini, saj je 12 študentov praktične izkušnje pridobivalo preko programa Erasmus ter Animafesta (v Španiji in Avstriji), nekateri pa tudi izven tega v Ameriki.

Že drugo leto smo kot gostje Visoke turistične šole iz Beograda bili prisotni na največjem turističnem sejmu IFT v Beogradu in sodelovanje se nam obeta tudi za leto 2013. V maju 2012 so nas obiskali tudi študenti Visoke turistične šole iz Beograda in v Ljubljani preživeli prijetne, turistično obarvane dni.

Tudi letos smo prvi študijski dan za naše »bruce« živilstva in prehrane ter gostinstva in turizma začeli nekoliko drugače. Poleg predstavitev izkušenj s praktičnim izobraževanjem študentov 2. letnikov v tujini, smo k študentom živilstva in prehrane povabili predstavnico ŽITA, gospo Natašo Čepo, k študentom gostinstva in turizma pa g. Branka Lepošo, svetovnega podprvaka v mešanju pijač s peninami. Sledila je vožnja z ladjico ob pripovedovanju BIC zgodb naših predavateljev. In novo študijsko leto se je začelo.

Zelo ponosni smo na uspehe naših študentov na Olimpijadi poklicev 2012 v Belgiji (8. mesto v kuharstvu in medalja za odličnost (Neli Selan),

10. mesto v strežbi (Tomaž Primc)), na 59. Gostinsko turističnem zboru Slovenije (2 bronasti (Mojmir Šiftar in Izidor Kržišnik) in 2 srebrni medalji (Andrej Kamin, Matic Bergant), na kuharski olimpijadi v Nemčiji (4 bronaste medalje (Matic Bergant in Mojmir Šiftar)), na svetovnem kongresu v konoplji (Mojmir Šiftar je prejel zlato medaljo), na AEHT (Albert Cuznar in Mitja Hvalc sta odlično predstavljala šolo).

Zelo aktivno smo se vključili v Festival vin in kulinarike v Ljubljani ter sodelovali na Ljubljanski vinski poti v novembru 2012, vse bolj širimo sodelovanje z gospodarstvom, in še, in še bi lahko naštevali. Izvedene so bile številne delavnice Mami, oči, v soboto kuham jaz, pri katerih so soustvarjali naši študenti in številni ostali projekti, strokovne vaje, na katerih so se izkazali naši študenti pod mentorstvom njihovih predavateljev.

November 2012 smo zaključili z 2. mednarodno strokovno konferenco Trendi in izzivi v živilstvu, prehrani, gostinstvu in turizmu, na kateri je sodelovalo kar 97 udeležencev s svojimi prispevki iz 12 držav, december 2012 pa posvečamo našim diplomantom - diplomantom 4. generacije. Ob tej priložnosti vsem 59-tim diplomantom v letu 2012 čestitam.

To je le nekaj izmed dogodkov v letu 2012, ki smo jih skupaj soustvarjali, še zdaleč pa niso to vsi. Na vse skupne rezultate smo zelo ponosni, zelo dobro pa se zavedamo, da nas čakajo novi izzivi tudi v novem letu 2013.

Ob koncu leta 2012 in začetku 2013 želim vsem še veliko uspehov na študijski, poslovni in osebni poti. SREČNO in USPEŠNO!

*mag. Tjaša Vidrih, ravnateljica*

## BIC LJUBLJANA – SODOBNI CEHI

Na Biotehniške izobraževalnem centru Ljubljana smo se s ponosom in veliko vnemo, spomladi 2012, vključili v aktivnosti za pridobitev certifikata Družini prijazno podjetje. Certifikat Družini prijazno podjetje je svetovalno-revizorski postopek, ki temelji na družbeno odgovornem principu upravljanja sodelovanja z zaposlenimi, s poudarkom na usklajevanju poklicnega in zasebnega življenja. Certifikat je dolgoročen svetovalni postopek, ki zagotavlja pozitivne učinke, ki segajo preko usklajevanja poklicnega in zasebnega življenja, in odraža konkurenčne prednosti s pozitivnimi ekonomskimi učinki za podjetje ter dolgoročne učinke za družbo. Biotehniški izobraževalni center Ljubljana je pridobil certifikat Družini prijazno podjetje 15. 5. 2012.

*Boštjan Ozimek, koordinator projektov*



## PRAZNIČNIM DNEM NAPROTI V DRUŽBI KAKOVOSTNIH JEDI IN VINA

Pred nami je »veseli december«, čas, ko nakupujemo darila za svoje najdražje in hkrati uživamo v okusih prazničnih jedi pa tudi različnih vrst vina. Čeprav se priporočila pri izbiri vina k jedem z leti spreminjajo, še vedno veljajo nekatera ustaljena pravila. Za aperitiv so bolj kot žgane pijače primernejše vrste kakovostnega suhega ali penečega vina. Vino, ki ga uživamo ob jedi, mora dopolniti osnovni okus jedi in ga ne sme prekriti. Zavedati se moramo, da vino spodbuja apetit, saj njegova aroma vzburja celice, ki uravnavajo izločanje želodčnega soka.



Vino je neločljivo povezano z jedjo, zato je prava izbira zelo pomembna. Pri odločitvi lahko svetujejo sommelieji. Pri klasičnem jedilniku je vrsta vina običajno izbrana glede na glavno jed. Če je obrok sestavljen iz več jedi oziroma hodov, se k posameznim jedem ponudi primerno vrsto vina, običajno ne več kot tri: prvo za hladne začetne jedi, drugo ob glavni jedi in tretjo ob sladici.

Pravila pri kombiniranju vina glede na vrsto jedi:

- od belega vina k rdečemu,
- od mlajšega proti starejšemu,

- od suhega proti sladkemu,
- od lažjega proti težjemu,
- od manj aromatičnega k bolj aromatičnemu,
- ustreznost vina glede na način priprave jedi.

