

# OBSAH



## Úvod

9

- / Zamyšlení nad naší domácí kuchyní ..... 10
- / Druhy hovězího masa ..... 14
- / Druhy vepřového masa ..... 16
- / Druhy jehněčího a skopového masa ..... 18
- / Bylinky ..... 20
- / Méně známé druhy zeleniny ..... 22
- / Méně známé druhy ovoce ..... 24



## Studená kuchyně

27

- Škola vaření*
- / Jak uděláme majonézu ..... 28
- Škola vaření*
- / Ochucené máslo ..... 29
- / Pomazánky ..... 30
- / Paštiky a rosoly ..... 36
- / Plněná vejce, šunka, zelenina... ..... 38
- / Obložené chlebičky a chuťovky ..... 42
- / Obložené mísy a talíře ..... 44
- Škola vaření*
- / Švédský stůl ..... 46
- Škola vaření*
- / Minikurs zdobení ..... 47



## Saláty

49

### Škola vaření

- / Jak připravujeme saláty ..... 50
- / Zeleninové saláty ..... 51
- / Bramborové saláty ..... 62
- / Těstovinové saláty ..... 64
- / Luštěninové saláty ..... 66
- / Různé saláty ..... 67

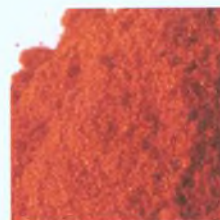


## Polévky

73

### Škola vaření

- / Masový, zeleninový a rybí vývar ..... 74
- / Masové polévky ..... 76
- / Rybí polévky ..... 79
- / Zeleninové polévky ..... 81
- / Bramborové a houbové polévky ..... 86
- / Luštěninové polévky ..... 88
- / Jiné polévky ..... 90
- / Rychlé polévky ..... 92
- / Zavařky a vložky do polévek ..... 94
- / Studené polévky ..... 97



## Omáčky

101

### Škola vaření

- / Jak připravujeme omáčky ..... 102
- / Teplé omáčky ..... 103
- / Studené omáčky ..... 111



## Maso

115

- / Vařené maso ..... 116
- / Dušené maso ..... 118
- Škola vaření*
- / Jak připravujeme závitky ..... 126
- / Pečené maso ..... 136
- Škola vaření*
- / Jak připravujeme masovou roládu ..... 138
- Škola vaření*
- / Jak smažíme maso ..... 145
- / Smažené maso ..... 146
- Škola vaření*
- / Jak připravujeme minutky ..... 150
- Škola vaření*
- / Dokonalý biftek ..... 151
- / Minutky ..... 152
- / Zapečené maso ..... 164
- / Grilované maso ..... 168
- / Mleté maso ..... 174
- / Výrobky domácí zabijačky ..... 180
- / Jehněčí a skopové maso ..... 182



## Drůbež a domácí králík

187

- / Dušená drůbež ..... 188
- / Pečená drůbež ..... 192
- / Zapečená drůbež ..... 200
- / Grilovaná drůbež ..... 202
- / Minutky z drůbeže ..... 205
- / Smažená drůbež ..... 208
- / Domácí králík ..... 210





<b>Zelenina</b>	<b>257</b>
/ Vařená zelenina .....	258
/ Dušená zelenina .....	260
/ Pečená, grilovaná a zapečená zelenina .....	266
<i>Škola vaření</i>	
/ Jak oloupat papriky a rajčata .....	270
/ Smažená a opékaná zelenina .....	275
<i>Škola vaření</i>	
/ Jak upravit méně známé druhy zeleniny .....	277

<b>Brambory</b>	<b>311</b>
/ Vařené a dušené brambory ....	312
<i>Škola vaření</i>	
/ Jak připravujeme hranolky .....	318
/ Smažené a pečené brambory ..	319
/ Zapečené brambory .....	322
/ Bramborové placky .....	324
<i>Škola vaření</i>	
/ Bramborové těsto .....	326
/ Bramborové knedlíky .....	327
/ Jiné úpravy brambor .....	329

## **Zvěřina** **217**

*Škola vaření*

/ Dělení a úprava zvěřiny .....	218
/ Smec, jelen a daněk .....	219
/ Divoké prase (kanec) .....	224
/ Muflon .....	226
/ Divoká kachna .....	227
/ Bažant .....	228
/ Zajíc a králik .....	230

<b>Houby</b>	<b>283</b>
/ Dušené a smažené houby .....	284
/ Zapečené houby .....	288

