

OBSAH

ÚVOD	5	Jahodový džus	27
MÍRY A VÁHY POTŘEBNÉ V KUCHYNI	6	Jablečný dia džus	27
RADY K NEZAPLACENÍ	7	Višňový džus	27
<i>Návod na používání receptů</i>	7	Karotkový džus	27
<i>Z praxe</i>	7	Paprikový džus	27
CO JÍST A CO ŠKODÍ	10	Reveňový džus	27
<i>Cholesterol</i>	11	<i>Osvěžující nealkoholické nápoje</i>	27
<i>Zelenina – zdroj dusičnanů</i>	11	Domácí coca-cola	28
<i>Vitamíny</i>	11	Perlivá limonáda z květů bezu	28
<i>Prvky</i>	14	Hasič žizně	28
NÁPOJE	18	Jahodový květ	28
<i>Pivo</i>	18	Florida koktejl	28
<i>Destiláty</i>	18	Nápoj krásy	28
Domácí becherovka	20	<i>Čaj</i>	28
Vaječný koňak	20	Gruzínský čaj	29
Kmínka	20	Švédský čaj	29
Ořechový likér	20	<i>Káva</i>	29
Čokoládový likér	20	<i>Kakao</i>	30
Karamelový likér	20	SLADKOKYSELÉ PIKANTNOSTI	31
<i>Michané nápoje</i>	20	Univerzální nálev (na okurky, houby,	
<i>Vína</i>	21	cibulky apod.)	31
Domácí vermut	23	Okurkový nálev (podle kuchařky Fialové)	31
Vino z červeného rybízu	23	Okurkový nálev – pouze na jednu 0,7litrovou	
Vino z bílého rybízu	23	sklenici (podle mistra Boušky)	31
Vino z černého rybízu	24	Kořeněný okurkový nálev	31
Borůvkové víno	24	Znojemský okurkový nálev	31
Ostružinové víno	24	Kvašáky	31
Višňové víno	24	Rychlokvašky I	31
Jeřabinové víno	24	Rychlokvašky II	32
Šípkové víno	24	Kvašáky na celý rok	32
Trnkové víno	25	Protlak z rajčat	32
Vino z bezínek	25	Kečup z rajčat I	32
Burčák z květů bezu	25	Kečup z rajčat II	32
<i>Mošty</i>	25	Kečup z rajčat bez sterilování	
Ostružinový mošt	25	(podle Receptáře)	32
Bezinkový mošt	25	Kečup „Heinz“	32
Jablečný mošt	26	Kečup ze zelených rajčat a paprik	32
Rybízový mošt	26	Čatný ze zelených rajčat	33
<i>Šťávy</i>	26	Čatný z červených rajčat	33
Malinová, ostružinová a borůvková šťáva	26	Čatný z okurek	33
Jahodová šťáva nevařená (trvanlivá)	26	Čatný z bezínek	33
Michaná šťáva nevařená	26	Kapary z nedozrálých bezínek	33
Šťáva z bezových květů	26	Sterilované zeli	33
Bezinková šťáva	26	Zelná čalamáda (podle dědy z Břeclavi)	33
<i>Sirupy</i>	26	Čalamáda (podle Receptáře)	33
Rybízový sirup	26	Houbová čalamáda	
Malinový sirup	27	(podle kuchařky Nováčkové)	34
Pampeliškový sirup	27	Houby v octě	34
Léčivý jitrocelový sirup	27	Houby v sádle	34
<i>Džusy</i>	27	Utopenci	34
5 litrů džusu z 1 pomeranče	27	Letní salát	34
		Zimní salát z kysaného zeli	34
		Květákový salát	34
		Pestrý salát (podle dcery Jitky)	34
		Salát z rajčat a paprik	34

STUDENÁ KUCHYNĚ	35
Vlašský salát	35
Vlašský salát speciál	35
Vlašský salát italský	35
Vlašský salát s vejci	35
Vajíčkový salát	35
Lahůdkový salát	36
Pochoutkový salát	36
Konzumní salát	36
Bramborový salát s majonézou	36
Bramborový salát s vejci	36
Bramborový salát na chlebičky	36
Francouzský salát	36
Francouzský salát speciál	36
Pařížský salát	36
Majonéza	36
Domácí majonéza	36
Majonézový přeliv	36
Tatarská omáčka (surovin na 0,5 kg hotového výrobku)	37
Aspik	37
Výrobní aspik	37
Domácí aspik	37
Aspiková miska	37
Šunkové rolky v aspihu	37
Pomazánky a speciality	37
Sloní mls I	37
Sloní mls II	38
Pomazánka Asado	38
Pomazánka Gaspačo	38
Barevná pomazánka	38
Pomazánka palivec	38
Tvarohová pomazánka	38
Pikantní pomazánka (podle strýce Lebedy)	38
Droždová pomazánka	38
Hermelinová pomazánka	38
Pomazánka na chlebičky	38
Pomazánka na topinky (podle kuchařky Kousalové)	38
Česneková pomazánka se sýrem	39
Jarní chlebičky	39
Pomazánka z anglické slaniny	39
Některé příklady vaječných pomazánek	39
Vaječný krém	39
Jádrová pomazánka	39
Jádrová pěna	39
Nepravý kaviár I	39
Nepravý kaviár II	40
Falešné humrové chuťovky I	40
Falešné humrové chuťovky II	40
Rokfórové chuťovky	40
Několik kombinací na rohlíkové jednohubky	40
Pikantní košíčky na jednohubky	40
Vejce s náplní z drůbeží paštiky	40
Ruská vejce	40