**Tabela: Preizkušene kombinacije jedi in vina**

VRSTA JEDI	VRSTA VINA
samostojne hladne predjedi	suha, mlada, lažja in nearomatična vina
zelenjavne in kombinirane juhe: ponudimo enaka vina, kot smo jih uporabili pri pripravi	suho belo vino
sadne juhe: ponudimo enaka vina, kot smo jih uporabili pri pripravi	aromatična sladka polna vina
testenine z mesom	renski ali laški rizling
ribe (odvisno od načina priprave)	bela in rdeča vina
polži in ocvrti žabji kraki	sauvignon ali renski rizling, lahko rose
jedi iz belega mesa: perutnina, kozliček, domači kunec	lahka in srednje težka bela vina
telečje meso in kuhana govedina	suho in polsuho belo vino ali mlado rdeče vino
jedi z govedino, divjačino, svinjino, ovčetino	rdeče vino ali polsuho belo vino
pikantni golaž	rdeče vino
mladi sir	laški rizling
polmastni in mastni sir	polsuha bela vina in lažja rdeča vina
sir s plemenito plesnijo	sladka bela vina, srednje težka rdeča vina
ocvrti sir	suho belo vino (laški rizling, rebula, malvazija)
kisle jedi	lahko sveže prijetno kislo belo vino ali suho peneče se vino
paštete	milo, ne preveč kislo vino
kaviar, raki	suho peneče se vino, lahko suho belo vino
potica, šarklji, krofi, sadni kruh	vino pozne trgatve ter peneče vino z ostankom sladkorja
šarlota, rulada s sadjem, čajno pecivo	penneče se vino ali polno, bogato belo vino z ostankom neprevretega sladkorja
sladice s čokoladnim prelivom	desertno vino
črna čokolada	desertno vino Porto

## ŠE NEKAJ NASVETOV, ČE SE ZNAJDEMO V RESTAVRACIJI

Kdor ni pravi poznavalec vinskih vrst, se pogosto znajde v zadregi, ko je treba v restavraciji z vinskega lista izbrati vino k obroku. Velika prednost pri izboru vina v restavraciji je, da posameznik vino lahko pred naročilom preizkusi in ga tudi zavrne, če mu ni všeč.

Nasveti:

- 1. Vzemimo si čas.**  
V miru preučimo celoten seznam različnih vrst vina in se o izbiri posvetujemo s svojimi kolegi pri mizi.
- 2. Izbirajmo tiste vrste vina, ki jih poznamo.**  
To lahko velja tako za ime pridelovalca kot za vrsto vina. Če nam je na primer všeč sauvignon, ga izberemo tudi v restavraciji. Lahko pa tvegamo in naročimo kaj novega.
- 3. Bodimo pazljivi pri izbiri starejših letnikov vina.**  
Pregovorno sicer velja, da so starejši letniki vina boljše, a to ni nujno. Če si zaželimo starejši letnik vina, se raje odločimo za ne preveč starega in se posvetujemo z natakarjem.

### 4. Cena vina ne odraža nujno njegove kakovosti.

Če se lahko pri izbiri vina v trgovini zanašamo na to, da so dražja vina tudi kakovostnejša, poznavalci opozarjajo, da v restavracijah takšno razmerje ni nujno.

### 5. Izberimo lahko vino.

Vino ob jedi naj ne bo premočno in naj ne vsebuje preveč alkohola, ustrezne so lažje vrste vina. Če pa želimo izpostaviti vrsto vina, je izbire več kot dovolj.



Drage študentke in študenti, želim vam, da letošnje praznike preživite brez občutka slabe vesti in nepotrebnih skrbi.

Na zdravje, bodite zmerni pri jedači in pijači.

*Milena Suwa Stanojević, predavateljica*

## MED IN ČEBELE

V idiličnem predmestju Ljubljane na Brezovici se na domačiji »Pri Fajt« med drugim ukvarjamo tudi s čebelarstvom. V čebeljaku, polnem pridnih čebel, nastaja zelo dober med v 27 panjih, v vsakem izmed njih je od 50.000 do 100.000 čebel. Čebeljak stoji na travniku ob robu gozda, zato največkrat nabiramo mešani gozdni in cvetlični med. Kot gozdni med najpogosteje nabiramo smrekovega, ko zacveti kostanj, pa tudi kostanjevega. Količina medu je odvisna od letine oziroma letnih podnebnih razmer. Letošnje zelo sušno poletje je slabo vplivalo na celotni pridelek, iztočili smo le 200 l meda, kar je tretjino manj kot leto poprej.

Med uvrščamo med sladila z visoko hranilno vrednostjo in dokazanimi zdravilnimi učinki. Poveča našo imunsko in telesno moč, izboljšuje tako naše počutje kot zdravje. Uporabljamo ga pri prehladnih obolenjih, obolenjih dihalnih poti, blaži vnetje grla, pomirja, omogoča sprostitvev in boljši spanec, celi rane in je izreden vir energije. Med večinoma sestavljajo različne vrste sladkorja (70 do 80 %), predvsem sadni (fruktoza) in grozdni sladkor (glukoza), nekaj je tudi sestavljenih vrst sladkorja (saharoza, maltoza). Vsebuje vitamine, proteine, encime, aminokisliline, eterične vrste olja, ki mu dajejo značilno aromo, ter minerale



Čebeljak na robu travnika



... v panju pa veselje

(kalij, kalcij, natrij, magnezij, železo ...) zaradi katerih ima različno barvo. Glukoza kot osnovna hranilna snov v medu lahko pri določenih pogojih tvori kristale, zato se med strdi ali kristalizira. Od tod je pridobil ime »strd«. Zaradi kristalizacije spremeni tudi barvo in okus. Kristaliziran med se lahko ponovno utekočini s segrevanjem do 40 °C. Med ni naš edini pridelek, pridelujemo tudi propolis. Čebele ga naredijo ob straneh do okužbe. Propolis ima mikrobiološke zdravilne učinke, uničuje bakterije, viruse in glive. Pospešuje celjenje ran in odrgnin, pomaga pri premagovanju prehlada in gripe, preprečuje vnetje ustne votline, dlesni in žrela ter je učinkovit pri zdravljenju herpesa. Uporaben je tudi pri zdravljenju želodčnih težav. Je od rjavo do rjavo-zelene barve, diši po medu, čebeljem vosku in malo tudi po vanilji.

