

OBSAH

NĚKOLIK SLOV NA ÚVOD	3
-----------------------------------	----------

POLÉVKY.....	4
---------------------	----------

Vývarové polévky	5
-------------------------------	----------

Hovězí vývarová polévka.....	5
------------------------------	---

Dršťková polévka	5
------------------------	---

Slepičí polévka.....	6
----------------------	---

Rybí polévka	6
--------------------	---

Zadělávaná rybí polévka s hrachem	6
---	---

Polévka z kůzlečího kořínku	7
-----------------------------------	---

Moučné nočky	7
--------------------	---

Nočky bez tuku.....	8
---------------------	---

Játrové knedlíčky.....	8
------------------------	---

Polévkové palačinky	8
---------------------------	---

Falešné vývarové polévky	9
---------------------------------------	----------

Falešná hovězí polévka.....	9
-----------------------------	---

Falešná slepičí polévka	9
-------------------------------	---

Falešná rybí polévka.....	9
---------------------------	---

Falešná dršťková polévka.....	10
-------------------------------	----

Bramboračky	10
--------------------------	-----------

Bramborová polévka	10
--------------------------	----

Bramborová polévka s kyselou smetanou.....	11
--	----

Bramborová polévka jarní.....	11
-------------------------------	----

Polévky ze zelí	12
------------------------------	-----------

Polévka z čerstvého zelí.....	12
-------------------------------	----

Zelná polévka „couralka“	12
--------------------------------	----

Zelná polévka s uzeným masem.....	13
-----------------------------------	----

Polévky z hub	13
----------------------------	-----------

Krémová houbová polévka.....	13
------------------------------	----

Polévka ze sušených hub	14
-------------------------------	----

Kulajda.....	14
--------------	----

Jilemnické kyselo s houbami „hladká Ančka“	14
--	----

Luštěninové a zeleninové polévky	15
---	-----------

Luštěninová polévka	15
---------------------------	----

Kyselá fazolová polévka	15
-------------------------------	----

Kyselá polévka ze zelených fazolek	15
--	----

Hrášková polévka.....	16
Kapustová polévka s houbami	16
Květáková polévka	16
Pórková polévka.....	17
Cibulačka.....	17
Česneková polévka (oukrop)	17
Česneková polévka s bramborem.....	18
Studená zeleninová polévka	18

Sýrové polévky 18

Slovenská brynzová polévka	18
Kyselá jihočeská polévka (sejrovka).....	19
Polévka ze syrovátky.....	19
Polévka mléčná s jáhlami.....	19

Bylinkové polévky 20

Bylinková polévka.....	20
Kmínová polévka	20
Kopřivová polévka.....	20

Ostatní polévky 21

Zavrcená polévka	21
Chlebová polévka.....	21
Mixovaná chlebová polévka.....	21
Pražená krupicová polévka	22
Polévka z droždí	22
Vaječná polévka.....	22
Pivní polévka	22

MASO STOKRÁT JINAK 23

Omáčky 23

Cibulová omáčka.....	23
Hořčicová omáčka	23
Pepřová omáčka	24
Okurková omáčka.....	24
Okurková omáčka smetanová.....	24
Kaparová omáčka.....	24
Česneková omáčka.....	24
Citronová omáčka	24
Pažitková omáčka.....	25
Smetanová houbová omáčka	25
Koprová krémová omáčka.....	25
Křenová smetanová omáčka	26
Rajská omáčka	26
Povidlová omáčka	26
Šípková omáčka.....	26
Bylinková omáčka.....	27

Nejobvyklejší přílohy k omáčkám.....	27
Knedlík	27
Vařené brambory	28
Vařená rýže	28
Vařené těstoviny	28
Hovězí maso	28
Hovězí roštěnky.....	29
Roštěnky na hořčici	29
Roštěnky na houbách	29
Hovězí na víně.....	29
Hovězí s rajčaty	30
Vařené hovězí s vejíčky	30
Haše z vařeného hovězího	30
Falešný biftek	30
Telecí máslový řízek.....	31
Telecí se žampiony	31
Smažené telecí hrudí.....	32
Telecí závitky	32
Skopové, jehněčí a kůzlečí	32
Skopové na česneku.....	33
Skopové na majoránce	33
Skopové kotlety na rajčatech.....	33
Skopové kotlety na víně	34
Pečené jehně nebo kůzle	34
Jehněčí na citronu	34
Kůzlečí medailonky	35
Vepřové maso	35
Vepřová pečeně	35
Vepřové maso nadivoko.....	35
Vepřové kotlety.....	36
Vepřové kotlety na hořčici.....	36
Vepřové kotlety na zelenině	36
Vepřový bůček s mrkví.....	37
Vepřové s pórkem	37
Drůbež	37
Pečené kuře	37
Pečené kuře s nádivkou.....	38
Pečená husa.....	38
Husí prsa na zázvoru	38
Králík	38
Smažený králík	38
Králík na česneku.....	39
Králík na víně	39

Ryby	39
Kapr na pive	39
Pikantní kapr s česnekovou majonézou	40
Lín s koprovou omáčkou	40
Pstruh pečený na roštu.....	40
Filé na víně.....	41
Zapečení uzenáči.....	41
Zapečený slaneček s bramborem.....	41

