

# Club

Finance

GURMANSKI UŽITKI: Catering • 08-16

KULTURA BIVANJA: Mansarda • 18-21

TURIZEM: Divji zahod • 22-27

MODA: Poslovna obutev poleti • 28-29

POT POD NOGE: Aškerčeva pot • 32

OGLASNA PRILOGA ČASNIKA FINANCE, MAJ 2012, ŠT. 70

Maša Bilobrk, Gurmama

►► Živim svoje sanje

►►



*Maša Bilobrk,  
Gurmama*

# Živim svoje sanje

Maša Bilobrk, presno-veganska kuharska mojstrica, se je pred dvema letoma odločila, da bo sledila svojim sanjam. Danes z zdravo hrano vsak dan oskrbuje okoli 40 strank, pripravlja cateringe, organizira delavnice in ekopočitnice, katerih se udeležujejo tudi obiskovalci iz tujine.

**M**aša je po izobrazbi ekonomistka, kot pravi, je bila vzgojena v duhu, da je treba imeti dobro in stalno službo, preostale stvari sodijo v prosti čas. »Držala sem se te poti, delala v trženju, prodaji, bila sem tudi učiteljica – poučevala sem ekonomijo na srednji šoli, bilo je super, vendar v tako okostenelem sistemu nisem zdržala. Na koncu sem delala kot skrbnica blagovne znamke, bila ves čas v službi, otrok nisem videla veliko in takrat sem se odločila, da če že vlagam toliko energije v neko stvar, zakaj je ne bi raje v tisto, kar me res veseli in v kar zares verjamem. Ves ta čas sem že jedla vegansko in tako je padla odločitev o ekološkem cateringu. Pred dvema letoma sem odpela Zavod za naravno zdravje, kjer smo organizirali razne delavnice, prirejali večerje in podobno. Na začetku sem imela v mislih le ekološki catering, kasneje sem se na pobudo znancev odločila, da ponudim tudi kosila.«

**Premalo časa za ustrezno prehranjevanje**  
»Pri odločitvi, da grem svojo pot, sta mi pomagala predvsem dva dejavnika. Prvi je bil ta, da že od nekdaj zelo rada kuham, z babico sva skupaj veliko ustvarjali. Drugi razlog – imela sem zelo veliko



Foto: Jozeta Hrovat



Foto: Jozef Kozak

### Hrana je podcenjena

Sogovornica opaža, da ljudje hrano zelo podcenjujejo. »Želim si, da bi se ljudje začeli zavedati, kakšno moč ima hrana. Ves čas poslušam izjave, da je hrana draga – kar je res, ekološka hrana je draga, vendar hrana odloča o tem, ali se bomo počutili dobro ali slabo, ali bomo zdravi ali ne. Vsa bolezenska stanja namreč izhajajo iz prehrane – od sladkorne bolezni do raka in tako naprej. Na tem področju je treba še veliko narediti in ozavestiti ljudi.«

### Pomlajeni za 20 let

Maša ponuja tudi programe razstrupljanja. »To je program, zaradi katerega vam ni treba na dopust, ampak ga opravljate kar v službi. Vsako jutro stranki v službo ali na dom pripeljemo paket za ves dan. Jedilnik je sestavljen tako, da lahko normalno funkcionirate in delate, ne gre za post. Stranke poročajo o fantastičnih rezultatih. Telo se prečisti, izgubite odvečno težo, po 12 dneh,

kolikor traja razstrupljanje, se lahko pomladite tudi za 20 let. Poveča se koncentracija, glava se zbistri, umske sposobnosti se izboljšajo, nekateri poročajo, da se jim je po razstrupljanju povečala fizična moč. Ljudje tudi bolje prenašajo stres, imajo več energije, gre res za super stvar. V prihodnosti nameravam tem programom posvetiti še večjo pozornost.«

### V mislih ima morje

Ali razmišlja tudi o tujini, jo vprašam. »V tujino me vleče, v prihodnosti bi se rada preselila nekam ob morje, to je res moj dom, saj sem otroštvo preživela v Splitu. To bi bila morda tudi odskočna deska za posel, saj je na Hrvaškem to področje še zelo nerazvito in bi lahko marsikaj pomudila.«

### Kuharica, ki rada poje

Za hobije trenutno nima veliko časa, pravi. Rada ima naravo, če je čas dopušča, se z otrokoma in kužkom odpravijo na sprehod

v gozd. Rada tudi poje, pa ne le v kopalnici, tudi med kuhanjem. »Petje me zelo sprošča, je ustvarjalno, prek njega se lahko veliko naučiš o sebi. Ko poješ, si zelo pozitiven, podobno kot kuhanje, gre za pozitiven proces.«