TEPLÉ POHOŠTĚNÍ 41

Pizzy	41
Těstový základ pizzy	41
Neapolská pizza	41
Ďábelská pizza	41

Pikantní pizza	41
Žampionová pizza	41
Studentská pizza	41
Pizza s drůbežím masem	41
Toasty	42
Pasta na toasty	42
Ďábelské toasty I	42
Ďábelské toasty II	42
Hamburgery	42
Základní hamburger	42
Hamburger s kečupem a okurkou	42
Pikantní hamburger	42
Česnekový hamburger	43
Hamburger s drůbežím masem a žampiony	43
Hamburger s jatrovou paštikou	43
Langoše	43
Langoše	43
Další varianty surovin na přípravu langošů	43
Směsi na potření langošů	43

K POSEZENÍ U TELEVIZE 44

Sýrové tyčinky I	44
Sýrové tyčinky II	44
Brynzové tyčinky	44
Slané bramborové tyčinky	44
Kynuté slané tyčinky	44
Drobné slané pečivo	44
Slané lupínky	44
Smažené bramborové lupínky	45
Šátečky s nivou	45
Slané preclíky	45
Bramborové preclíky	45
Zdobené slané sušenky	45
Syrníky	45
Studentská směs	45
Brusinková pěna	45

RÝŽE, OBLNINY 46

Rýže	46
Dušená rýže	46
Opékaná rýže	47
Oves	47
Ovesné vločky	47
Opečenky z ovesných vloček	47
Smaženky z ovesných vloček	47
Karbanátky z ovesných vloček	47
Ovesné vločky jako mozeček	47
Sladká kaše z ovesných vloček	47
Noky z ovesných vloček	48
Biskupský chlebiček z ovesných vloček	48
Slané tyčinky z ovesných vloček	48
Ječmen	48
Pšenice	48
Knedlíky pro zdraví	48
Žito	48
Kroupy, krupky, krupice	48
Kroupy s hráškem	49
Kroupové rizoto z drůbežích drobů	49
Kroupové karbanátky	49
Kuba	49

Kuba s uzeným masem	49	Podvodnice	57
Krupicová kaše pro děti do jednoho roku	49	Rozpičky	57
Krupicová kaše pro děti od jednoho roku	49		
Krupicová kaše pro dospělé	50	VEJCE	58
Proso	50	Kyselo	59
Staročeské proso	50	Míchaná vejce na cibuli a slanině	59
Slané jáhly	50	Sázená vejce na šunce (ham and eggs)	59
Jahelník	50	Krakonošova omeleta	59
Čirok	50	Jistebnická omeleta	59
Pohanka	50	Rychlá omeleta (podle mistra Dlouhého)	60
Pohanková kaše	50	Srbská omeleta	60
Müsli	50	Vaječné karbanátky	60
Müsli z různých druhů mouky	51	Zapékaná vejce	60
Müsli s kukuřičnými lupínky	51	Vejce se smaženou žemlí	60
Müsli s bezinkami	51	Knedlíky s vejci	60
Müsli z devatenáctého století	51	Vejce s růžovou omáčkou	60
Pečivo, chléb	51	Šumavské topinky	60
		Smažená vejce na toastových topinkách	60
TĚSTOVINY	52		
Domácí nudle	52	MLÉKO, MLÉČNÉ VÝROBKY	61
Šunkofleky I	52	Mléko	61
Šunkofleky II	52	Jogurt	61
Těstoviny s květákem	52	Jogurt I	61
Těstoviny se žampiony	53	Jogurt II	61
Těstoviny zapékané se salámem a zeleninou	53	Jogurt III	61
Těstoviny se sušenými houbami	53	Jogurtové želé	61
Hrnkové fličkové knedlíky	53	Kefír	62
Špagetové uzlíky	53	Domácí kefir	62
Smažené těstovinové krokety	53	Smetana	62
Těstoviny zapečené s tvarohem a ovocem	53	Šlehačka	62
		Falešná šlehačka	62
KNEDLÍKY	54	Máslo	62
Houskový knedlík z restarace	54	Podmásli	62
Domácí houskový knedlík	54	Syrovátka	62
Hrnkové houskové knedlíky	54	Tvaroh	63
Špekové knedlíky z restaurace	54	Sýry	63
Domácí špekové knedlíky	54	Smažený sýr	64
Chlupaté knedlíky (podle kuchařky Řehákové)	55	Smažený sýr plněný šunkou	64
Bramborový knedlík z restaurace	55	Smažená niva v šunce	64
Bramborový knedlík, který se vždycky		Karbanátky z taveného sýra	64
povede (podle kuchařky Radkovičové)	55	Sýrové livance	64
Bramborové ovocné knedlíky	55	Sýrové smaženky z bílé večky	64
Bramborovo-tvarohové ovocné knedlíky	55	Sněhové sýrové kuličky	64
Chlupaté knedlíky ze syrových a vařených		Sýrový salát se šunkou a majonézou	64
brambor I (bosáky, drbáky, klouzáky,	55		
chlupáče)		TUKY, OLEJE	65
Chlupaté knedlíky ze syrových a vařených	55		
brambor II		MED, CUKR	66
Chlupaté knedlíky ze syrových a vařených	56	Bramborové placky s medem	67
brambor III		Chudí rytíři	67
Chlupaté knedlíky ze syrových brambor I	56	Medové jídáše	67
Chlupaté knedlíky ze syrových brambor II	56	Medové máslo	67
Chlupaté knedlíky z vařených brambor I	56	Turecký med	67
Chlupaté knedlíky z vařených brambor II	56	Tvarohová pochoutka s medem	67
Tvarohové ovocné knedlíky I	56	Medová studánka	67
Tvarohové ovocné knedlíky II	56	Dětská přesnídávka	67
Tvarohové knedlíky bez ovoce	56	Mléko s medem	67
		Víno s medem	67
DROŽDÍ	57		
Mozeček z droždí	57		
Sladké chřupky z kvasnic	57		

