

Niemożliwe nie istnieje - wywiad z Darią Ładochą

Miasto
Kultura

26.03.2022 g. 08:24



Prezenterka telewizyjna, dziennikarka kulinarna, autorka książek, trener kuchni tajskiej, blogerka, dyplomowany coach zdrowia oraz praktyk neurolingwistyki. Mama dwójki wspaniałych córek, globtroterka i miłośniczka zdrowego stylu życia. Poznajcie Darię Ładochę - pełną energii opolankę, która na dobre zadomowiła się w naszych kuchniach.



- Robiłaś w życiu wiele rzeczy. Czy odkryłaś już swoje przeznaczenie?

- Moim przeznaczeniem jest odkrywać nowe rzeczy. Rozwijać się, poszukiwać przygód, cieszyć się z tego co mam. Kiedyś robiłam zupełnie coś innego, miałam

agencję reklamową i prowadziłam fajnych klientów, ale wiedziałam, że to nie jest jeszcze to, o czym marzę. Od dziecka gotowałam z babcią i moja miłość zakłęta była w smakach. Dlatego pewnego dnia, po kolejnej podróży kulinarnej do Tajlandii, postanowiłam zaryzykować i rzuciłam się w wir kulinarnych fantazji. Nie wiedziałam jeszcze jaka to będzie droga, ale wiedziałam wtedy, którą drogą nie chcę już podążać. I tak powstał mój pierwszy kulinarny blog www.mamalyga.org, na którym publikuję do dziś proste, zdrowe i szybkie przepisy.

- Pochodzisz z Opola i wiem, że często odwiedzasz nasze miasto. Czy przygoda z gotowaniem też tu się zaczęła?

- Przygoda z gotowaniem zaczęła się w kuchni mojej babci. Tam lepiąc z nią setki pierogów, smażąc naleśniki czy klepiąc stopami kapustę kiszoną, babcia uczyła mnie prawdziwego życia. Opowiadała mi swoje przeżycia wojenne, kłóciła się z dziadkiem, potem godziła. Do 13.00 była gospodynią, a po 14.00 zakładała kapelusz i zamieniała się w damę. Chodziła do sąsiadów i grała z nimi w karty. Te długie posiedzenia w kuchni są moimi pięknymi wspomnieniami. Babcia zawsze powtarzała, że urodziłam się po to, by karmić ludzi. Wtedy tego nie rozumiałam - ale w końcu dotarło do mnie, czym chcę zajmować się w życiu.

- Jednak na poważnie gotowaniem zajęłaś się, gdy okazało się, że twoja starsza córka ma problemy zdrowotne. Teraz jesteś ekspertem w dziedzinie żywienia maluchów. Dlaczego jest to tak ważne?

- Żywnie jest fundamentem naszego zdrowia. Powiedzenie mówi, że czym skorupka za młodu.....Im szybciej nauczymy dzieci zdrowych nawyków, tym lepiej. Nie jest to łatwe - trzeba poświęcić temu sporo uwagi. To wspaniała inwestycja, która zaprocentuje zdrowiem, uśmiechem i energią naszych dzieci, które z radością będą dążyć do wytyczonych sobie celów. Od tego jak się odżywiamy zależy nasze samopoczucie . Poza tym dużo łatwiej jest nauczyć małe dziecko pewnych zasad niż zbuntowanego nastolatka. Możemy dzieciom zaserwować extra wykształcenie, dalekie podróże czy spełniać ich zachcianki. Ale jeśli będą chorowały albo źle się czuły, to tamte rzeczy nie mają sensu. Dlatego tak ważne jest, by wcześniej zacząć. Prowadząc warsztaty dla rodziców uczę ich przede wszystkim, że nauczanie dzieci pewnych nawyków to coś więcej niż powiedzenie przy stole 100 razy „jedz!”. Z dziećmi trzeba rozmawiać, tłumaczyć im wszystko dokładnie, tak samo jak dorosłym.

Pokazuję triki i patenty, jak przekonać dzieci do jedzenia warzyw. Bo każde dziecko jest inne i co innego na nie działa.

- Często mówisz o babci, mamie, siostrze. Jesteś też mamą dwóch córek. Kobiety odgrywają w twoim życiu dużą rolę?

- Wiele jest kobiet wokół mnie, gdyż bardzo je lubię i cenię. Kobiety mają super intuicję, mega powera i są bardzo zaradne. Kobiety mnie inspirują, dodają sił i niezmiennie podtrzymują motywację do działania. Moje córki wiele mnie nauczyły swoim przyjściem na świat. Obie są zupełnie różne i każda z nich wniosła do mojego życia zupełnie inne rzeczy. Laura nauczyła mnie akceptacji i bezwarunkowej miłości, a Mania tego, że warto realizować swoje marzenia, a świat to przyjazne miejsce dla ludzi i każdego dnia warto się cieszyć z małych rzeczy. Poza tym obie mają niesamowite poczucie humoru.

- Twoją pasją są też podróże. Szczególnie upodobałaś sobie Tajlandię, gdzie także zgłębiałaś tajniki gotowania. Czego nauczyłaś się w tajskich kuchniach i tamtejszych ulicznych barach?

