



Polévky / 8
Jídla s masem
(vepřové, hovězí a mletá maso,
vnitřnosti a droby) / 17
Drůbež a ryby / 52
Vejce a sýry / 69
Luštěniny a zelenina / 76
Toasty a pizzy / 86
Saláty / 91
Moučníky / 100

641/642

642 504	
MORAVSKÁ ZEMSKÁ KNIHOVNA	
sign. 2-1117.882	

LIBUŠE VLACHOVÁ
ČTYŘI PORCE DO STOVKY

Edice: Dobré rady pro domácnost 3
 Vydala agentura VPK, Novomlýnská 5, 110 00 Praha 1
 Ing. Lubomír Valinčíč, Pod Altánem 44, 100 00 Praha 10,
 jako svou 253. publikaci.

1. vydání. Praha 2003

Doporučená cena 90 Kč

Povolení MK ČR 12221/90/III/1

Vydavatelský kód 918

Grafická úprava Jiří Kodeš, foto Luboš Bárta

Lito Cadis Praha

Tisk a knihařské zpracování

MTZ, Lipník, a. s.

Rozšiřují společnosti PNS, a. s., Mediaprint & Kapa
 a knižní distribuční firmy

© Libuše Vlachová © Agentura VPK © Foto Luboš Bárta

ISBN 80-7334-012-7

OBSAH

ÚVOJEM

POLÉVKY

- Rychlá gulášová polévka / 8
 Gulášová polévka s párkem / 8
 Pikantní kuřecí polévka / 9
 Čínská kuřecí polévka / 10
 Řecká čorba / 10
 Rychlá česnečka / 11
 Cibulová polévka s vejci / 11
 Slepíčí polévka s bílkovým
 kapáním / 12
 Česká bramboračka / 12
 Pórkový krém / 13
 Dršťková polévka / 13
 Ostrá fazolová polévka / 14
 Čočková polévka
 se zeleninou / 14
 Hrachová s bylinkami / 15
 Houbová polévka / 15
 Zeleninová polévka
 se sýrem / 16
 Studená okurková polévka / 16

VEPŘOVÉ MASO

- Plátky na paprice / 17
 Plátky na medu / 17
 Plátky pečené se žampiony / 18
 Plátky pečené s bramborami / 18
 Dušené plátky s játry / 19
 Plátky pečené se sýrem / 19
 Plátky se žampiony
 v alobalu / 20
 Kotlety dušené na česneku / 20
 Lesácké závitky / 21
 Závitky s párkem / 21

Perkelt / 22

- Guláš na pivě s párkem / 22
 Tokajský guláš / 23
 Ragú po staročesku / 23
 Ragú v zelenině / 24
 Plec na smetaně s lečem / 24
 Kořeněná plec v alobalu / 25
 Vepřové kotlety na houbách / 25
 Džuveč s vepřovým masem / 26
 Srbský vepřový bůček / 26
 Bůček pečený se zeleninou / 27
 Řízky z bůčku se sýrem / 27
 Řízky po mexicku / 28
 Plněné řízky / 28
 Minutkový guláš / 29
 Minutkový guláš s játry / 29
 Vepřové maso po čínsku se
 zelím a žampiony / 30
 Řízky s kečupem a křenem / 30
 Vepřové kotlety v leču / 31

HOVĚZÍ MASO

- Guláš s hráškem / 31
 Ostrý guláš / 32
 Hovězí maso na pivě / 32
 Hovězí maso na zelenině / 33
 Hovězí maso na slanině / 33
 Hovězí maso na sardeli / 34
 Hovězí maso na kečupu / 34
 Hovězí maso na houbách / 35

MLETÉ MASO

- Plněná sekaná pečeně / 35
 Roláda z mletého masa / 36
 Masové placičky s vejci
 a křenem / 37