*Matej Bokavšek, študent 2 ŽP*

## FITNES PREHRANA

Moja fitnes kariera se je začela, ko sem se odločil, da se znebim odvečne maščobe in bolj definirano izoblikujem svoje telo. Začel sem obiskovati fitnes. Po napornih treningih sem bil vedno utrujen in lačen. Ker se izobražujem v šoli, kjer vsak dan veliko slišim o zdravi prehrani ter uravnoteženem prehranjevanju, sem se odločil, da za regeneracijo mišic ne bom pil »praškov« in jedel raznih »ploščic«, ampak bom užival običajno hrano, ki je preverjeno dobra in zdrava. Takšen način prehranjevanja mi dnevno vzame kar nekaj časa za načrtovanje izbora in pripravo živil. Tedensko

preživim deset ur v fitnesu, kar ob študiju in dekletu predstavlja skoraj ves moj prosti čas. Vsak moj dan se vedno začne z zajtrkom, ki vključuje ovsene kosmiče, mleko in katero izmed vrst sadja. Zaradi predavanj in ostalih obveznosti je načrtovanje in uživanje izbrane hrane ob določenem času kar velik problem. Zato najpogosteje nosim hrano s seboj in jo pojem, ko sem lačen. Za malico si vedno privoščim "šejk", v katerega dam banano ali drugo sadje, posneto skuto, jogurt z malo maščobe in sladkorja. Tudi kosilo največkrat pripravljam doma sam zase, saj tako poskrbim

za njegovo primerno sestavo in kakovost. Včasih pomislim na uživanje hrane v restavraciji z uporabo študentskih bonov, vendar obroki, pripravljene v gostinskih obratih, zajemajo razne dodatke in so zelo mastni. Doma pa si največkrat pripravim piščanca v naravni omaki ter polnozrnatih testenin in sadje. Na popoldanski trening odidem, ko se mi hrana poleže, saj z vidika zdravega prehranjevanja telo potrebuje čas, da hrano prebavi. V fitnessu so treningi razporejeni tako, da dnevno delam vaje za dve vrsti mišic, npr. prsi in bicepse, drugega dne hrbet in tricepse ter trebušne mišice, tretjega dne ramena in trapeze, četrtega dne so na vrsti vaje za noge in petega dne za trebušne mišice ter krepilne vaje na drogu. Na koncu vsakega treninga za razbremenitev mišic gonim kolo ali tečem na tekalni stezi. Zelo je pomembno, da ne treniram vsak dan istih mišic, saj slednje

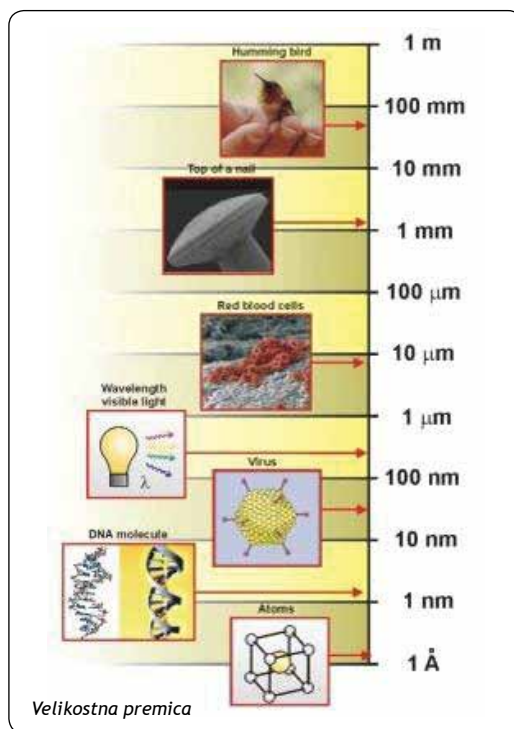
potrebujejo regeneracijo. Pri tem je pomembno uživanje mineralov in beljakovin za čim boljši razvoj in izoblikovanje telesa. Po treningu, ko mi energije že zmanjkuje in je nivo sladkorja nizek, si najprej privoščim banano, saj ima visok delež ogljikovih hidratov ter ugodnih mineralov, ki kar hitro preidejo v kri. Proti večeru pa najraje pojem pečeno ribo, riž ter solato ali tunino solato. Sveža zelenjava je odličен dodatek k obroku, saj ne vsebuje veliko energijske vrednosti in je bogata z vitamini. Tudi ribe naj bi bile pri športnikih pogosto na jedilniku, saj vsebujejo veliko beljakovin in omega nenasičene maščobne kisline, ki so za telo nujno potrebne. Da ne pozabim na vodo, ki jo vedno imam vedno s seboj in jo dnevno popijem tudi 2 l ali več.

Anže Stanonik, študent 2 ŽP

## NANOTEHNOLOGIJA V ŽIVILSTVU

Nanotehnologija je ena najhitreje rastočih znanstvenih disciplin, ki se močno izraža tudi že v živilski tehnologiji. Je tehnološki pristop načrtovanja, sinteze, manipulacije, nadzora na nanometrski ravni, s katero spremembo lahko pridobimo popolnoma nove lastnosti materialov - živil. Številna ostala področja, kot so farmacija, medicina, kozmetika, elektrotehnika, biotehnologija, ... so z razvojem nanotehnologij že močno napredovala. »Nanoživila« so živila, ki so proizvedena, predelana ali embalarana z uporabo nanotehnologij ali pa so jim bili dodani nanodelci.

Uporaba nanotehnologij na področju proizvodnje in predelave živil in prehranskih dopolnil obeta razvoj živil z boljšimi funkcionalnimi lastnostmi; novimi okusi in teksturo, boljše izdelke z manj soli, sladkorja ali maščob ter povečano vsebnostjo vitaminov in hranilnih snovi. Raziskave in razvoj nanotehnologij so bolj natančno usmerjene v razvoj novih embalažnih materialov za živila, nano-enkapsuliranih sestavin in aditivov in nano nosilcev za dostavo hranil in prehranskih dopolnil. Pri embaliranju živil so z nanotehnologijo prišli do tako imenovane »aktivne« in »pametne« embalaže. Aktivna embalaža ima vgrajene nanodelce kovinskih oksidov (srebrov, titanijev, cinkov...) s protimikrobnimi lastnostmi. Površino plastičnega embalažnega materiala zaščiti pred rastjo mikroorganizmov in s tem posledično zmanjšuje možnosti kontaminacije embaliranega živila. Pa-



metna embalaža ima vgrajene nanosenzorje, s katerimi spremljamo kakovostno stanje embaliranega živila. Npr. spremljanje spremembe pritiska

v vakuumski embalaži ali naraščanje oziroma padanje temperature zamrznjenih živil.