- Nauczyłam się przede wszystkim tego, że „niemożliwe” nie istnieje. Tajowie z wielkim zdumieniem przyjęli mnie pod swoje strzechy i do swoich restauracji na kuchnie, gdyż uznali, że kobieta z Europy nie da sobie rady. Wiele razy musiałam przejść chrzest bojowy, by w ogóle rozpocząć z nimi jakiegokolwiek rozmowy i współpracę. Ale obiecałam sobie 18 lat temu podczas pierwszej podróży do Tajlandii, że dowiem się wszystkiego co możliwe na temat ich kuchni i poznam wszystkie sekrety i tajniki ich sztuki kulinarnej. Poza tym nauczyłam się tego, że by poznać daną kuchnię nie wystarczy pojechać na kilka tygodni do tego kraju. Co roku wracałam do Tajlandii i przemierzałam ją od północy po południe, ze wschodu na zachód, by szukać kolejnych, lokalnych dań, rozmawiać i zaprzyjaźniać się z „lokalsami”. Starłam się zrozumieć ich tradycję kulinarną oraz zmiany, które pojawiły się w kuchni wraz z upływającym czasem i nadejściem nowinek z zachodu. Ta piękna przygoda 18 lat temu zaowocowała tym, że stałam się trenerem kulinarnym i od 8 lat uczę w Instytucie Sztuki kulinarnej kuchni tajskiej na 6 poziomach zaawansowania. Tak też powstał mój tajski blog www.onemorethai.pl

- Wraz z córkami Laurą i Manią, prowadzisz program TVN Style „Patenciary”. Jak pracuje się z własnymi dziećmi? I czy faktycznie

dziewczyny lubią gotować?

- Z moimi dziećmi zawsze jest fajnie. Obie inne – lecz wyjątkowe. Każda mama mówi tak o swoich dzieciach. I słusznie – bo to prawda. Laura dużo chętniej gotuje niż Matylda. Za to Mania uwielbia przeszkadzać, co mocno widać w każdym z sezonów Patenciar. Dziewczynki rosły wraz z programem. Najpierw nie potrafiły nawet rozbić jajka, potem w kolejnym sezonie robiły to z wielką gracją, a jeszcze w kolejnym potrafiły bezbłędnie oddzielić żółtko od białka. To super móc podglądać, jak dzieci się rozwijają. Poza tym nie miałam dylematu, że tak długo jestem w pracy bez dzieci, bo moje córeczki były ze mną na planie. Dla nich to była super przygoda.

- Można Cię spotkać nie tylko w kuchni. Wygrałaś drugą edycję programu TVN „Agent - Gwiazdy” i byłaś prowadzącą „Ameryka Express”. Czy była to przygoda życia?

- Każdy z tych programów wniósł zupełnie co innego do mojego życia. Z pewnością są to przygody, o których będę opowiadać swoim wnukom. Szaleństwo połączone z ogromną dawką adrenaliny. Różniły się znacznie od siebie, gdyż w jednym programie byłam uczestnikiem, a w drugim prowadzącą. Ale każdy z nich, mimo swej różnorodności, był wyjątkowy. W Agencji przełamalam wiele swoich lęków, jak na przykład klaustrofobię, gdy dałam się zamknąć w trumnie i zasypać ziemią. A w Ameryce nauczyłam się empatii i byłam mocno zżyta z uczestnikami pamiętając, jak ciężko w niektórych chwilach nim być. Mam nadzieję, że jak zakończymy pandemię, to znowu wyruszymy karawaną, by biegać po świecie z dolarem w kieszeni.

- Gdzie teraz będziemy mogli zobaczyć Darię Ładochę? Zdradzisz nam swoje plany?

- Niebawem rusza program z moim udziałem Doradca Smaku. Dotychczas w tym formacie występowali jedynie mężczyźni, więc było to dla mnie nie lada wyzwaniem, by pokazać kobietą odstonę tego programu. Tam odegrałam rolę współczesnej gospodyni, która nie tylko gotuje szybkie i proste dania dla całej rodziny, ale również ma czas na przyjaciółki, jogę i odpoczynek. Ponadto w tym roku ukaże się kolejna odłona mojej książki „5 składników zdrowia”. W ubiegłym roku ukazała się pierwsza część, w której zawarłam 100 przepisów dla całej rodziny, składających się zaledwie z 5 składników. Oprócz tego, wiedząc jak ważne jest dla kobiet utrzymanie wymarzonej sylwetki, zawarłam w niej triki i patenty na to, jak schudnąć bez

odchudzania. By zarówno kobiety jak i mężczyźni przestali się katować na siłowni i zrezygnowali z reżimowych diet, które po prostu nie działają. Teraz planuję wydać pozycję, w której wszystkie dania dedykowane będą osobom cierpiącym na insulinooporność i oczywiście będą składały się z 5 składników.

- Na koniec wróćmy jeszcze do korzeni ... Kiedy odwiedzisz Opole? I za co najbardziej lubisz nasze miasto?

- Opole odwiedzam tak często jak mogę. Tutaj są moje ścieżki z dzieciństwa. Ukochana szkoła muzyczna i lodowisko. Opole jest przepięknym miastem i bardzo dobrze się w nim czuję. Nie tylko z uwagi na uroki miasta, ale również przyjaciół z moich lat młodości, którzy tam pozostali – choć spora część wyjechała tak jak ja, goniąc za swoimi marzeniami. W Opolu mieszka również moja ukochana mama i jej siostra, więc mam tam swój babiniec, który dostarcza mi dużo rozrywki. I mimo, że twierdzą od najmłodszych lat, że nie mam poczucia humoru, to nigdzie się bardziej nie śmieję niż w moim rodzinnym domu.

Rozmawiała: Alicja Kosakowska

Wywiad ukazał się w marcowym wydaniu magazynu "Opole i Kropka":

www.opole.pl/dla-mieszkanca/aktualnosc/siegnij-po-marcowy-numer-opole-i-kropka

Dane kontaktowe

Wydział Promocji

ul. Szpitalna 3b-5-7

45-010 Opole

bp [at] um.opole.pl

www.opole.pl

Lokalizacja

Tagi

Opole i kropka

wywiad

Daria Ładocha

opolanka