Další zajímavé masité recepty	42
Pečená kachna s knedlíkem a červeným zelím	42
Španělští ptáčci s rýží	42
Sekaná s bramborovým salátem	43
Smažené karbanátky s brambory	44
Kapustové závitky	44
Růžičková kapusta s masem	44
Zapečený kadeřávek	45
Květák zapečený s mletým masem.....	45
Tykev plněná masem.....	45
Brambory se slaninou.....	46
Slaná jáhlová kaše	46
Slaná pohanková kaše	46

DESATERO ČESKÉ KUCHYNĚ.....	47
Svíčková na smetaně.....	47
Hovězí maso s rajskou omáčkou	47
Vepřoknedloželo.....	48
Řízek s bramborovou kaší.....	48
Kuře na paprice	49
Kapr na modro	49
Smažený sýr – „smažák“	49
Bramborák.....	50
Jihočeská cmunda	50
Černý kuba.....	50

GULÁŠE.....	51
Guláš neboli kotlíkový guláš	51
Gulášová polévka	52
Gulášová omáčka	52
Dřevorubecký guláš.....	53
Guláš s houbami.....	53
Zeleninový guláš	53
Guláš nakyselo.....	53
Volský guláš	54
Guláš z morkových kostí.....	54
Chlebový guláš	54

Jelení guláš	54
Kančí guláš.....	55
Vepřový guláš	55
Králičí guláš na česneku.....	55
Guláš ze srdce	56
Bramborový guláš	56
Guláš s moravskou klobásou.....	57
Slovenský guláš s rajčaty a paprikou.....	57
Houbový guláš.....	58
Guláš z václavek	58
Segedák.....	58

ŠKVARKY 59

Škvarky se solí a chlebem	59
Škvarková pomazánka.....	59
Šoulet se škvarky	60
Škvarkové knedlíčky	60
Slovenské pagáčky.....	60
Zelné placky	61
Husí škvarky	61

BEZMASÁ BRAMBOROVÁ

A ZELENINOVÁ JÍDLA 62

Brambory s ovčím sýrem.....	62
Opékané brambory.....	62
Brambory se strouhaným sýrem	63
Bramborové ragú	63
Brambory s cibulí.....	63
Bramborová kaše.....	63
Bramborový tatarák	64
Lečo	64
Dušená brokolice s česnekem	64
Vařený květák	64
Květák na mozeček	65
Smažený květák v těstíčku	65
Smažený celer	65
Dušený celer.....	66
Vařené cibulky	66
Cibulky s vejci.....	66
Vařená kapusta	66
Smažená kapusta s vejci	67
Dušená kapusta	67
Kapustové karbanátky	67
Růžičková kapusta s máslem	68
Vařená brukev.....	68
Dušená kukuřice	68
Pastinákové smaženky.....	68

Patison se sýrem.....	69
Smažený patison.....	69
Smažená tykev	69
Pečená tykev	69
Dušené čínské zelí.....	70
Vařený chřest	70
Zapékaný chřest	70
Vařený pórek.....	70
Červená řepa se smetanou.....	71
Zadělávaný špenát.....	71
Špenát s těstovinami.....	71
Dušený špenát se smaženkami	72
Topinambury s máslem.....	72
Dušená mrkev.....	72
Karotka na smetaně	72
Mrkev s brambory	73
Mrkev s česnekem.....	73
Mrkev, pórek a brambory	73
Opékané fazolky	74
Fazolky s rajčaty	74
Hrášek s mrkví	74
Hrášek s mladou cibulí.....	74

LUŠTĚNINY 75

Čočka nakyselo.....	75
Fazole na slanině	75
Fazole s rajskou omáčkou	75
Fazolová kaše	76
Hrachová kaše	76
Hrachové krokety.....	76

HOUBY 77

Houbové řízky	77
Lišky s kmínem	77
Lišky s rajčaty	77
Žampiony se šunkou	78
Houby s fazolkami	78
Houbová sekaná	78

VEJCE 79

Vejce naměkko.....	79
Vejce na hniličko	79
Vejce natvrdo	79
Vaječina.....	80
Volská oka	80
Vaječné karbanátky.....	80
Houbový svítek.....	80

Vaječná omeleta	81
Vaječná omeleta se sýrem	81
Vaječná omeleta s uzeninou	81
Vaječná omeleta s houbami	81
Vaječná omeleta se zeleninou	81

SALÁTY 82

Ovocný salát	82
Mrkvový salát	82
Mrkvový salát s jablkem	83
Hlávkový salát	83
Bramborový salát	83
Salát ze zelených fazolek	84
Fazolkový salát s kvašenými okurkami	84
Okurkový salát	85
Ředkvičkový salát	85
Ředkvičky s hlávkovým salátem	85
Celerový salát	85
Luštěninový salát	86
Salát z rajčat a zelených paprik	86
Zelný salát s rajčaty	86
Salát z čerstvého zelí	87
Salát z kysaného zelí	87
Masový salát	87
Těstovinový salát	87

NĚCO SLADKÉHO NA ZUB 88

Sladká krupicová kaše	88
Sladká ovesná kaše	88
Studená ovesná kaše	88
Sladká pohanková kaše	89
Ovocné knedlíky	89
Palačinky	89

Sladký život s kouzelným těstem 90

Vdolky	90
Moravské koláče	90
Chodské koláče	91

Univerzální hrníčkové těsto 91

Rychlá čokoládová poleva	91
--------------------------------	----