Velikost in strukturiranost sestavin živila vpliva na njegovo funkcionalnost s tem, da določa okus, teksturo in stabilnost. Z nanotehnologijo lahko manipulirajo z velikostjo in strukturo sestavin živila. Tipični izdelki bi bili nano-strukturirani sladoledi, majoneze ali namazi, ki bi z manjšo vsebnostjo maščobe bili enako »kremasti in mazavi« kot sicer. Npr. majoneza, ki je sestavljena iz nanomicel, znotraj katerih so kapljice vode namesto maščobe; enaka struktura in okus z veliko manjšo vsebnostjo maščobe. (Filipič, 2012)

Z novimi tehnologijami pa se seveda odpira tudi

vedno več dilem. Je nanoživilo dokazano varno živilo za zdravje potrošnika? Lahko sto odstotno trdimo, da je nanotehnologija varna za okolje - trajnostno naravnana? Bodo nanoživila sprejemljiva za potrošnika? Za vsa ta vprašanja, bo morala evropska zakonodaja za zagotavljanje varne hrane, še dokazati pravilne odgovore, preden bodo nanoživila, resnično prišla na naše police.

*Literatura: FILIPIČ M. 2012. Koristi in tveganja uporabe nanotehnologij v živilski industriji. Farmacevtski vestnik 2012; 63. 88-89.*

*Katarina Smole, predavateljica*

## USPEH NAŠEGA ŠTUDENTA V PARIZU



*Mojmir Šiftar, Alaina Ducasse in tekmovalce iz Danske*

V nedeljo 11. in ponedeljek 12. novembra 2012 se je naš študent Mojmir Šiftar udeležil enega največjih svetovnih hotelirskih sejmov v Parizu E'Quip Hotel. Med številnimi kuharskimi tekmovanji je potekalo tudi tekmovanje v pripravi glavne jedi. Tekmovalce je izbrala Francoska kulinarčna federacija pod pokroviteljstvom enega izmed najboljših kuharjev na svetu g. Alaina Ducasseja. Štirje tekmovalci so bili iz Francije, stari več kot 30 let in z mnogimi delovnimi izkušnjami. Ostala dva tekmovalca sta bila 20-letni študent z Danske, ki je na tekmovanju zmagal, in naš Mojmir Šiftar, ki se je uvrstil na izvrstno četrto mesto. Čestitamo.

*mag. Dejan Cvitkovič, predavatelj*

## BRON ZA SLOVENSKO MLADINSKO KUHARSKO EKIPO

Naša študenta gostinstva in turizma Mojmir Šiftar (2. letnik) in Matic Bergant (1. letnik) sta del slovenske mladinske kuharske ekipe, ki se je med 6. in 9. oktobrom 2012 potegovala za odličje na kuharski olimpijadi (IKA) v nemškem Erfurtu. Slogan letošnjega letošnjega tekmovanja je bil »Go for Gold«. Med 25-imi državnimi ekipami je bila najboljša ekipa Švedske, slovenska ekipa pa si je priborila bronasto medaljo. Čestitamo.

*mag. Tjaša Vidrih, ravnateljica*





## TURISTIČNA IN GOSTINSKA PONUDBA V SREDIŠČU SLOVENIJE

Se želite dotakniti naše lepe Slovenije čisto na sredini? Potem vas bo pot morala zanesti v vas Spodnja Slivna, v kateri je geometrično središče Slovenije (GEOSS). Pravo GEOOS točko prepoznate po spomenikih in zastavah. To pa ni edina destinacija, ki jo lahko obiščete v tej majhni vasi. Prav tako vas bo navdušil obisk pustolovskega parka GEOSS, ki se nahaja v neposredni bližini. V njem se lahko zabavajo tako otroci kot odrasli. Željni adrenalina lahko plezajo po različnih težavnostnih poteh. Za varnost obiskovalcev poskrbijo odlično izurjeni inštruktorji in dobra oprema.

Sosednja vas Vače prav tako ponuja veliko znamenitosti, vredne ogleda. Ena izmed najpomembnejših je prav gotovo vaška situla. Povečano kopijo Vaške situle iz starejše železne dobe lahko obiskovalci vidijo še danes. Gre za bronasto posodo iz pločevine, ki so jo izkopali na arheološkem najdišču, in velja za najlepšo na Slovenskem. Upodobljene figure vaške situle so natisnjene tako na osebni izkaznici kot potnem listu. Kopije situle so cenjena protokolarna darila, ki jih



150 let stara hiša Pr` Lavrič

naši državniki poklanjajo ob obiskih v tujini. Za ogled zelo zanimiva je tudi fosilna morska obala, ena izmed najlepše ohranjenih v svetu, čeprav tako daleč od morja. Dobro so ohranjeni sledovi zelo redkih školjk in ostanki zob morskoga psa iz pred trinajst milijonov let. V cerkvi sv. Andreja je na ogled največji božji grob iz leta 1864, še večja dragocenost te cerkve pa je križev pot iz leta 1834. Pozornost pritegnejo tudi druge zgodovinske znamenitosti, kot so obnovljeno vaško perišče (uda), sušilnica lanu, vodnjak in vaška tehtnica.

Od tod pa obiskovalci vsekakor ne odidejo lačni. Na nadmorski višini 700 metrov se nahaja s soncem obsijana ekološka kmetija Pr` Lavrič, ki je moj dom in se ponša z dobro domačo - ekološko pridelano hrano. Kulinarična posebnost naše kmetije je pečena jagnjetina. Na mizi pa se velikokrat znajdejo tudi domače klobase ter drugi suhomesnati izdelki, npr. pravljeni pri nas doma.

Vabljeni v središče Slovenije!

