

OBSAH

Úvod 8



Saláty a studená kuchyně 10

- / Saláty mají zelenou (Škola vaření) 12
- / Zeleninové saláty 13
- / Saláty z rýže, těstovin, brambor, sýrů... 16
- / Saláty z masa, ryb a plodů moře ... 20
- / Ochucená másla a pěny 22
- / Pomazánky, chlebičky, plněná vejce, zelenina, 24
- / Paštiky, maso, šunka, ryby a plody moře 31



Polévky a omáčky 36

- / Vývar – základ mnoha polévek (Škola vaření) 38
- / Masové polévky 40
- / Polévky z ryb a plodů moře 48
- / Tajemství jemné krémové polévky (Škola vaření) 52
- / Krémové polévky 53
- / Zeleninové polévky 56
- / Houbové, luštěninové a bramborové polévky 60
- / Mléčné a sýrové polévky 64
- / Studené slané polévky 66
- / Sladké polévky 68
- / Různé polévky 69
- / Základní omáčky a jejich příbuzenstvo (Škola vaření) 72
- / Teplé omáčky 76
- / Studené omáčky 80



Maso 82

- / Vařené maso 84
- / Dušené maso 88
- / Dokonalý rostbíl (Škola vaření) 104
- / Pečené maso 105
- / Mleté maso 111
- / Klasická minutka – biftek (Škola vaření) 118
- / Minutky 120
- / Klasický smažený řízek (Škola vaření) 130
- / Smažené maso 132
- / Základy grilování (Škola vaření) 134
- / Grilované maso 135
- / Jehněčí a skopové maso 138



Drůbež a domácí králík 150

- / Dušená drůbež 152
- / Pečená drůbež 158
- / Jak vykostíme a naplníme kuře (Škola vaření) 161
- / Sváteční krůta či krocan (Škola vaření) 166
- / Zapečená drůbež 168
- / Grilovaná drůbež 169
- / Minutky z drůbeže 170
- / Smažená drůbež 174
- / Holoubata, perličky a pštrosi 176
- / Domácí králík 179





Zvěřina 186

- / Zvěřina v různých zemích Evropy
(Škola vaření) 188
- / Smec, daněk a jelen 190
- / Mufflon, kamzík, los a sob 194
- / Divoké prase a medvěd 196
- / Zajíc polní a králík divoký 198
- / Bažant, koroptev, křepelka,
sluka 202
- / Divoká kachna a husa 206



Ryby a plody moře 208

- / Příprava ryb před kuchyňskou
úpravou (Škola vaření) 210
- / Vařené a dušené ryby 212
- / Pečené, grilované
a zapečené ryby 220
- / Smažené ryby 232
- / Pokrmy z mletého rybího masa
a nákypy 234
- / Příprava plodů moře
(Škola vaření) 236
- / Různé úpravy plodů moře 240



Zelenina a houby 244

- / Šetné vaření, dušení a opékání
zeleniny (Škola vaření) 246
- / Vařená a dušená zelenina 247
- / Zapečená zelenina 258
- / Smažená a grilovaná zelenina 263
- / Jídla z hub 265



Luštěniny a obiloviny 268

- / Jak vařit luštěniny
(Škola vaření) 270
- / Vařené a dušené luštěniny 271
- / Jídla z jednoho hrnce 280
- / Zapečené luštěniny 282
- / Různé úpravy luštěnin 284
- / Luštěninové klíčky, tofu
a sójové maso 285
- / Polenta neboli kukuričná kaše
(Škola vaření) 288
- / Kaše z obilovin, noky,
knedlíky, placky 289



Brambory a rýže 298

- / Vařené brambory a bramborová
kaše pro pokročilé (Škola vaření) 300
- / Vařené, dušené
a opékané brambory 302
- / Hranolky, nebo brambory pečené
ve slupce? (Škola vaření) 304
- / Pečené a zapečené brambory 305
- / Bramborové krokety
(Škola vaření) 310
- / Bramborové placky 311
- / Bramborová jídla z hrnce
či pekáče 314
- / Různá jídla z brambor 316
- / Bramborové těsto
(Škola vaření) 318
- / Jak uvařit rýži
(Škola vaření) 322
- / Pokrmy z rýže 323



Těstoviny 332

- / Čerstvé i sušené těstoviny
(Škola vaření) 334
- / Vařené těstoviny 336
- / Zapečené těstoviny 345





/ Moučníky z odpalovaného těsta	420
/ Perníkové těsto – sladké a voňavé (Škola vaření)	424
/ Perníčky a perníky	426
/ Medové a kořeněné moučníky	430
/ Slané moučníky	432



Veje a sýry 350

/ Umlejte uvařit vejce? (Škola vaření)	352
/ Jídla z vajec	353
/ Omeleta – rychlý pokrm pro ležácníky (Škola vaření)	359
/ Jídla ze sýrů	362
/ Sýrové fondue a radostie (Škola vaření)	366



Teplá sladká

jídla 436

/ Sladké kaše	438
/ Knedlíky, nočky, taštičky	440
/ Jak udělat božské suflé (Škola vaření)	445
/ Suflé a jiné nákypry	446
/ Prave francouzské palačinky (Škola vaření)	450
/ Palačinky, omelety, lívance	451

Dezerty 454

/ Pěny a krémy jemných chutí (Škola vaření)	456
/ Pěny a krémy	457
/ Klasické pudinky (Škola vaření)	462
/ Pudinky	464
/ Jak uvařit ovocná šťava (Škola vaření)	466
/ Rosoly a želé	467
/ Variace domácí zmrzliny (Škola vaření)	469
/ Zmrzliny a sorbety	470
/ Nejlepší nepečený zákusok (Škola vaření)	474
/ Nepečené zákusky	476
/ Ovocné dezerty a saláty	480
/ Neodolné lánýže (Škola vaření)	485
/ Lánýže, bombony, pralinky a jiné cukrovinky	486

Moučníky 368

/ Kynuté těsto – odlišené i obvané (Škola vaření)	370
/ Moučníky z kynutého těsta	371
/ Plundrové těsto – na sladké i slané pochoutky (Škola vaření)	381
/ Moučníky z plundrového těsta	382
/ Těné těsto – vláčné a jemné (Škola vaření)	383
/ Moučníky z těného těsta	384
/ Křehké těsto – pevné a jemné (Škola vaření)	390
/ Moučníky z křehkého těsta	391
/ Pšizové těsto – nadehané a měkké (Škola vaření)	400
/ Moučníky z pšizového těsta	402
/ Listové těsto – důřové neutrální (Škola vaření)	412
/ Moučníky z listového a taženého těsta	414
/ Odpalované těsto – nadehané jako obláček (Škola vaření)	418

Rejstříky 488

/ Rejstřík receptů	488
/ Rejstřík Školy vaření	496