KOŘENÍ, BYLINKY	68
Pepř	68
Nové koření	68
Bobkový list	68
Jalovec	68
Kmín	68
Paprika	68
Čili	68
Muškatový ořech a květ	69
Zázvor	69
Majoránka	69
Dobromysl	69
Oregano	69
Tymián	69
Saturejka	69
Bazalka	69
Libeček	69
Šalvěj	69
Estragon	69
Máta	69
Meduňka	69
Levandule	69
Rozmarýna	70
Kopr	70
Šafrán	70
Koriandr	70
Anýz	70
Fenykl	70
Skořice	70
Hřebíček	70
Badyán	70
Vanilka	70
Lékořice	70
Hořčice	71
Sezam	71
Kapary	71
Kardamom	71
Kurkuma	71
Žlutodřev	71
Roketa	71
Cesmína	71
Pískavice řecké seno	71
Směsi koření	71
Vliv koření na lidský organismus	72

ZELENINA	73
Květák	73
Smažený květák	73
Květák smažený v těstíčku	73
Květákové placičky	74
Smaženky z kvěťáku	74
Květákové karbanátky	74
Květák zapečený s vejci	74
Zapečený květák s kečupem	74
Květákový nákyp	74
Květákové krokety I	74
Květákové krokety II	75

Květákové krokety III	75
Brokolice	75
Vařená brokolice s máslem	75
Brokolice s vejci	75
Brokolice na slanině	75
Zapečená brokolice	75
Palačinky z brokolice	75
Smaženky z brokolice	75
Kapusta	76
Kapustové karbanátky	76
Kapustová pečeně	76
Kapusta na slanině	76
Kapusta s játrovou paštikou jako mozeček	76
Kadeřávek jako mozeček	76
Kapustovka	76
Hlávkové zeli	77
Dušené zeli	77
Sladké zelné kotlety	77
Zelné řízky	77
Zelné omelety	77
Bramborák z kysaného zeli	77
Sedmíhradské zeli	77
Houbový bigoš	78
Lepenice (kočičák)	78
Zelňáky	78
Zelný salát „céčková bomba“	78
Pekingské zeli	78
Pekingské zeli se strouhankou	78
Dušené pekingské zeli	78
Špenát z pekingského zeli	78
Pekingské zeli na másle	78
Pekingské zeli na smetaně	79
Pikantní salát z pekingského zeli	79
Čínské zeli	79
Vařené řapíky čínského zeli	79
Dušené čínské zeli se smetanou	79
Salát hlávkový	79
Zálivka k hlávkovému salátu	79
Špenát	80
Dušený špenát	80
Špenát zapečený s těstovinami a uzeným masem	80
Špenátový nákyp se salámem	80
Elsaské nudle	80
Špenát v bramborových plackách	80
Špenát zapékaný s vejci	81
Mangold	81
Mangold po římsku	81
Mangold s dušenými rajčaty	81
Dušený mangold	81
Smažené řapíky mangoldu	81
Tykev (cuketa, kabačka, patison)	81
Smažená tykev	81
Chlupatá smažená tykev	82
Smažená tykev se zapečeným sýrem	82
Tykev po uhersku	82
Tykvový kotlík	82
Míchaná zahradní smaženice	82
Tykev po provensálsku	82
Tykev po florentsku	82
Tykvové placky	82

Tykvové placky s ovesnými vločkami (podle mistra Huna)	83	Pažitka	92
Tykev plněná mletým masem	83	Pažitková vejce	92
Zapěkaná tykev s masovou směsí	83	Hovězí s pažitkovou omáčkou	92
Středomořská plněná tykev	83	Česnek	92
Zapěkaná tykev s makarony	83	Konzervovaný česnek 4x jinak	92
Nákyp z tykve se sýrem	83	Křen	93
Tykev plněná rýží a mletým masem	84	Jablkový křen se smetanou	93
Lilek jedlý (baklažán)	84	Křenová majonéza	93
Lilek jako houby	84	Kedluben	93
Lilek jako kaviár	84	Vařené kedlubny s máslem	93
Lilek s kuřecí nádivkou	84	Kedlubny na paprice	93
Lilek zapéčený s rajčaty	84	Kedlubny po švýcarsku	93
Paprika	84	Ředkev – ředkvička	93
Papriky plněné rýží a houbami	85	Červená řepa	94
Papriky po mexicku	85	Salát z červené řepy s křenem	94
Papriky plněné játrovou paštikou	85	Salát z červené řepy a jablek	94
Plněné papriky v rajčatové omáčce	85	Pyré z červené řepy	94
Papriky na smetaně	86	Černý kořen	94
Salát z čerstvých paprik	86	Zapečený černý kořen	94
Rajče	86	Černý kořen s vejci	94
Zálivka k rajčatovému salátu	86	Černý kořen v pivním těstíčku	94
Salát z rajčat s tvarohovou marinádou	86	Salát z černého kořene se smetanovou majonézou	94
Rajčata v bílém závoji	86	Tuřín	95
Zapečená rajčata s brambory a vejci	87	Zadělávaný tuřín	95
Zapečená rajčata s tvarohem	87	Tuřín pečený s masovou nádivkou	95
Nadívaná rajčata	87	Tuřín na smetaně	95
Rajčata plněná sýrovým krémem	87	Opečenky z tuřinu	95
Okurka	87	Vodnice	95
Zálivka k okurkovému salátu	87	Vodnice plněná krupicovou kaší	95
Pikantní okurkový salát	87	Vodnicové zeli	95
Zelený hrášek	87	Vodnice nakyselo	95
Hrášek s mrkví a brambory	88	Cukrová řepa	96
Fazolky	88	Cukrové řepánky	96
Fazolky s karotkou	88	Kukuřice	96
Fazolky na smetaně	88	Pečená kukuřice se sýrem	96
Fazolky zapečené s vejci	88	Vařená kukuřice	96
Mrkev	88	Dušená kukuřice se slaninou	96
Mrkev zadělávaná s hráškem	89	Kukuřice v pivním těstíčku	96
Mrkev nasladko	89	Reveň rebarbora	96
Opečenky z mrkve	89	Reveňový koláč	96
Omeleta z mrkve	89	Čekanka	97
Mrkev na smetaně	89	Zapečené čekankové puky	97
Jemný mrkvový salát	89	Vařená čekanka	97
Celer	89	Bruselská čekanka	97
Celer v sýrovém těstíčku	89	Čekanka na smetaně	97
Dušený celer na slanině	89	Smažená čekanka	97
Celer zapékaný s rajskou omáčkou	90	Endívie (štěrbák)	97
Petržel	90	Kaše se štěrbákem	97
Pastinák	90	Dušený štěrbák	98
Smažený pastinák	90	Chřest	98
Smažené pastinákové noky	90	Smažený chřest	98
Pastinák s tatarskou omáčkou	90	Chřest po vlámsku	98
Kaše z pastináku	90	Chřest po milánsku	98
Cibule	90	Artyčok	98
Cibule smažená v těstíčku	91	Vařený artyčok	98
Cibulová omeleta	91	Smažený artyčok	98
Cibule na paprice	91	Plněný artyčok	99
Pór	91	Kardy (španělský artyčok)	99
Pór na paprice	91	Smažené kardy	99
Pór smažený v těstíčku	92		
Pörkové palačinky se sýrem	92		