## **Rýže** **331**

*Škola vaření*

/ Vařená a dušená rýže .....	332
/ Přílohová rýže .....	333
/ Rizota a jiná dušená jídla z rýže .....	334
/ Rýžové kaše a nákypy .....	338
/ Jiné úpravy rýže .....	340

## **Ryby a plody moře** **233**

*Škola vaření*

/ Přípravné práce .....	234
/ Vařené a dušené ryby .....	235
/ Smažené ryby .....	240
/ Pečené a grilované ryby .....	241
/ Zapečené a uzené ryby .....	249
/ Plody moře .....	253

## **Luštěniny** **293**

*Škola vaření*

/ Vaření luštěnin .....	294
/ Vařené a dušené luštěniny .....	295
/ Zapečené luštěniny .....	299
/ Jiné úpravy luštěnin .....	302
<i>Škola vaření</i>	
/ Nakličování luštěnin .....	305
<i>Škola vaření</i>	
/ Tofu a sójové maso .....	307

## **Obiloviny** **343**

/ Krupice a ovesné vločky .....	344
/ Jáhly a pohanka .....	348
/ Kroupy a krupky .....	350
<i>Škola vaření</i>	
/ Lité těsto .....	351
/ Palačinky, omelety a lívance ....	352
/ Noky a knedlíky .....	358

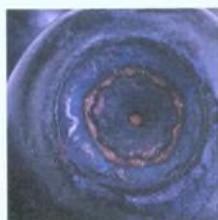


## Těstoviny

**365**

### Škola vaření

- / Domácí těstoviny ..... 366
- / Vařené těstoviny ..... 368
- / Zapečené těstoviny ..... 380



## Moučníky

**385**

### Škola vaření

- / Příprava kynutého těsta ..... 388
- / Moučníky z kynutého těsta ..... 389
- Škola vaření
- / Příprava piškotového těsta ..... 402
- / Moučníky z piškotového těsta ..... 403
- Škola vaření
- / Jak udělat roládu ..... 405
- Škola vaření
- / Pečeme, plníme a zdobíme dort ..... 408
- Škola vaření
- / Příprava třeného těsta ..... 412
- / Moučníky z třeného těsta ..... 413
- Škola vaření
- / Příprava odpalovaného těsta ... 418
- / Moučníky z odpalovaného těsta ..... 419
- Škola vaření
- / Příprava listového těsta ..... 421
- / Moučníky z listového těsta ..... 422
- Škola vaření
- / Příprava plundrového těsta ..... 428
- / Moučníky z plundrového těsta ..... 429
- Škola vaření
- / Tažené závinové těsto ..... 430
- / Náplně do závinů ..... 431
- / Různé druhy závinů ..... 432

### Škola vaření

- / Příprava sněhového těsta – bezé ..... 434
- / Moučníky ze sněhového těsta ..... 435
- / Perníky a perníčky ..... 436
- Škola vaření
- / Příprava křehkého těsta ..... 440
- / Moučníky z křehkého těsta ..... 441
- / Bleskové moučníky ..... 452
- / Univerzální recept na moučníky ..... 454
- / Krémy a polevy ..... 456
- / Nepečené cukroví ..... 461
- Škola vaření
- / Jak připravit doma marcipán ... 464
- / Domácí čokoláda a bonbony ..... 465



## Dezerty

**467**

- / Pudinky, krémy, pěny a rosoly ..... 468
- / Zmrzliny ..... 472
- / Ovocné dezerty a saláty ..... 474
- / Poháry ..... 476
- / Nepečené dorty ..... 478



## Nápoje

**483**

- Škola vaření
- / Zásady vaření kávy a čaje ..... 484
- / Káva a čaj v různé úpravě ..... 485
- / Kakao a čokoláda ..... 489
- / Grog, punč a další teplé nápoje ..... 490
- / Koktejly a limonády ..... 492
- / Míchané nápoje s alkoholem ... 496
- / Domácí likéry ..... 498



## Konzervování

**501**

### Škola vaření

- / Základní postupy sterilování ..... 502
- Škola vaření
- / Jak připravujeme kompoty ..... 503
- / Kompoty a ovoce ve vlastní šťávě ..... 504
- Škola vaření
- / Tajemství dobrého džemu ..... 506
- / Džemy, marmelády a rosoly ..... 507
- / Ovocné šťávy a domácí vína ..... 510
- Škola vaření
- / Jak nakládáme zeleninu a houby ..... 511
- / Sterilovaná zelenina a houby ... 512
- / Kečupy, čatni a ochucené octy ..... 515
- Škola vaření
- / Sušíme ..... 518
- Škola vaření
- / Zmrazujeme ..... 519

## Rejstřík

**520**
