

# OBSAH

---

## 1. ROČNÍK

---

|  |    |
|--|----|
| <b>ÚVOD DO PŘEDMĚTU</b> .....  | 7  |
| <b>ODBORNÁ KUCHAŘSKÁ LITERATURA, KUCHAŘSKÉ<br/>NÁZVOSLOVÍ, RECEPTURY (NORMY)</b> ..... | 10 |
| <b>PŘEDBĚŽNÁ PŘÍPRAVA POTRAVIN</b> .....   | 11 |
| Předběžná příprava potravin rostlinného původu .....                                   | 12 |
| Předběžná příprava potravin živočišného původu .....                                   | 16 |
| <b>ZÁKLADNÍ TEPELNÉ PŘÍPRAVY POKRMŮ</b> .....  | 22 |
| Vaření .....   | 22 |
| Dušení .....   | 24 |
| Pečení .....   | 26 |
| Smažení .....  | 28 |
| Zadělávání .....   | 30 |
| Zapékání .....   | 30 |
| Gratinování .....  | 30 |
| <b>POLÉVKY</b> .....   | 30 |
| Vývary .....   | 31 |
| Hnědé polévky .....  | 33 |
| Bílé polévky .....   | 35 |
| Přesnídávkové polévky .....  | 36 |
| Zdravotní polévky .....  | 37 |
| Speciální polévky .....  | 37 |
| <b>PŘÍLOHY A DOPLŇKY K HLAVNÍM POKRMŮM</b> .....                                       | 37 |
| Přílohy z brambor .....  | 37 |
| Přílohy z mouky .....  | 38 |
| Přílohy z těstovin .....   | 39 |
| Přílohy z rýže .....   | 40 |
| Přílohy z luštěnin .....   | 40 |
| Přílohy ze zeleniny .....  | 41 |
| Jednoduché saláty .....  | 41 |
| Kompoty .....  | 43 |
| <b>BEZMASÉ POKRMY</b> .....  | 43 |
| Pokrmy z brambor .....   | 44 |

|   |    |
|---|----|
| Pokrmý z těstovin .....                   | 44 |
| Pokrmý z rýže a krup .....                | 45 |
| Pokrmý ze zeleniny .....                  | 45 |
| Pokrmý z hub .....                        | 46 |
| Pokrmý ze sýrů a tvarohu .....            | 46 |
| Pokrmý ze sóji .....                      | 47 |
| Pokrmý z vajec .....                      | 47 |
| <b>BEZMASÉ MOUČNÉ SLADKÉ POKRMÝ</b> ..... | 49 |
| Kaše .....                                | 49 |
| Pudinky .....                             | 49 |
| Nákypy .....                              | 50 |
| Pokrmý z litých těst .....                | 50 |
| Pokrmý z piškotového těsta .....          | 51 |
| Pokrmý z bramborového těsta .....         | 51 |
| Pokrmý z kynutého těsta .....             | 52 |
| Moučné pokrmý z tvarohového těsta .....   | 52 |
| Moučné pokrmý z těstovin .....            | 53 |
| Náplně do těst .....                      | 53 |

---

## 2. ROČNÍK

---

|  |    |
|--|----|
| <b>OMÁČKY</b> .....                        | 54 |
| Rozdělení a příprava omáček .....          | 54 |
| <b>HOVĚZÍ MASO</b> .....                   | 58 |
| Příprava hovězího masa vařením .....       | 60 |
| Příprava hovězího masa dušením .....       | 60 |
| Příprava hovězího masa pečením .....       | 63 |
| Příprava hovězích vnitřností (drobů) ..... | 65 |
| <b>TELECÍ MASO</b> .....                   | 66 |
| Příprava telecího masa vařením .....       | 67 |
| Příprava telecího masa dušením .....       | 67 |
| Příprava telecího masa pečením .....       | 69 |
| Příprava telecího masa smažením .....      | 70 |
| Příprava telecích vnitřností (drobů) ..... | 71 |
| <b>VEPŘOVÉ MASO</b> .....                  | 71 |
| Příprava vepřového masa vařením .....      | 73 |
| Příprava vepřového masa dušením .....      | 73 |