Kardy s ementálem	99
Kardy s tatarskou omáčkou	99
Kardy s vejci	99
Řeřicha setá	99
Lebeda zahradní	99
Šťovík	99
Bambus	100
Rajčenka	100
Kolokázie	100
Chlebovník	100
Čajot	100
Kiwano	100
Lagenárie	100
Lotos	100
Vigna	100

LUŠTĚNINY 101

Čočka	101
Čočka nakyselo	101
Kotlety z čočky	101
Hrách	101
Hrachová kaše	101
Hrachové zrazy	101
Fazole	101
Fazolové karbanátky	102
Fazolová kaše s cibulí	102
Fazole se šunkou	102
Fazole s houbami	102
Sója	102
Sójová sekaná	102
Sójová sekaná s brambory	102
Sójové karbanátky	103
Sójové řízky se sýrem	103
Sójová omeleta	103
Sója jako mozeček	103
Sójové kuličky se sýrem	103
Sójový guláš	103
Sója po čínsku	103
Cizrna	103

BRAMBORY 104

Brambor	104
Škružlanky	105
Jihočeská cmunda	105
Cmunda po kaplicku	105
Bramborák (cmunda, sejkory, kramfleky)	106
Bramborák se salámem	106
Bramborové krokety	106
Krokety z bramborové kaše	106
Bramborové krokety z restaurace	106
Francouzské brambory	106
Bramborové řízky pro chudé	106
Škubánky	107
Moravské šlejšky	107
Smažené bramborové šišky plněné uzeninou	107
Bramborové čtverečky s hermelinem	107
Brynzové halušky (strapačky)	107
Myši	107
Bramborový guláš	108

Pudláký	108
Nové brambory se smetanou	108
Topinambur	108
Zapečené topinambury	108
Vařené topinambury	108
Batáty	108
Maniok	108

HOUBY 109

Houbová smaženice	109
Houby pečené jako ledvinky	109
Smažené houby	109
Sekaný houbový řízek	109
Sekaná pečeně z hub	110
Houbová žemlovka	110
Houbový paprikáš	110
Houbový guláš	110
Houby jako dršťky	110
Žampionový salát	110

OVOCE 111

Jablko	111
Hruška	111
Hrušky po orientálsku	111
Hruškový pekáček	112
Třešeň	112
Slivoň	112
Meruňka	112
Sušené meruňky	112
Broskev	112
Nektarinka	112
Rybíz	112
Rybíz jako brusinky I (podle kuchařky Kousalové)	112
Angrešt	113
Josta	113
Jahoda	113
Jahodový salát	113
Malina	113
Ostružina	113
Borůvka	113
Brusinka	113
Klíkva	113
Jeřáb	113
Vinná réva	113
Citron	114
Pomeranč	114
Pomerančový nákyp	114
Pomerančový salát s jablky	114
Mandarinka	114
Mandarinkový dezert	114
Grapefruit	114
Šedok	115
Cedráť	115
Datle	115
Fík	115
Kiwi	115
Banán	115

Ananas	116
Ananasový salát	116
Avokádo	116
Mango	116
Papája	116
Kvajáva	116
Oliva	117
Kdoule	117
Granátové jablko	117
Svatojánský chléb	117
Longan	117
Rakytník	117
Liči	117
Jujuba	117
Lícidlo	118
Lokvát	118
Narančila	118
Okra	118
Mochyně	118
Rambutan	118
Opuncie	118
Mučenka	118
Klanopraška	118

MANDLE, OŘECHY 119

Mandle	119
Mandlová nádivka	119
Drůžičky	119
Vlašský ořech	119
Lískový oříšek	119
Oříšková nádivka do pečiva	119
Oříšky v mléce	119
Arašidy	120
Pistácie	120
Kešu	120
Para ořech	120
Pinie	120
Kokosový ořech	120

