

## OBSAH

## JÍDLA Z TVAROHU

- Tvarohové knedlíky / 9  
 Halušky se sýrem  
 a tvarohem / 10  
 Zapékané palačinky  
 s bramborami a tvarohem / 10  
 Strapačky s tvarohem / 11  
 Slovenské „vereníky“  
 s tvarohem / 11  
 Bramborové opečenky  
 s tvarohem / 12  
 Korutanské plněné tvarohové  
 knedlíky / 12  
 Nudlový nákyp s tvarohem / 12  
 Smažená vejce s tvarohem –  
 italská specialita / 13  
 Šunkové taštičky / 13  
 Staročeská bramborová  
 pochoutka / 14  
 Tvarohový nákyp / 14  
 Tvarohové knedlíky s jablky / 14

## JÍDLA Z RYBÍHO FILÉ

- Krémová rybí polévka  
 bylinková / 16  
 Řecká rybí polévka / 16  
 Zapékané rybí filé s křenem / 16  
 Rybí filé v růžovém kabátku / 17  
 Rybí filé v zeleném kabátku / 17  
 Vánoční rybí polévka  
 z rybího filé / 18  
 Pórek zapečený s mrkví,  
 brambory a rybím filé / 18  
 Zelenina dušená  
 s rybím filé / 19  
 Paprikový koláč s rybím filé / 19

- Nadýchaná omeleta  
 s rybí náplní / 20  
 Rybí filé se smetanovou  
 omáčkou / 20  
 Polenta – nákyp s rybím filé / 21  
 Rybí filé v marinádě / 21  
 Nudle se špenátem  
 a rybím filé / 22  
 Pirátské rybí filé / 22

## ZELENINOVÁ JÍDLA

- z kapusty  
 Kapusta zapečená  
 v palačinkovém těstě / 24  
 Kapusta smažená / 24  
 Kapustové závitky s párky / 24  
 Kapustové karbanátky  
 s ovesnými vločkami / 25  
 Kapustové palačinky / 25  
 Krupky zapečené s masem  
 a kapustou / 26  
 Kapustový nákyp se zbylým  
 masem / 26  
 Kapustové karbanátky / 27  
 Kapustový nákyp  
 s těstovinami / 27  
 Kapusta dušená s rýží / 28  
 Kapustový Eintopf / 28  
 Kapustová pečeně / 29
- z květáku  
 Květák zapečený se sýrem  
 a uzeninou / 30  
 Květáková omeleta / 31  
 Květákový nákyp se šunkou / 31  
 Krokety z květáku  
 a brambor / 32

Květákové kynuté lívance / 32  
 Květákové karbanátky  
 s ovesnými vločkami / 32  
 Květák zapečený s palačinkovým  
 těstem / 33

#### ze zelí

Zelňačka naší babičky / 35  
 Ruský boršč / 35  
 Chabašťová polévka s uzeným  
 bůčkem / 36  
 Východoslovenské plněné zelné  
 listy / 36  
 Zelná polévka s fazolemi / 37  
 Masové knedlíčky  
 v kysaném zelí / 37  
 Chlupaté knedlíky se škvarky  
 a zelím / 37  
 Slovenské „strapačky“ s kysaným  
 zelím / 38  
 Bramborový závin s kysaným  
 zelím / 38  
 Brambory se zelím / 39  
 Staročeské zelí zapečené  
 s masem / 39  
 Lepenice se slaninou / 40  
 Bílé fazole s kysaným zelím / 40  
 Zelné halušky / 41  
 Zelný guláš / 41  
 Fazole s kysaným zelím  
 a masem / 42  
 Bramborové vdolky se zelím / 42  
 Langoše se zelím / 42  
 Zelný sladký závin / 43  
 Salát Benestr / 43  
 Zelný závin s masem / 44  
 Kološvárské zelí / 44

#### LUŠTĚNINOVÁ JÍDLA

##### z fazolí

Fazolové karbanátky / 47  
 Fazolové karbanátky s cibulí  
 a pórkem / 47  
 Fazole po francouzském  
 způsobu / 48  
 Fazole po bretaňsku / 48  
 Fazole s rýží a zeleninou / 48  
 Mauři a křesťané / 49  
 Fazole po bulharsku / 49  
 Fazole s jablky / 50  
 Fazole nakyselo se smetanou / 50  
 Fazole zapečené se škvarky / 50  
 Fazole na paprice / 51  
 Kovbojské fazole na slanině / 51  
 Fazole se zeleninou / 52

##### z hrachu

Hrachová kaše s párkem  
 a zelím / 52  
 Hrachové opečenky / 53  
 Hrachové lívanečky  
 se slaninou / 53  
 Hrachové smaženky / 54  
 Hrách zapečený se zelím / 54