*Klavdija Lavrič, študentka 2 ŽP*

## ZAKLJUČILA SE JE OLIMPIJADA POKLICEV - EUROSKILLS V BELGIJI

V nedeljo 7. oktobra 2012 se je zaključila olimpijada poklicev v Belgiji. Za tekmovalca Neli in Tomaža je bila to vsekakor dobra izku-

šnja, a tudi izjemno naporna. Prav tako to velja tudi za njuna mentorja go. Marjeto Cevc in g. Janeza Žusta, ki sta imela dvojno po-



Neli Selan s pripravljenimi jedmi



Tomaž Primc med ocenjevanjem vina



Sprejem pri predsedniku države

Celotno ekipo, ki je zastopala Slovenijo na evropskem tekmovanju v poklicnih spretnostih EuroSkills 2012, sta ob vrnitvi domov sprejela tudi predsednik republike dr. Danilo Türk in minister za izobraževanje, znanost, kulturo in šport dr. Žiga Turk.

slanstvo, poleg mentorstva študentoma sta se preizkusila tudi v vlogi uradnih slovenskih sodnikov na olimpijadi poklicev. Z rezultati naših dveh študentov smo zelo zadovoljni. Neli Selan je v močni konkurenci mladih kuharjev iz 15-ih držav zasedla 8. mesto in prejela tudi medaljo za odličnost. Tomaž Primc je prav tako v močni konkurenci vrstnikov iz 15-tih držav, ki so tekmovali v kategoriji strežbe, zasedel 10. mesto. Na rezultate obeh študentov smo zelo ponosni.

*Marjeta Cevc, predavateljica*

## PUJSEK - HIŠNI LJUBLJENČEK

Splošno znano je, da je lev kralj živali. Vendar nekateri menimo, da je kralj živali pujs. Je lep, pameten in dober prijatelj, prijazen in čist, da se ga tudi marsikaj naučiti. Veliko ljudi niti ne ve, da so pujski lahko odlični hišni ljubljenci. V članku sta predstavljeni dve vrsti pujskov - hišnih ljubljencev. Eden je vietnamski in se imenuje Oto, drugi pa krško-poljski z imenom Pipi. Vsaka vrsta ima svoje značilnosti in zanimivosti, predstavniki obeh pa se lahko zelo dobro in veliko naučijo, seveda imajo tudi svoje muhe. Zelo so trmast, izbircni, svojeglavi in včasih tudi preveč pametni. So na petem mestu najbolj pametnih živali v svetu. Zelo radi jedo. Njihov jedilnik zajema koruzo, kruh, zelišča, mleko, kuhano zelenjavo, sadje, brikete ... Pipi ima za hrano prav poseben merila. Zelenjavna juha ne sme biti kuhana niti preveč niti premalo in tudi porcija mora biti ravno pravšnja. Oto kar sam odpre posodo z barvo ali motornim oljem, zato moramo še posebej paziti, da ne bi to postalo njegov obrok. Oskrba je podobna kot pri psih: pravilna prehrana, večkratni sprehodi, kopanje, krtačenje ... Iztrebljanja se lahko navadijo celo na svojem stranišču. Zelo hitro pa se naučijo tudi kakšnih neumnosti in postanejo pravi lumpi. Vietnamski prašički so po naravi zelo social-

ni, živijo od 15 do 20 let in dosežejo do 70 kg. So bele, črne in roza barve pa tudi pisani. Krško-poljski prašički so edina ohranjena slovenska avtohtona pasma prašičev, ki dosežejo do 90 kg. Izvirajo z dolenskega področja Slovenije. Obe pasmi sta zelo dovzetni za pljučnico, ker imajo živali zelo majhna pljuča. Pljučnico lahko dobi tudi zaradi stresa. Lahko potrdiva, da prašiča sploh ni težko spraviti v stres. So zelo občutljivi in si hitro zapomnijo fizične kazni. Zelo dobro si zapomnijo tudi svoje ime. Pujsek Oto se je naučil, da mora stopiti na stopnico, če hoče dobiti priboljšek. Pipi pa zna celo odpreti vrata. Prašiči se zelo navežejo na človeka ali psa. So zelo sočutni in na razpoloženje človeka vplivajo pozitivno. Otroci z alergijo na pasjo ali mačjo dlako si za hišnega ljubljence lahko omislijo pritlikavega prašička. V Sloveniji je že veliko družin, ki imajo te prijazne hišne ljubljence. Zmotno je mnenje nevednih ljudi o prašičkih, da smrdijo, so neumni, umazani in da je dobro le njihovo meso. Lahko so celo boljši prijatelji kot marsikateri človek. Upam, da bodo ljudje z napačnimi mnenji spremenili svoja stališča in te živali bolj spoštovali.

*Vesna Kop in Nina Vertačnik, študentki 2 ŽP*

## MEDNARODNA KONFERENCA V MAKEDONIJI – ASSOCIATION EUROPÉENNE DES ECOLES D'HÔTELLERIE ET DE TOURISME (AEHT)

Mitja Hvalc in Albert Cuznar študenta programa gostinstvo in turizem sva kot predstavnika BIC Ljubljana letos prvič sodelovala na letni mednarodni konferenci AEHT, ki je potekala v Ohridu in Skopju v Makedoniji. Predhodne priprave in taktiko tekmovalnega dela sva pridobila od mentorice predavateljice Vesne Loborec.

Na konferenci je bilo možno tekmovali v različnih gostinsko-turističnih veščinah. To je potekalo tako, da so si izbrani kandidati šol, fakultet in drugih izobraževalnih programov že ob prijavi na kongres izbrali v kateri veščini bodo tekmovali. Vse skupaj jih je bilo osem (Cooking Competition, Pastry Competition, Restaurant service and Wine service Competition, Cocktail Competition, Barista Competition, Tourist Destination Competition, Front office Competition, Hospitality Management Competition).

Prvi dan, so nas tekmovalce razvrstili v skupine in vsak udeleženec iz določene večšine je dobil še sotekmovalca s katerim smo sodelovali na dan tekmovalja. Tekmovalja so potekala tri dni. Mitja, ki je tekmoval na področju recepcije (Front office) je dobil nalogo simulacije situacije na recepciji. Na tekmovalju jo je »reševal« z dodeljeno sotekmovalko. Jaz in sotekmovalca Grega iz Umaga pa sva na področju managementa turističnih destinacij predstavila poznavanje turističnega trga Makedonije in Ohrida ter na podlagi SWOT analize (Strengths, Weakness, Opportunity, Threat), prikazala turistični potencial in določene turistične niše, primerne za Ohrid kot tudi za celotno Makedonijo. Predstavitev sva imela v obliki Youtube, Adobe Premier 10, PowerPoint in



Študenta Albert Cuznar in Mitja Hvalc s predavateljico Vesno Loborec.

sva jih predstavila ocenjevalnim sodnikom, ki so naju ocenili ter komentirali najino delo.