POLÉVKY, VÝVARY, ZAVÁŘKY 121

Jihočeská kulajda	121
Selská chlebová polévka	121
Oukrop	121
Česnečka	121
Drožďová polévka	121
Kminová polévka s vejcem	121
Rychlá haše polévka	121
Krkonošské kyselo	121
Couračka	122
Slovenská kapustnica	122
Slovenská kapustnica se slaninou	122
Domácí zelňačka	122
Zelňačka s klobásou a žampiony	122
Květáková polévka	122
Hrachová polévka	122
Fazolová polévka	123
Jednoduchá houbová polévka	123

Krémová houbová polévka	123
Jemná houbová polévka	123
Myslivecká houbová polévka	123
Dršťková polévka I	123
Dršťková polévka II	123
Gulášová polévka	124
Frankfurtská polévka s párkem	124
Boršč	124
Drobení do polévky	124
Kapání do polévky	124
Játrové knedlíčky	124
Játrová rýže	124

OMÁČKY 125

Jihočeská houbovka	125
Jihočeská praskačka	125
Koprová omáčka po staročesku	125
Smetanová okurková omáčka	125
Smetanová křenová omáčka	125
Rajská omáčka	125

RYCHLÉ VEČEŘE 126

Opečenky z játrové paštiky s rýží	126
Opečenky z játrové paštiky se žemli	126
Karbanátky z játrové paštiky	126
Pavézky	126
Zapečené žemle	126
Paštikové toasty	126
Omáčka z játrové paštiky	126
Pomazánka z vepřového masa	126
Maso s vejci jako mozeček	126
Vepřové maso s kapustou a brambory	127
Rychlé haše z hovězího masa	127
Řábelská pomazánka z hovězího masa	127
Lančmít s dušenou zeleninou	127
Lančmít s hermelínem v těstíčku	127
Bramborové placičky s uzeninou	127
Falešný tatarský biftek (podle sousedky Marešové)	127

MASO 128

Hovězí přední	130
Maďarský guláš	130
Guláš Prazdroj	130
Debrecinský guláš	130
Hovězí hranolky na slanině	130
Hovězí roštěná	131
Lesnická roštěná	131
Forťovská roštěná	131
Roštěná po orientálsku	131
Znojemská roštěná	131
Roštěná zapečená se sýrem	131
Pikantní závitky krále Šumavy	132
Hovězí s vepřovým	132
Guláš podle Petra Voka	132
Uherský guláš	132
Ruský biftek	132
Hovězí svíčková	133
Svíčková na smetaně	133
Chilský minutkový guláš	133

Krakonošův biftek	133	Skopový guláš	142
Fořtův řízek	133	Maďarský skopový perkelt	142
Hovězí zadní	133	Skopové na kari	142
Hovězí pečeně na žampionech	133	Skopové paprikové řízky	142
Azu po tatarsku	133	Pečené skopové hrudí	142
Španělský ptáček	134	Jehněčí	143
Frankfurtská hovězí pečeně	134	Pikantní jehněčí směs	143
Štěpánská hovězí pečeně	134	Plněný jehněčí závitok	143
Hovězí pečeně po cikánsku	134	Nadívané jehně	143
Šuang-si	134	Krokety z pečeného jehněčího masa	143
Vepřový bůček	135	Jehněčí kotlety se sýrem	143
Segedínský guláš	135	Jehněčí na rajčatech	143
Moravský vrabec	135	Kůzleči	144
Pivovarský tokáň	135	Kůzle s nádivkou	144
Zbojnický bůček	135	Závitky z kůzlečího masa	144
Záhorácký závitok	135	Kůzle na smetaně	144
Vepřový džuvec	135	Zadělávané kůzle	144
Vepřová krkovička	136	Kůzle na majoránci	144
Pečená krkovička	136	Kůzle na paprice	144
Krkovička na zelenině	136	Kuře	145
Tatranské kotlety	136	Pečené kuře s nádivkou	145
Krkovička v hořčicové omáčce	136	Kuře na smetaně se žampiony	145
Vepřová kýta	136	Kuře po indicku	145
Putimské masové nudličky	136	Kuřecí perkelt po maďarsku	145
Kung-pao	136	Kuře nadívoko (podle mistra Huna)	145
Šuei-ču-žou	137	Kuře na kari (podle Receptáře)	145
Vepřové po sečuánsku	137	Kuře na kari po čínsku	145
Valtický řízek	137	Chop-suey z kuřete	146
Brněnský řízek	137	Tabako	146
Řízek Ondráš	137	Kuře po malajsku	146
Plněný závitok na smetaně	137	Kavkazské čachochbílí	146
Vepřový závitok s houbami (podle Receptáře)	138	Kuřecí rolka s česnekem	146
Labužnické nudličky (podle mistra Huna)	138	Česnekové kuře	146
Vepřová plec	138	Kuře na bylinkách (podle mistra Huna)	146
Hejtmanský mēsec	138	Kuře po plzeňsku (podle Receptáře)	147
Vepřová plec v pikantní omáčce	138	Klatovské rarášky	147
Rizoto z vepřového masa	138	Drůbeží stehna s rajčaty na houbách (podle Receptáře)	147
Domažlické vepřové ragú	138	Kuřecí křidélka	147
Vepřová pečeně	139	Slepice	147
Putimské žebírko	139	Slepice na paprice	147
Bratislavské žebírko	139	Slepice na zelenině (podle mistra Šedivého)	147
Cikánské žebírko	139	Slepice po čínsku	147
Srbské žebírko	139	Kantonská rýže	148
Vepřová roláda	139	Husa	148
Telecí kýta	140	Pečená husa	148
Karlovarská telecí kýta	140	Husa pečená v šouletu	148
Pražský telecí řízek	140	Pečená husa s lokšemi	148
Telecí pečeně na víně	140	Kachna	148
Telecí plec	140	Pečená kachna	148
Pečená telecí plec	140	Nadívaná kachna	148
Telecí perkelt	140	Dušená kachna v zeli	149
Telecí pečeně s párky	140	Kachna nadívoko	149
Telecí pečeně se smetanou	141	Kachna po singapursku	149
Telecí guláš	141	Indická korma	149
Skopové	141	Krůta, krocan	149
Skopová kýta na česneku	141	Plněné krůti řízky	149
Skopové nadívoko	141	Ministerský řízek	149
Maso pěti vůní	141	Krůti závitky	150
Skopový džuvec s houbami	141	Krůti řízky po staročesku	150
Skopové se zapečenými brambory	142		