Řízky z mletého vepřového
masa / 37

Mleté řízky po boloňsku / 38

Mleté řízky v zelenině / 38

Mleté řízky se sýrem / 39

Mleté řízky s míchanými
vejci / 39

Sekané řízky na žampionech / 40

Mleté bifteky plněné nivou / 40

Čevapčiči / 41

Masové kuličky po čínsku / 41

VNITŘNOSTI A DROBY

Vepřová játra po madridsku / 42

Kořeněná vepřová játra / 43

Vepřová játra se zeleninou / 43

Vepřová játra s bylinkovým
máslem / 44

Vepřová nebo drůbeží játra
v alobalu / 44

Vepřová nebo drůbeží játra
na žampionech / 45

Vepřová nebo drůbeží játra
po provensálsku / 45

Vepřová nebo drůbeží játra
po čínsku / 46

Rizoto s vepřovými nebo
drůbežími játry / 46

Hovězí játra s anglickou
slaninou / 47

Vepřové ledvinky
se slaninou / 47

Kořeněné vepřové ledvinky / 48

Vepřové ledvinky na smetaně / 48

Vepřové plíčky na sardeli nebo
hořčici / 49

Vepřové srdce na slanině / 50

Guláš z hovězího srdce / 50

Hovězí srdce na smetaně / 51

DRŮBEŽ

Kuře pečené s nádivkou / 52

Kuřecí roláda / 53

Kuře po římsku / 53

Kuřecí stehna na kečupu / 54

Kuřecí stehna po neapolsku / 54

Kuřecí perkelt / 55

Kuřecí stehna na medu / 55

Kuřecí stehna na tymiánu / 56

Kuřecí stehna na chilli / 56

Kuřecí stehna na kari / 57

Kuřecí stehna na způsob
bažanta / 57

Kuřecí stehna na smetaně / 58

Plněná kuřecí stehna / 58

Kuřecí stehna s česnekovou
majonézou / 59

Kuřecí stehna na víně / 59

Minutkový kuřecí guláš
okurkou / 60

Kuřecí nudličky na kari / 60

Kuřecí hranolky se salámem / 61

Kuřecí hranolky po čínsku / 61

Marinovaná kuřecí křídýlka / 62

Vařené slepičí maso s nudlemi
po čínsku / 62

Slepice na žampionové
omáče / 63

Kuřecí řízky na víně / 63

RYBY

Ryba ve slaninové směsi / 64

Ryba pečená na víně / 64

Ryba na česneku
se žampiony / 65

Ryba po provensálsku / 65

Rybí filé zapečené se šunkou / 66

Ryba se žampiony v alobalu / 66

Ryba na chilli / 67

Ryba na česneku / 67
 Ryba po ďábelsku / 68
 Ryba s česnekovou
 majonézou / 68
 Ryba na leču / 68

VEJCE A SÝRY

Vejce se šunkou
 v omeletách / 69
 Omelety zapečené s nivou / 69
 Omelety s kuřecími játry / 70
 Omelety s houbami
 a brambory / 70
 Omelety se žampiony
 a sýrem / 71
 Palačinky plněné zeleninou / 71
 Sýrová omeleta s hráškem / 72
 Srbská omeleta / 72
 Omeleta s rajčaty / 73
 Míchaná vejce v ostré
 zeleninové směsi / 73
 Tvarohové krokety / 74
 Burgundské sýrové
 smaženky / 74
 Palačinky s mexickou
 nádivkou / 75

LUŠTĚNINY

Bílé fazole na kečupu / 76
 Guláš z bílých fazolí / 76
 Čočka s vejci / 77
 Čočka na chilli / 77
 Hrách se zeleninou
 a míchanými vejci / 78
 Hrách na slanině s klobásou / 78

ZELENINA

Nadívané cukety / 79
 Kapustové karbanátky / 80

Květák zapečený se sýrem
 a rajčaty / 80
 Kapustový nákyp s houbami / 81
 Fazolky s uzeným masem
 a kečupem / 81
 Lečo zapečené s masem / 82
 Smažené šunkové závitky
 se zeleninou / 82
 Nákyp z míchané zeleniny
 s masem / 83
 Zeleninové řízky s klobásou / 84
 Zeleninová směs s nudlemi
 po čínsku / 84
 Celer smažený se salámem
 a sýrem / 85
 Cukety s houbovou náplní / 85

TOASTY A PIZZY

Toasty s pomazánkou
 s mletého masa / 86
 Toasty s pomazánkou
 z drůbežích jater / 86
 Toasty s houbami / 87
 Toasty po provensálsku / 88
 Toasty se salámem a nivou / 88
 Zapečené toasty s uzeným
 masem / 89
 Pizza se salámem / 89
 Pizza se salámem a vejci / 90

SALÁTY

Kuřecí salát s rýží / 91
 Kuřecí salát s vejci /
 Jemný kuřecí salát / 91
 Salát z vepřového masa
 se zeleninou / 92
 Ostrý salát ze salámu / 92
 Salát ze sledů / 92
 Salát z rybího filé / 93

Vajíčkový salát se
smetanou / 93
Párkový salát / 94
Domácí vlašský salát / 94
Vajíčkový salát s párkem / 95
Sýrový salát s celerem
a rozinkami / 95
Fazolový salát se salámem / 96
Fazolový salát s křenem / 96
Čočkový salát se salámem / 97
Těstovinový salát
se salámem / 97
Vajíčkový salát
se zeleninou / 98
Těstovinový salát
se zeleninou / 98
Houbový salát s česnekem / 99
Míchaný zeleninový salát / 99

MOUČNÍKY

Jablkový koláč s rozinkami / 100
Kakaové řezy / 100
Tvarohová bábovka / 101
Rybízový koláč se sněhem / 102
Tvarohový koláč s ovocem / 102
Rýžový nákyp s tvarohem
a ovocem / 103
Rychlé ovocné řezy / 103
Piškotová roláda
s marmeládovou směsí / 104
Čokoládová roláda
se smetanovým krémem / 104
Jablkový závin z listového
těsta / 105
Rozinkové čtverečky / 105
Povidlové taštičky / 106