Vseh večšin je bilo torej osem. Vsaka je obsegala določeno število skupin. V managementu turističnih destinacij, kjer sem tekmoval jaz je bilo 16 skupin, torej vseh udeležencev 32. V »recepciji« pa 28 skupin ter 56 tekmovalcev. Vseh skupaj nas je bilo okoli 500 tekmovalcev, 200 mentorjev iz 32 različnih držav.

Vsekakor je tekmovanje obsegalo tudi strokovno vodene ekskurzije po Ohridu, kjer smo bili opozorjeni na določene stvari, nepoznane vsakdanjemu turistu. Mentorji pa so se udeleževali generalnih skupščin in skupnih vodenih izletov. Nagrade za najboljše so bile podeljene na zaključni gala večerji, ki je potekala 13. 10. 2012 v hotelu Aleksandar Palace v Skopju.

*Albert Cuznar, študent 2 GT*

## 2. MEDNARODNA KONFERENCA TRENDI IN IZZIVI V ŽIVILSTVU, PREHRANI, GOSTINSTVU IN TURIZMU

16. in 17. novembra 2012 je v prostorih BIC Ljubljana potekala druga mednarodna strokovna konferenca Trendi in izzivi v živilstvu, prehrani, gostinstvu in turizmu. Konferenco sta v petek svečano odprla direktorica BIC Ljubljana mag. Jasna Kržin Stepišnik ter direktor Centra RS za poklicno izobraževanje Elido Bandelj.

Nadaljevala se je s prvim delom plenarnih pred-

stavitev, ki ga je s predavanjem Partnership Between Education and the Economy začela dr. Shirley Pasioka iz kanadske School of Health, Wellness and Career Studies at Grande Prairie Regional College in Alberta. Sledila je predstavitev Josea Filipea Torresa iz podjetja Bloom Consulting iz Španije z naslovom How to Build a Brazilian City and Respective Brand From Scratch, plenarni



Eno izmed plenarnih predavanj



Slavnostna večerja

del pa je zaključila dr. Irena Fonda iz podjetja FONDA.SI s predavanjem Zaljubljeni v morje.

Po odmoru, med katerim so udeleženci konferen- ce imeli priložnost razpravljati z avtorji izobeše- nih plakatov, so potekale predstavitve prispevkov po sekcijah. V osrednjem delu konference je bilo prijavljenih 97 prispevkov, skupno pa je na konferenci s prispevki sodelovalo več kot 150 avtorjev iz dvanajstih držav. Udeleženci konference so v petek lahko tako predstavili kot spoznali trende in izzive s področja živilstva in turizma, posebna sekcija pa je bila namenjena študent- skim prispevkom. Medtem ko so bili prispevki s področja živilstva izredno raznoliki in so variirali od kemijskih analiz in tehnoloških procesov do nadzora kakovosti in stališč potrošnikov, so avtor- ji prispevkov s področja turizma namenili osred- njo pozornost predvsem inovacijam ter širšemu vidiku zaposlovanja v turizmu. Študenti pa so se s svojimi prispevki večinoma osredotočili predvsem na študije primerov.

Po osrednjem delu se je petkov program nada- ljeval z druženjem udeležencev konference na vodenem ogledu središča Ljubljane, zaključil pa s svečano večerjo v prostorih BIC Ljubljana, pri katere izvedbi so sodeloval naši študenti gostin- stva in turizma ter dijaki Konservatorija za glasbo in balet Ljubljana. Konferenca se je nadaljevala v soboto zjutraj z drugim delom plenarnih pred-

stavitev. Kot plenarni predavatelji so se zvrstili dr. Veronika Abram z Biotehniške fakultete Univerze v Ljubljani s predavanjem Phenolic Compounds in Food, nato mag. Sergio Foti iz argentinskega pod- jetja Hoteliers Inspiration s prispevkom Getting Results Through Individual and Organizational Accountability, plenarni del pa je zaključila dr. Elizabeta Mičović z Ministrstva za kmetijstvo in okolje s prispevkom Prepoznavanje nevidnih tve- ganj z vidika zagotavljanja varne hrane in varstva potrošnikov.

Po odmoru so sledile predstavitve po sekcijah, ki so bile razdeljene na področja prehrane, turizma in gostinstva. Udeleženci konference so imeli pri- ložnost slišati predstavitve različnih tematik, od odnosa do gensko spremenjenih organizmov do trajnostnega razvoja v kulinariki.

Druga mednarodna strokovna konferenca Trendi in izzivi v živilstvu, prehrani, gostinstvu in turizmu se je zaključila z okroglo mizo z naslovom Hrana in vino od proizvodnje do turizma, na ka- teri so o tematiki razpravljali dr. Elizabeta Mičo- vič, podsekretarka na Ministrstvu za kmetijstvo in okolje Republike Slovenije, Drago Bulc, turistični novinar, Miha Istenič, direktor podjetja Penine Istenič, Janez Čretnik, direktor podjetja Mediacor, ter Marjeta Cevc, predavateljica na BIC Ljublja- na, Višji strokovni šoli.

Naslednja konferenca je predvidena za leto 2014.

## ŠTUDIJ AGRONOMIJE TER ŽIVILSTVA IN PREHRANE

Kot univerzitetna diplomirana inženirka agrono- mije predstavljam v sestavku poglede in koristi obeh vrst študija glede na pestrost obravnavanih področij.

Med študijem agronomije na Biotehniški fakul- teti me je veliko ljudi spraševalo, kaj študiram.

Kljub jasnim odgovorom so študij zamenjevali z ekonomijo. Zato sem sklepala, da jim je izraz agronomija tuj in ga ne poznajo prav dobro. Po- jasnilo k zgornji trditvi je sledeče: agronomija je znanstvena veda, ki se ukvarja predvsem s kme- tijstvom in živinorejo, sestavljajo pa ga panoge



Špela v pršutarni

od vrtnarstva, sadjarstva, vinogradništva in poljedelstva. Tematika sestoji iz raznovrstnih področij, ki se soočajo s pridelovanjem hrane v globalnem pomenu besede. Pridobivanje praktičnega znanja je potekalo v okviru terenških vaj, kjer smo opravili

spomladansko rez sadnih dreves, vinske trte, se udeleževali pri oranju zemlje, sejali in prebirali semena poljščin in zelenjadnic, preučevali škodljivce ter tretiranje s kemičnimi in naravnimi pripravki, si ogledali vinske kleti z žlahtno kapljico ... Univerzitetni program bolj kot na praksi

temelji na teoriji in raziskovalnem delu. Rdečo nit študija je predstavljalo predvsem vprašanje, na kakšen način najbolj optimalno poskrbeti za tla, da izkoristimo čim večji potencial za rast in razvoj pridelkov ter živali. Sama odločitev za izbiro smeri agronomije ni bila težka, saj sem bila že od malih nog dejavna v sodelovanju z naravo in skrbjo za živali. Vedno sem bila navdušena nad vložnim delom in pričakovanjem, s čim in v kolikšni meri se bo stvar povrnila. Rada iščem izzive predvsem v praktičnem udejstvovanju, saj le tako v pravi meri spoznavam svoje vrline in sposobnosti.