Pikantní krůtí směs	150
Krůtí maso po čínsku	150
Pisecké krůtí nudličky (podle mistra Huna)	150
Rolovaný krocan	150
<i>Perlička</i>	151
Pečená perlička	151
Nadívaná perlička	151
<i>Holoubata</i>	151
Nadívaná holoubata	151
Holoubata nadivoko	151
<i>Králík</i>	151
Králík na česneku	151
Králík dušený na paprice se žampiony	152
Králík po maďarsku	152
Králík na zázvoru	152
Králík na smetaně	152
Králík po segedínsku	152
Králík po slovensku	152
Králičí rizoto	153
Pilaf z králíka	153
Guláš z králíka	153
Čína z králíka	153
Haše z králíka	153
Králičí čevapčiči	153
Plněná roláda z králíka	153
Nadívaný králík	154
Králičí soté zapečené se žampiony	154
Králík na jehle	154
<i>Masové směsi</i>	154
Pestrá masová směs (podle mistra Huna)	154
Kuřecí směs se zeleninou (podle mistra Huna)	154
Netolické masové nudličky (podle mistra Huna)	155
<i>Sekaná, mleté maso</i>	155
Jihočeská sekaná	155
Velikonoční sekaná	155
Židlochovická sekaná	155
Staročeská sekaná	155
Rychlá sekaná	155
Pikantní malé karbanátky	156
Jugoslávské čevapčiči	156
Dánské frikadeli	156
Bulharské kebabči	156
Turecké klopsy	156
Tatarské krutony	156
Florentské polpety	156
Bulharská kjufteta	157
Polské zrazy	157
Řecká musaka pro labužníky	157
Srbská musaka	157
Kotlík českého faráře	157
<i>Vnitřnosti</i>	158
Játra po mlynářsku	158
Játra po florentsku	158
Játra na zelenině a bylinkách (podle mistra Huna)	158
Játra na houbách	158
Vinařské telecí ledvinky	158
Vepřové ledvinky se žampiony	158
Srdce na smetaně	159

Telecí plíčky na smetaně (pajšl)	159
Vepřový jazyk na smetaně	159
Zapékané kuřecí žaludky	159

POSBÍRÁNO ZE ZABIJAČEK 160

<i>Jaternice</i>	160
Domácí hrubosekané jaternice	160
Řeznické jaternice	160
Moravské jaternice	160
Lahůdkové jaternice	160
<i>Jelítka</i>	160
Kroupová zabijačková jelítka	160
Žemlová selská jelítka	161
Lahůdková hrubosekaná jelítka	161
Domácí žemlová jelítka	161
Domácí kroupová jelítka	161
<i>Prejty</i>	161
<i>Tlačenky</i>	161
Světlá tlačenka	161
Tmavá tlačenka	161
Slezská tlačenka	161
<i>Klobásy</i>	162
Domácí klobásy	162
Moravské klobásy	162
Ostravské klobásy	162
<i>Párky</i>	162
Debrecínské párky	162
Jemné párky	163
Uzenářské špekáčky	163
Lahůdkové uzenky	163
Vuřty	163
<i>Paštiky</i>	163
Jádrová paštika	163
Domácí paštika	164
Chalupářská paštika	164
Cikánská paštika	164
<i>Paštikové kořenící směsi</i>	164
Paštikové koření I	164
Paštikové koření II	164
<i>Zabijačkové polévky</i>	164
Ovarová polévka	164
Jaternicová polévka	164

POCHOUTKY Z UDÍRNÝ 165

<i>Zásady správného uzení</i>	165
<i>Solení, nakládání a kořenění masa</i>	165
<i>Několik výběrných receptů</i>	165
Uzená žebírka	165
Uzená rolovaná plec	165
Uzený bůček	166
Čertovo maso	166
Hornácké uzené maso	166
Uzené jazyky	166
Uzené kuře	166
Uzené skopové	166
Uzené ryby	166
Sterilované uzené ryby	166
Pomazánka z uzených ryb	166