##### ze sóji

Sója na slanině / 55  
 Sója s houbami a rýží / 56  
 Sójové karbanátky / 56  
 Dušené maso se sójovým  
 masem / 57  
 Řízky tofu / 57

##### z čočky

Čočka s rýží zapečená / 58  
 Čočkové karbanátky / 59  
 Čočka s rajčaty a paprikami / 59  
 Kočičí tanec – čočka  
 s kroupami / 60

Čočkový salát se šunkou / 60

Čočkový salát se zeleninou  
a majonézou / 61

Čočka se smaženými  
brambůrky / 61

Čočková sekaná / 62

Mexický talíř s čočkou / 62

Čočka nakyselo / 63

#### **z krup**

Krupky zapečené s masem  
a zeleninou / 64

Černý Kuba / 64

Krupník s vepřovým bůčkem / 65

Slovenská bramborová baba / 65

Sladká krupková kaše / 66

#### **z rýže**

Studená rýžová kaše / 67

Dietní rizoto se zeleninou / 67

Čorba Topčeta / 68

Rizoto s mletým masem / 68

Rizoto z kuřecích drůbků / 69

Džuveč / 69

Rýžový nákyp s meruňkami / 70

Rýžový nákyp s tvarohem / 70

#### **z jáhel**

Jáhlový Eintopf / 71

Dušené jáhly jako příkrm / 72

Sladká jáhlová kaše / 72

Slaný jahelník s uzeným  
bůčkem / 72

Zelná polévka s jáhlami / 73

#### **z ovesných vloček**

Bílá vločková polévka / 74

Vločkové karbanátky / 74

Smažené ovesné placičky / 74

Nákyp z ovesných vloček  
s jablky / 75

Lívanečky z ovesných vloček / 75

Čundrácká kaše z ovesných  
vloček / 76

Sladká kaše z ovesných  
vloček / 76

Hemenex s ovesnými  
vločkami / 76

#### **z pohanky**

Slaná pohanková kaše / 78

Sladká pohanková kaše / 78

Pohankové rizoto  
se zeleninou / 78

Pohankové rizoto s masem  
a houbami / 79

#### **z krupice**

Jemný krupicový knedlík / 80

Podkrkonošský hubník / 80

Krupicové noky / 81

Smažené krupicové řezy / 81

Gurjevská kaše / 82

Jihočeská jablečná kaše / 82

Barevná krupice / 82

#### **JÍDLA Z BRAMBOR**

Brambory osmažené na cibulce  
s vejci / 84

Rychlý bramborový salát našich  
babiček / 84

Bramborové placky  
s tvarohem / 84

Bramborové placky  
se škvarečky / 85

Zapékané smetanové brambory  
se sýrem / 85

Brambory s pórkem / 86

Opékané brambory s vejci / 86

Bramborové taštičky  
se salámem / 87

Bramborový guláš  
bez vuřtů / 87

Bramborový guláš s vuřty / 88  
 Hodolanská bramborová  
 omáčka / 88

### PESTRÁ ZELENINOVÁ JÍDLA

#### s pórkem

Pórkové smaženky s uzeným  
 masem / 89

Pórek zapečený se šunkou  
 nebo salámem / 90

Pórek s vejci / 90

#### s rajčaty

Rajčata zapečená s vejci  
 a sýrem / 91

Rajčata zapečená se salámem  
 a rýží / 92

Rajčata zapečená  
 se smetanou / 92

#### s celerem

Celerové lívanečky  
 se sýrem / 93

Smažené celerové řízky / 94

#### se zeleninovou směsí

Omelety s brambory  
 a zeleninou / 94

Omelety s rajčaty / 94

Zelenina zapečená s vejci / 95

Patizony nebo cukety smažené  
 v těstíčku / 95

Omelety se špenátem / 96

Zeleninový nákyp s anglickou  
 slaninou / 96

Saské nudle se špenátem / 97

Plněná rajčata / 97

### JÍDLA Z DRŮBEŽE

Jarní kuře po vídeňsku / 98

Staročeské kuře / 98

Selské kuře / 99

Námořnické kuře / 99

Smažené kuřecí řízky  
 se sýrem / 100

Kuře v alobalu / 100

Kuře gurmán / 100

Milánské kuře / 101

Kuře Maryland / 101

Kuře na paprice / 102

Motýlci z krůtího masa / 102

Kuře po domácku / 102

Krůtí sekaná se sýrem / 103

Flambovaný krůtí řízek  
 s ananasem / 103

Kuře Singapur / 104

Krůtí maso na smetaně  
 se žampiony / 104

Zadělávané kuře / 105

Kuře zapečené v bramborové  
 kaši / 105

Kuře po mělnicku / 106

Mexické kuře / 106

Jarní kuře tartar / 106