

## Polévky

|                                         |    |
|-----------------------------------------|----|
| Bačovská polévka ze skopového krku..... | 11 |
| Selská polévka .....                    | 12 |
| Polévka z hlívy ústřední.....           | 13 |
| Kmínkačka .....                         | 15 |
| Varmuža chlebová polévka .....          | 15 |
| Polévka štědračka.....                  | 16 |
| Kopřivová polévka .....                 | 16 |
| Žurek z králíka .....                   | 19 |
| Polský boršč .....                      | 19 |
| Kozí brada I. ....                      | 20 |
| Kozí brada II. ....                     | 21 |
| Zelná polévka .....                     | 23 |
| Slezská zelňačka.....                   | 23 |
| Červená trojpolévka.....                | 24 |
| Krupniková polévka .....                | 25 |
| Vánoční kyselice s vánočkou .....       | 26 |
| Polévka s pohankou a zeleninou .....    | 27 |

## Masové pokrmy

|                                                         |    |
|---------------------------------------------------------|----|
| Krůti grilované válečky .....                           | 29 |
| Nadívané husí krky .....                                | 30 |
| Bachora .....                                           | 31 |
| Plněná bůčková kapsa .....                              | 32 |
| Bůčková roláda se zelným salátem s bramborami.....      | 33 |
| Velikonoční hlavička.....                               | 34 |
| Koleno po staropolsku.....                              | 34 |
| Hukvaldský závitok .....                                | 36 |
| Těšínská kotleta.....                                   | 37 |
| Bigos v kotlíku .....                                   | 38 |
| Světlohorský kotlíkový guláš.....                       | 38 |
| Dobrodinský loupežník .....                             | 40 |
| Valašský guláš.....                                     | 41 |
| Jehněčí kolínko po beskydsku s chlupatými knedlíky..... | 42 |
| Králík na víně s pastinákovo-bramborovým pyré.....      | 43 |
| Králík po jesenicku.....                                | 45 |
| Maso na tmavé omáče.....                                | 45 |
| Zajíc na smetaně .....                                  | 46 |
| Kančí pečeně paní nadlesní.....                         | 47 |
| Rychvaldský kapr se zelím.....                          | 48 |

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| Kapří bramboráky podle tchána Jendy ..... | 49 |
| Zabíjačková mozečková omáčka .....        | 50 |
| Stařenčina povidlová máčka .....          | 50 |
| Polská omáčka s hrnkovými knedlíky .....  | 52 |

## Bramborové a zeleninové variace



|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| COPA – bramborové placky na pekáči .....     | 54 |
| Frenštátské škračky .....                    | 55 |
| Placky se smetanou a špyrkami .....          | 57 |
| Bramborová pochoutka .....                   | 57 |
| Halušky s kysaným zelím a uzeným masem ..... | 58 |
| Zelí zapečené s bramborami .....             | 59 |
| Golombki z červeného zelí .....              | 60 |
| Slezské zelí .....                           | 60 |
| Krupník .....                                | 62 |
| Salát z pečené červené řepy .....            | 63 |
| Dobrota z cukety .....                       | 65 |
| Salát z medvědího česneku .....              | 65 |

## Sladké pohlázení



|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Jáhelník se sušenými švestkami a jablky ..... | 67 |
| Pražba .....                                  | 68 |
| Nudlový nákyp s ovocem .....                  | 68 |
| Stírka .....                                  | 71 |
| Šlíšky .....                                  | 71 |
| Těšínské polešničky .....                     | 72 |
| Lité štrudle .....                            | 73 |
| Jahodové lívanečky .....                      | 75 |
| Nadýchané lívanečky ze zakysané smetany ..... | 75 |
| Jidáše .....                                  | 76 |
| Šátečkové koláče z bramborového těsta .....   | 77 |
| Tvarohový koláč .....                         | 78 |
| Valašský medovník .....                       | 78 |
| Dobrý levný čokoládový dort .....             | 81 |
| Smažené květy černého bezu (bezinky) .....    | 81 |
| ŠIMLENA – povidlová omáčka .....              | 82 |
| Včelí punč .....                              | 82 |

# Chuťovky

|                                                       |    |
|-------------------------------------------------------|----|
| Škvarková pomazánka jakou dělávala moje maminka ..... | 85 |
| Podmáslový chlebič jaký dělávala moje maminka .....   | 87 |
| Chlebová placka.....                                  | 87 |
| Vesnická placka.....                                  | 88 |
| Šmórák – pečivo z hornické kolonie .....              | 89 |
| Slané pečivo z kynutého těsta .....                   | 91 |
| Slezské pirohy .....                                  | 91 |
| Meteník .....                                         | 92 |
| Rohlíky – Zelňáky.....                                | 92 |
| Bezlepkové rohlíčky Zelňáky .....                     | 94 |
| Zelňáky paní Jiřinky .....                            | 95 |
| Vaječinka „V háji“ .....                              | 96 |
| Obalované palačinky s falešným mozečkem.....          | 97 |