GRILOVÁNÍ	167
<i>Zásady správného grilování</i>	167
<i>Grilovací marinády</i>	167
Marináda na maso	167
Marináda orientální	167
Marináda na ryby	167
Marináda na jehněčí a skopové maso	167
Marináda na čínskou krkovičku	167
<i>Grilovací oleje</i>	167
Grilovací olej k hovězímu masu	167
Grilovaný olej k vepřovému masu	167
Grilovací olej k jehněčímu a skopovému masu	167
Grilovací olej k játrům a ledvinkám	168
Grilovací olej k hamburgerům	168
<i>Bylinkové máslo</i>	168
<i>Několik výborných receptů</i>	168
Grilovaná uzenina	168
Bernské vuřty	168
Grilované hamburgery	168
Grilovaná šunka se zeleninovou směsí	168
Plněný salám v alobalu	168
Plněné rohlíky zapečené v alobalu	168
Kuřecí špíz	169
Vepřové špízy s cibulí a paprikou	169
Vepřové šípky	169
Slavonský čevap	169
Špízy s vepřovým bůčkem v alobalu	169
Dábelkové ražniči	169
Telecí řízek se sýrem	169
Kuře se šunkou a sýrem v alobalu	170
Skopový šašlík	170
Ostré rybí ražniči	170
Grilovaný kapr na česneku	170
Ryba v kečupové směsi v alobalu	170
Ryba s lečem v alobalu	170
Mexická grilovaná ryba	170
Grilované kukuřičné klasy	170
 ZVĚŘINA	 171
Zvěřina jako řízky	171
Zvěřina jako svičková	171
Vnitřnosti ze zvěřiny	172
Zvěřina s nádivkou	172
Zvěřina jako guláš	172
<i>Prase divoké</i>	172
Pečená kýta z divočáka	172
Kotlety z divočáka	172
Závitky z divočáka na slanině	172
Pečená žebírka z divočáka	172
<i>Srnec</i>	173
Srnčí ragú	173
Pikantní srnčí řízky	173
Srnčí kýta na jalovci	173
<i>Jelen</i>	173
Jelení plecko	173
Pečená jelení kýta	173
Jelení roštěnky	174
<i>Daněk</i>	174
Daňčí pečeně	174

Daňčí kotlety	174
<i>Muflon</i>	174
Pečená mufloní kýta	174
Mufloní pečeně na česneku	174
<i>Zajíc</i>	174
Zajíc pečený – cibulák	174
Zaječí předek na paprice	175
<i>Bažant</i>	175
Polévka z bažanta	175
Bažant na slanině	175
Bažant nadivoko	175
<i>Kachna divoká</i>	175
Divoká kachna na víně	175
Přirodní divoká kachna	175

 SLADKOVODNÍ RYBY	 176
<i>Kapr</i>	176
Kapr po novohradsku	177
Kapr po třeboňsku	177
Kapr po mlynářsku	177
Kapr podle Petra Voka	177
Kapr na kmíně	177
Kapr po jordánsku	177
Kapr na žampionech	177
Kapr podle Receptáře	177
Kapr na zelenině	178
Kapr na zelenině a houbách (podle mistra Šenbauera)	178
Kapr na cibuli (podle mistra Šenbauera)	178
Kapr na kari	178
Kapr po dalmatinsku	178
Kapr po řecku	178
Kapr na šalvěji	178
Plněný kapr	178
Kapr s jihočeským kubou	179
Kapr s překvapením	179
<i>Lín</i>	179
Lín na česneku	179
Lín na kmíně	179
Lín po česku	179
Lín se slaninovou omáčkou	179
<i>Pstruh</i>	179
Pstruh na másle	179
Pstruh po třeboňsku	179
Pikantní pstruh	180
Pstruh na smetaně	180
Pstruh s majonézou	180
<i>Štika</i>	180
Štika na jalovci	180
Štika po tábořsku	180
Štika na rožni	180
Pikantní štika	180
Štika na hořčici	180
<i>Candát</i>	181
Candát smažený v těstíčku	181
Candát po selsku	181
Candát po blatensku	181
Candát s pikantní omáčkou	181
Candát po domácí	181
Candát na zelenině	181

Okoun	181
Okoun po selsku	181
Okoun na smetaně	182
Okoun na sardelce	182
Amur	182
Amur s houbami na smetaně	182
Tolstolobík	182
Tolstolobík s brusinkami	182
Sumec	182
Dušený sumec se sardelí	182
Sumec v rosolu	182
Řízky ze sumce	183
Úhoř	183
Pečený úhoř	183
Úhoř na žampionech	183
Úhoř na pepři	183
Maréna	183
Nadívaná maréna	183
Pečená maréna s majonézou	183
Bělíce	184
Bělíce se zeleninou	184
Nákyp z uzených bělic	184
Jiné recepty na úpravu ryb	184
Jakákolí ryba s pikantní karí omáčkou	184
Karbanátky z ryb	184
Smažené knedlíčky z ryb	184
Rybí krokety	184
Nočky do rybí polévky	185
Zavináče	185
Nakládané rybky	185
Rožmberský salát	185
Polévky	185
Tradiční rybí polévka	185
Vánoční rybí polévka	185
Rožmberská rybí polévka	185
Falešná rybí polévka	185

MOŘSTÍ ŽIVOČICHOVÉ 186

Losos	186
Losos s bylinkami	186
Filé z lososa po jižansku	186
Losos na houbách	186
Makrela	186
Makrela po maďarsku	186
Makrela na řecký způsob	186
Salát z mořských ryb (např. z makrely)	186
Sleď	187
Treska	187
Treska s houbami a zeleninou	187
Zapékaná treska	187
Treska na víně	187
Salát z filé	187
Hejk	188
Smažený hejk s rajčatovou omáčkou	188
Smažený hejk po čínsku	188
Platýs	188
Platýs v bílém víně	188
Kambala	188
Tuňák	188
Šprot	188
Sardinka	188