Menim, da v današnjih časih potrebujem čim več znanja, če hočem voditi lastno dejavnost. Predvsem me zanima vzreja ovc in koz ter predelava njihovih produktov. Samo ponudbo bi predstavila širši javnosti s primerom dobre prakse. Zanimanje za tehnologijo mesa in mleka, sestavo živil ter pripravo le-teh z možnostjo praktičnega udejstvovanja, me je dodatno spodbudilo k študiju smeri živilstva in prehrane.

Špela Sekne, študentka 2 ŽP

## 15. SLOVENSKI FESTIVAL VIN IN 5. FESTIVAL KULINARIKE V HOTELU UNION

V četrtek, 22. in petek 23. novembra 2012 je v hotelu Union potekal festival vin in kulinarike. Študenti Višje strokovne šole so bili aktivni udeleženci festivala. V okviru Festivala kulinarike so obiskovalcem nudili v degustacijo jed na žlico (Lečina juha z mesnimi kroglicami in Ričet s kranjsko klobaso). Pri pripravi jedi "v živo", sta z vrhunskimi slovenskimi kuharskimi mojstri sodelovala študenta BIC Ljubljana Siniša Borič, ki je pripravljal jed v sodelovanju z Janezom Bratovžem iz gostilne JB ter Matic Bergant, ki je sodeloval pri pripravi jedi z Matjažem Erzarjem iz gostilne Pr´ Maticku in Martinom Blejcem iz Grand hotela Union. Študenti so tudi sodelovali z vinarji pri degustacijah in stregli jedi, ki so jih kuharski mojstri pripravili "v živo". Študentka živilstva in prehrane je v okviru festivala kulinarike obiskovalcem nudila v degustacijo posebne vrste kruha in jim svetovala s strokovnimi nasveti.

Boštjan Ozimek, koordinator projektov



Janez Bratovž in Siniša Borič - priprava jedi in kuhanje pred občinstvom.

## EKSKURZIJA NA GORIČKO

Polni pričakovanja smo se kot skupina študentov predmeta dopolnilne turistične dejavnosti pri profesorici ge. Lei Kužnik odpravili na ekskurzijo na Goričko.

Pot nas je popeljala čez Štajersko, kratek postanek z zajtrkom je bil na počivališču Tepanje, od tam naprej pa se je začel bolj uradni in strokovni del z ogledi. Prva destinacija je bil Babičev mlin na Muri v Veržeju. Sprejem je bil sicer precej hladen, posledično tudi zelo kratek. Imeli smo možnost nakupa moke, a povpraševanja ni bilo veliko.

Voznik avtobusa nas je nato odpeljal proti severnemu delu Prekmurja in ustavili smo se pri gradu Grad, kjer so nas kljub prezgodnjemu prihodu zelo prijazno sprejeli. Ogled je trajal uro in pol, a je grad zelo obširen in je čas prehitro minil. Vodička nam je predstavila njegovo zgodovino in pokazala grajske prostore od poročne do viteške dvorane. V spodnjem delu gradu pa si obiskovalci ogledajo primere različne stare obrti: kovaštva, zeliščarstva, lončarstva, kolarstva, žganjekuhe in tkalstva. V kletnih prostorih je lastna vinska klet, posebnost je tudi energijsko sevanje na grajskem dvorišču.

Prijazni gostinci v gostilni Gaberšek v Kuzmi so nas kljub spremembi ure sprejeli dobro pripravljeno. Hrana je bila povsem tradicionalna in okusna: dobra gobova juha z ajdovo zlevanko, gorički krožnik (svinjski kotlet z omako iz paradiznika in paprike ter pečeno slanino, ajdova kaša z gobami, prekmurski dödoli), solato z bučnimi semeni in popečenim črnim kruhom, za

Študentje na ekskurziji v Goričko



posladek pa ogromen kos še tople sveže pečene prekmurske gibanice. Med samim kosilom seveda ni manjkal kozarec domačega vina.

S polnimi želodčki smo se napotili domov, a je bil na poti še postanek z nepričakovano malico pri degustaciji bučnega olja v Oljarni Šaruga. Popolnoma smo bili presenečeni nad postrežbo in prijaznim sprejemom. Lahko smo pokušali domače vino, domačo slivovko, bučna semena, jabolka, domač kruh, ki smo ga pomakali v bučno olje. Degustaciji je sledil še ogled postopka dela in seveda nakup domačih izdelkov. Navdušeni smo pokupili kar veliko izdelkov. Razigranost in pogovori o vtisih z ekskurzije so prevevali vožnjo proti Ljubljani.

*Katja Uršič, Nuša Rudolf, Petra Tallarini, Mateja Krenos, Maruša Miklavčič; študentke 2 GT*

## IZDELAVA BIO KRUHA

### Ekološka živila

Ekološki so vsi pridelki, ki so plod ekološkega kmetijstva. Prav tako sodijo med ekološka vsa predelana živila, ki vsebujejo ekološke sestavine in upoštevajo pravila ekološke predelave. Na območju Slovenije se mora ekološke kmetijske pridelke in predelana ekološka živila označevati enotno z označbo »ekološki«. Skladno z zakonodajo imajo lahko ekološka živila poleg tega izraza še dodatne označbe, kot so "biološko",

"bio-dinamično", "bio" in "eko". Beseda "organsko" izhaja iz angleške besede 'organic', vendar v slovenščini izraz pomensko ni primeren za označevanje ekoloških živil.

Potrošnike so v preteklosti precej begale različne oznake oz. različni logotipi na ekoloških izdelkih. Vsaka država je imela svojo oznako. Od 1.7.2010 je obvezno poleg logotipa posamezne države uporabiti oznako EU in šifro organa, ki je izdal certifikat.