### Svoboda

In kaj Maši največ pomeni? »Na prvem mestu je družina, zelo veliko pa mi pomeni svoboda. Če pogledam nazaj, je bila svoboda vedno tista stvar, zaradi katere sem preživljala težke trenutke in plačevala ceno – tako v odnosu kot v službi, hitro sem se začela dušiti. Življenju moraš dati smisel in delati tisto, kar te veseli, tudi če ima to neko ceno – stvari moraš dati na tehtnico in videti, kaj pretehta. Treba je slediti svojim sanjam. Zelo pomembna je tudi iskrenost – gre za ero izmed bistvenih stvari v življenju. Treba je biti iskren tako do sebe kot do drugih.«

Pogovarjala se je Tanja Pavovec.

Foto: Jozef Kozak

znanja s področja zdravega prehranjevanja. Opažala sem, seveda tudi pri sebi, da imamo ljudje v tem tempu zelo malo časa za ustrezno prehranjevanje. Porodila se je ideja, da ljudem ponudim zdravo in kakovostno hrano, s katero človek dobri vsa ustrezna hranila. Gre za hrano, ki nam da energijo, po njej nismo zaspani in utrujeni, kar se pogosto zgodi, če posegamo po manj zdravih jedeh.«

### Treba je sprejeti tveganje

Na vprašanje, ali jo je bilo na začetku strah neuspeha, Maša odgovarja: »Seveda je bil zdraven strah, vendar sem si rekla, ali bom umrla v neki službi ali pa si bom končno upala nekaj narediti in začela živeti svoje sanje. Vprašala sem se, kaj bom obžalovala, ko se bom čez 40 let ozrla nazaj – žal mi bo vseh izzivov, ki jih nisem sprejela, leta gredo, samo po sebi nič ne pride, prvi korak moraš narediti sam in sprejeti tveganje, kasneje se ti vrata začnejo odpirati. Kot pravijo, svoboda ima svojo ceno.«

### Kosilo za 40 ljudi

Eno leto je kuhala doma, vendar je kuhinja kmalu postala premajhna, zdaj ima kuhin-

jo v najemu in tam dela skupaj s pomočniki. Danes s kosili oskrbuje okoli 40 ljudi, kot pravi, so stranke večinoma ljudje na višjih položajih, morda tudi zato, ker so kosila malo dražja. Ker pa se zaveda, da stanje na trgu ni rožnato, pripravlja nekatere ugodnosti za podjetja. Ugotavlja, da je v tujini ponudba teh storitev zelo razvita, pri nas pa ne. No, počasi se stvari spreminjajo in vedno več ljudi se zanima za veganstvo. In kakšna je razlika med veganskim in presnim, me je zanimalo. »Vegansko je vse, kar je rastlinskega izvora, presna hrana pa je tista, ki ni segreta nad 45 stopinj Celzija.«

### Moto: Vedno mora biti dobro

In od kod dobiva ideje? »Zelo veliko eksperimentiram, imam seveda nekaj talenta, in ko se dolgo časa ukvarjaš s hrano, poznaš okuse. Včasih se zgodi, da pripravljene jedi sploh prej ne preizkusim, saj vem, da bo dobra. Seveda za to potrebuješ izkušnje. Moram pa, jasno, prilagajati jedilnik – vedno iščem okuse, ki so všečni večini ljudem. Moj moto je: Vedno mora biti dobro. Večinoma pripravljamo jedi z mediteranskimi, azijskimi okusi, dodajamo tudi slovensko

klasiko – mlince, rdeče zelje, delamo tudi veganske bureke, sarme ... Vedno pripravljamo jedi, ki bodo omogočale ljudem, da se bodo dobro počutili – pri presni hrani to ni težava, saj gre za živo hrano, ki ima veliko encimov, zato se telo ne izčrpa, ko jo presnavlja; pri kuhani hrani je treba biti zelo pozoren, saj hrana ne sme uspavati. To dosežemo tako, da recimo namesto riža uporabljamo kvinojo, pri lazanji namesto testenin uporabimo proso in podobno. Gre za majhno spremembo, vendar ta prinese ogromno.«

### Neizkoriščene možnosti

Pri kuhanju Maša uporablja predvsem zelenjavo, svežo, seveda. Kot razlaga, so lahko s tem tudi težave. »V Sloveniji imamo velike možnosti za ekološko pridelavo sadje in zelenjave, vendar kmetje niso dobro organizirani. Veliko težavo imamo recimo z zelenjavo pozimi, odvisni smo od uvoza iz Italije, zato se zgodi, da stvari niso sveže. Če je le možno, posegam po domačih izdelkih. Razmišljala sem že, da bi sama pridelovala zelenjavo, vendar je to potem že nov posel.«