Sardel	188
Humr	189
Humr s paprikovou omáčkou	189
Zapékaný humr	189
Humr po francouzsku	189
Krab	189
Těstoviny s krabím masem	189
Krabí maso po valencijsku	190
Krab se žampionovou omáčkou	190
Michaná vejce s krabím masem	190
Kreveta	190
Omeleta s krevetami	190
Krevetové kari	190
Krevety po španělsku	190
Pikantní krevety	191
Langusta	191
Flambované langusty	191
Garnát	191
Scampi	191
Pečené scampi	191
Mušle	191
Mušle po provensálsku	192
Mušle s kari	192
Zapékané mušle se žampiony	192
Chobotnice	192
Flambovaná chobotnice	192
Chobotnice na víně	192
Sépie	193
Sépie po benátsku	193
Sépie po neapolsku	193
Olíheň	193
Smažené kalamáry	193
Smažené kalamáry s pepřem	193
Kalamáry po římsku	193

SLADKÝ ZÁVĚR 194

Těsta	194
Křehké těsto	194
Kynuté těsto	194
Nejrychlejší kynuté těsto	195
Listové těsto	195
Piškotové těsto	195
Těsto na záviny	196
Polevy	196
Bilková poleva	196
Citronová (rumová, punčová) poleva	196
Kakaová poleva I	196
Kakaová poleva II	196
Čokoládová poleva	196
Kávová poleva	196
Mramorová poleva	197
Pomerančová poleva	197
Malinová (jiná ovocná) poleva	197
Průsvitná želatinová poleva	197
Žlutková poleva	197
Cukrová (vanilková) poleva	197
Krokant	197
Krémy	197
Ořechový krém	197
Tvarohový krém s banánem	197

Pařížská šlehačka	198	Biskupský chlebiček (podle tety Pavly)	206
Citronový krém se šlehačkou	198	Perník (podle netolické babičky)	206
Meruňkový krém	198	Perníčky medovníčky	207
Třešňová pochoutka	198	Vlahá šlehačková buchta (místo piškotu)	207
Jahody ve vanilkovém cukru	198	Bleskový obyčejný piškot (podle Evy ze Smolče)	207
<i>Pěny</i>	198	Rychlý piškotový dort	207
<i>Flameri</i>	198	Osvěžující tvarohový dort	207
<i>Čokoláda</i>	198	Jablečný „ananasový“ dort (podle Receptáře)	207
Domácí čokoláda	198	Třešňová bublanina	207
Mléčná čokoláda	198	Tvarohový strouhaný koláč (podle sousedky Marešové)	208
Oříšková čokoláda	198	Tříbarevný koláč	208
<i>Znamé sladkosti</i>	199	Propadlý koláč (podle kuchařky Makovičkové)	208
Nugatová pochoutka	199	Jogurtový koláč	208
Karamel	199	Borůvkový koláč	208
Marcipán	199	Švestkový koláč	208
Dětské piškoty	199	Rychlý univerzální základ (pro dorty, bábovky, želé řezy atd.)	209
<i>Hody a posvícení</i>	199	Blesková bábovka (podle sousedky Dvořákové)	209
Moravské koláče	199	Pouťová oříšková bábovka (podle kuchařky Lakomé)	209
České buchty	199	Barevná bábovka	209
Koblihy	200	Kokosová bábovka (podle paní Nováčkové)	209
Jihočeské koblihy s majonézou (podle sousedky Frantesové)	200	Bábovka z majonézy	209
<i>Vánoční dobroty</i>	200	Piškotková bábovka	209
Vánočka	200	Videňská vařená bábovka (podle paní Ingridové)	209
Pracny	200	Rychlá roláda	210
Myslivecké knoflíky	201	Makový závin	210
Slepené linecké cukroví	201	Pivní závin	210
Ořechové rohlíčky (podle břeclavské babičky)	201	Závin z podmásli	210
Slepované kokosky	201	Štrúdl z jogurtového těsta	210
Kokosové pusinky	201	Drobený štrúdl (podle dcery Ivy)	210
Vosí hnízda	201	<i>Sladké obědy</i>	211
Kopečky	201	Dukátové buchtičky s krémem	211
Voňavé sušenky	202	České vdolky	211
Perník	202	Žemlovka	211
Zázvorky	202	Nudle s mákem	211
Vizovické pečivo	202	Nudle s tvarohem	211
<i>Velikonoční tradice</i>	202	Rýžový nákyp	211
Mazanec	202	Rýžová kaše	211
Beránek	202	České lívance	212
<i>Moučníky k oslavám a k nedělní kávě</i>	203	Lívance bez kvasnic	212
Větrníky	203	Lívance z podmásli	212
Věnečky z odpalovaného těsta se žlutkovým krémem	203	Trhanec	212
Indiány	203	Palačinky	212
Rakvičky	203	Tvarohové palačinky	212
Princezky	203	Skládané palačinky	212
Laskonky I	203	<i>Ovocné dezerty</i>	213
Laskonky II	204	Dezert s jogurtem a kiwi	213
Kremrole (podle kuchařky Radkovičové)	204	Smažené banány se šlehačkou	213
Měsíčky (podle netolické babičky)	204	Hrušky se žlutkovým krémem	213
Čokoládové špičky	204	Krupicové kopečky s kompotem	213
Šátečky z tvarohového těsta	204	Ovoce v těstíčku s vanilkovou omáčkou	213
Rychlé rohlíčky	205	Jablka v županu	213
Plněné rohlíčky (podle kuchařky Řehákové)	205		
Be-be řezy	205	SVĚTOVÉ KUCHYNĚ	214
Miša řezy	205		
Ořechové řezy (podle paní Hodíkové)	205	GASTRONOMICKÁ ABECEDA	221
Jablkové pudinkové řezy	205	<i>Některé kuchařské postupy</i>	221
Rebarborové řezy	206	<i>Nejdůležitější pojmy</i>	221
Vlahé ovocné řezy (podle Evy ze Smolče)	206		
Tvarohové řezy	206		
Makovec	206		