Logotip za označevanje ekoloških živil v EU

Kontrolna organizacija pridelovalcu in predelovalcu izda certifikat, ki potrjuje ekološko kakovost pridelkov in živil.

Certifikat je izdan le za živilo, ki:

- je bilo pridelano in predelano brez uporabe gensko spremenjenih organizmov,
- vsebuje najmanj 95 % sestavin kmetijskega izvora iz ekoloških kmetijskih pridelkov,
- vsebuje največ 5 % le dovoljenih neekoloških sestavin,
- je kontrolirano predelano,
- ni bilo izpostavljeno ionizirajočemu sevanju,
- zagotovljeno mora biti časovno ali prostorsko ločeno skladiščenje in predelava ekoloških in neekoloških sestavin,
- je pravilno označeno,
- ga spremljajo dokumenti v skladu z evropsko uredbo in nacionalnim pravilnikom.

Ekološka živila vsebujejo več vitaminov, mineralov, antioksidantov, ne smejo pa imeti prisotnih ostankov pesticidov in drugih kemikalij. Imajo bogatejšo aromo in okus v primerjavi s konvencionalnimi živili.

## Izdelava bio kruha

V šolski pekarni smo z dijaki v okviru projektnega dela, izdelali tri različne bio kruhe: bio pšenični polnozrnati kruh, bio pirin polnozrnati kruh in bio rženi polnozrnati kruh.

Kruhi so bili izdelani po dolgih postopkih. Tako smo dosegli poln harmoničen okus, daljšo svežino in počasnejše kvarjenje.



Bio pšenični polnozrnati kruh



Bio pirin polnozrnati kruh



Bio rženi polnozrnati kruh

### Receptura za pirin polnozrnati kruh:

#### Priprava kislega testa

800 g bio pirina polnozrnata moka  
1,2 l vode

#### Glavno testo

1200 g bio pirina polnozrnata moka  
2000 g kislota testo  
40 g soli  
60 g kvasa  
20 g sladkorja  
0,5 - 0,7 l vode

Vse kruhe smo senzorično ocenili. Najbolje je bil ocenjen bio pšenični polnozrnati kruh, sledil je bio pirin polnozrnati kruh; najslabše pa je bil ocenjen bio rženi polnozrnati kruh. Vse ocene kažejo na dobro kakovost kuha. Primerni so za ponudbo v šolski trgovini. Potrebna bo še pridobitev certifikata.

Z ekološkim kmetovanjem, v večjem obsegu, bomo zmanjševali onesnaževanje okolja, kar bo prispevek k trajnostnemu razvoju. Pomemben dejavnik v ekološki verigi je zaupanje med proizvajalci in potrošniki. Med osveženimi domačimi potrošniki, predvsem med mladimi, je opazno vedno večje povpraševanje po lokalnih ekoloških izdelkih. Razvoj bio kruha je naš prispevek k boljši ponudbi.

Mojca Smerajec, predavateljica

## STROKOVNA EKSKURZIJA NA PRIMORSKO

13. novembra 2012 smo se študentje 2. letnika živilstva in prehrane odpravili na strokovno ekskurzijo na Primorsko. Ogled smo pričeli v Mlekarni Vipava, kjer so nam predstavili pestro paleto mlečnih izdelkov. Pripravili so nam tudi degustacijo mlečnih izdelkov, med katerimi je



Strokovno predavanje v pekarni Mlinotesta

izstopal nanoški sir s svojim geografsko zaščitnim poreklom. Pot nas je vodila do naslednjega živilsko prehranskega obrata - Mlinotest. Tu so nam predstavili posamezne faze in stroje za predelavo žita ter poudarili pomen procesa sledljivosti skozi vse faze. Poslednji živilski obrat nas je razveselil s pripravljeno pokušnjo kraškega pršuta in predstavitvenim filmom o izvoru pršuta v pršutarni Lokev. Sledil je strokovni ogled tehnološkega postopka izdelave pršuta. V živilsko-prehranskih obratih so se nam utrnil vtisi o kakovostnih surovinah, ki so predpogoj za izdelavo kakovostnih proizvodov.

*Nikolina Levančič in Špela Sekne,  
študentki 2 ŽP*

## OD LJUDI ZA LJUDI

*Kaj je s tem svetom, da je tko razdeljen,  
kao če nisi naš, pazi se, ker boš tepen.  
Zakaj je važn iz kje si al pa kako se pišeš,  
kao če nam to ni všeč je bolj da jo takoj pobrišeš.  
Pejd domov, go home al pa še kej družga loh slišš  
od ljudi k misljo da so več vredni k ti.  
K misljo da je ta svet njihov in se bojijo  
vsega kar je tuje in zganjajo ksenofobijo.  
Ljudje hočjo boljši lajf, zato se selijo,  
tko je zmeri blo in tko zmeri bo. A že veš  
kaj so skini nardil Belini, če mora on domov,  
pokličmo tud vse Slovence k so v Argentini  
in drgje, da se vrnejo pod Triglav, kjer Slovenci  
živimo,  
vidš, tvoja logika je mimo.  
A mislš da če enga udarš, da si kej dosegu,  
glej, udarc se vrne in situacija se obrne.  
A res ne vidš da je prav da sprejemaš vse ljudi  
sam zato k so ljudje tko k ti.  
Vsi se rodimo, vsi mamó želje upe, vsi  
se bojimo, vsi mamó svoja veselja, vsi trpimo.  
Zakaj živimo v sovraštvu medtem k čas leti mimo  
in na koncu koncev vsi zgubimo.  
Moja družba se ne deli na naše in druge in jst  
nazdravljam s prjatli iz vseh republik bivše Juge.  
Zapomn si, ni važn iz kje nekdo prhaja,  
edina stvar k je važna, je kaj mu v glavi dogaja.  
Od tega je odvisn al je out al je in, in to  
misel bi rad zabil v tvojo glavo tko k klin.  
Vem kaj govorim, tuki rojen tuki živim  
tuki vzgojen, slovenske matere sin.  
če hočeš stop z mano za besede iz teh stihov,  
ker js bom stal za njimi dokler bom dihal.*

*Tole gre od ljudi za ljudi - ne glede na to kje si,  
kaj si kdo si.  
Tole gre od ljudi za ljudi - za vse ljudi.*

...

*Murat in Jose*