

## Obsah

Ú V O D E M .....	5
I. Recepty z románu Terézy Novákové „Děti čistého živého“ .....	7
Vodouka .....	7
Zelouka.....	7
Nytyk.....	7
Pečánky .....	7
Nadívajna .....	9
Podplamínky.....	9
Dušičky.....	9
Pečená rýže.....	9
Koblihy.....	9
Boží milosti .....	9
Polévky každá jiná .....	11
Polévka z jarních bylinek .....	11
II. Recepty prosečských sousedek z počátku 20. století .....	13
Recepty tety Dastychové .....	13
Špenát ze šťovíku .....	13
Levná nádivka maková.....	13
Kapslíky od paní Zerzánové.....	13
Cukroví z ovesných vloček od Emilky Chalupníkové .....	13
Ovocka paní Jirsákové .....	15
Křehký jablkový závin od paní Voltrové .....	15
Knedlíky sypané tvarohem od paní Čuprové .....	15
Dobrý knedlík od paní Čuprové .....	15
Domažlické bochánky od paní Čuprové .....	15
Stříkané věnečky od paní Brutarové .....	17
Kokosky od paní Brutarové.....	17
Dort z medu od paní Drahošové.....	17
Krém žloutkový od Máni Kukaňové .....	17
Amprecele od Věrušky Morávkové .....	17
Dort MALAKOV – z Domácí kuchařky M. Horákové.....	17
Z rodinné kuchařky Míly Melicharové .....	19
Svítek ze sušených hub .....	19
Ruské jídlo z kukuřičné mouky se škvarky.....	19
Omeletky se zeleninou .....	19
Hovězí ledvinky .....	19

Smaženec.....	19
Nákyp krupičkový .....	19
Černý moučník od paní Čuprové .....	21
Dvoubarevný svítek do sváteční polévky od paní Červené .....	21
Vánoční zajíc načerno od paní Jarské .....	21
Hod' bidlo přes bidlo od paní Mazurové .....	21
Zelánky od paní Žertové.....	23
Recepty z kursu moučníků odb. učitele V. Vrabce – zaznamenala V. Chalupníková .....	23
Celestinská omeleta.....	23
Broskvový nákyp.....	23
Krupičný pudink.....	23
Sachrův dort .....	23
III. Recepty současných prosečských seniorek .....	25
Helena Bukáčková.....	25
Řízky naruby .....	25
Růžena Drahošová.....	25
Auflauf („jabka“ s jablky) .....	25
Zdena Drahošová.....	25
Ragú .....	25
Vlasta Facková .....	25
Polévka z podmáslí.....	25
Ořechový kuskus s ovocem.....	27
Ovocovka .....	27
Drchanice .....	27
Eva Hlaváčová.....	27
Krupicové taštičky.....	27
Anežka Ječmenová .....	27
Praželec .....	27
Zelník .....	29
Šoulet.....	29
Moučné noky.....	29
Tvarohové šátečky.....	29
Nádivka z cukety .....	29
Salát z červené řepy.....	31
Rillettes s rozmarýnem.....	31
Jiřina Novotná .....	31
Houbové chlupáče .....	31

Věra Stoklasová.....	31
Křesné placičky od sestřičky .....	31
Bramborák od maminky.....	33
Maminčin kefirák – jednoduchý a rychlý koláč .....	33
Rošťáci podle Zerzánů .....	33
Marie Jeništová .....	33
Křesné pekáčky .....	33
Jarka Košnarová .....	33
Ovočka .....	33
Míla Melicharová .....	35
Jednoduchý svítek .....	35
Černý kuba .....	35
Boží milosti .....	35
Marie Kovářová.....	35
Houbová omáčka se svítkem.....	35
Pečení cvrčci.....	35
Houbovec .....	37
Věra Češková .....	37
Kuře pana nadlesního .....	37
Banánové sušenky .....	37
Marie Pešinová .....	37
Slané tyčky .....	37
Jana Vraspírová.....	39
Litá borůvková bublanina.....	39
Hory-doly .....	39
Od přátel ze Zderaze - Šuspajz.....	39
Na závěr ještě něco zdravého z jarní přírody od Marie Jeništové.....	39
Zelená polévka .....	39
Jarní svítek.....	39
Ukázky menu s finančními kalkulacemi ze 30. let minulého století.....	40