|  |     |
|--|-----|
| Příprava vepřového masa pečením .....          | 75  |
| Příprava vepřového masa smažením .....         | 76  |
| Příprava vepřových vnitřností (drobů) .....    | 77  |
| <b>SKOPOVÉ MASO</b> .....                      | 78  |
| Příprava skopového masa dušením .....          | 79  |
| Příprava skopového masa pečením .....          | 80  |
| <b>RYBY</b> .....                              | 80  |
| Příprava ryb vařením .....                     | 81  |
| Příprava ryb dušením .....                     | 82  |
| Příprava ryb pečením .....                     | 83  |
| Příprava ryb smažením .....                    | 84  |
| <b>DRŮBEŽ</b> .....                            | 84  |
| Příprava drůbeže vařením .....                 | 85  |
| Příprava drůbeže zaděláváním .....             | 86  |
| Příprava drůbeže dušením .....                 | 86  |
| Příprava drůbeže pečením .....                 | 87  |
| Příprava drůbeže smažením .....                | 89  |
| Příprava drůbků .....                          | 89  |
| <b>ZVĚŘINA</b> .....                           | 89  |
| Příprava vysoké a nízké srstnaté zvěřiny ..... | 90  |
| Příprava pernaté zvěřiny .....                 | 92  |
| Příprava černé zvěřiny (divoké prase) .....    | 93  |
| <b>MLETÉ MASO</b> .....                        | 94  |
| Tepelná příprava pokrmů z mletého masa .....   | 95  |
| <b>POKRMY NA OBJEDNÁVKU</b> .....              | 97  |
| Maso k přípravě minutek .....                  | 97  |
| Tepelná příprava minutek .....                 | 98  |
| Dokončovací práce .....                        | 102 |

---

### 3. ROČNÍK

---

|                                     |     |
|-------------------------------------|-----|
| <b>STUDENÁ KUCHYNĚ</b> .....        | 103 |
| Druhy výrobků studené kuchyně ..... | 103 |
| <b>PŘEDKRMY</b> .....               | 114 |
| Studené předkrmy .....              | 114 |
| Teplé předkrmy .....                | 114 |

|  |     |
|--|-----|
| <b>MOUČNÍKY</b> .....                      | 115 |
| Jednoduché restaurační moučníky .....      | 116 |
| Cukrářské moučníky .....                   | 120 |
| Korpusy .....                              | 128 |
| Krémy .....                                | 128 |
| Polevy .....                               | 129 |
| Teplé sladké omáčky .....                  | 129 |
| <b>ZMRZLINY</b> .....                      | 130 |
| <b>OVOCNÉ SALÁTY</b> .....                 | 131 |
| <b>NÁPOJE</b> .....                        | 132 |
| Teplé nealkoholické nápoje .....           | 132 |
| Teplé alkoholické nápoje .....             | 134 |
| Studené nealkoholické nápoje .....         | 135 |
| Studené alkoholické nápoje .....           | 135 |
| <b>ZÁSADY DIETNÍHO STRAVOVÁNÍ</b> .....    | 136 |
| Diety a jejich rozdělení .....             | 136 |
| Polévky pro dietní stravování .....        | 138 |
| Masité pokrmy pro dietní stravování .....  | 139 |
| Bezmasé pokrmy pro dietní stravování ..... | 142 |
| Přílohy k některým dietám .....            | 142 |
| Moučníky a saláty k některým dietám .....  | 143 |
| <b>CIZÍ KUCHYNĚ</b> .....                  | 144 |
| Francouzská kuchyně .....                  | 144 |
| Čínská kuchyně .....                       | 145 |
| Ruská kuchyně .....                        | 145 |
| Italská kuchyně .....                      | 146 |
| Německá kuchyně .....                      | 147 |
| <b>POLOTOVARY</b> .....                    | 148 |
| <b>POUŽITÁ LITERATURA</b> .....            | 150 |