

TAJEMSTVÍ V KUCHYNI	7	Těstoviny	43
Vybavení kuchyně	8	Luštěniny	43
TECHNIKA VAŘENÍ	10	Potraviny k přípravě a dochucení pokrmů	44
Tepelná úprava potravin ve vodě	11	Koření	45
Tepelná úprava potravin na tuku	12	Bylinky	47
Pečení v troubě	14	Ostatní potraviny	48
Ostatní způsoby tepelné úpravy	16	POLÉVKY	49
VYSVĚTLIVKY		Hovězí bujon	51
GASTRONOMICKÝCH		Drůbková	51
OZNAČENÍ	17	Z mletého masa	52
Ošetření a úprava masa, ryb a zvěřiny	18	Kapustová	52
Nejčastěji používaná názvosloví	20	Droždňová	53
NAKUPUJEME POTRAVINY	24	Česneková	53
Jateční maso	25	Z vaječné jišky	54
Hovězí maso	26	Brokolicová	54
Telecí maso	26	Květáková	55
Skopové (jehněčí, kůzlečí) maso	27	Bramborová	55
Vepřové maso	27	Žampionová	56
Zvířecí vnitřnosti	28	Rajčatová	56
Drůbež	29	Zelňačka	57
Králík, nutrie	30	Gulášová	57
Ryby	30	Fazolový flamendr	58
Sladkovodní ryby	31	Zavářky a vložky do polévek	58
Mořské ryby	32	Bramborové knedlíčky	58
Plody moře	33	Knedlíčky z droždí	59
Zvěřina	33	Jádrové knedlíčky	59
Tuky a jejich použití v kuchyni	34	Jádrová rýže	59
Mléko		Kapání	60
a mléčné výrobky	35	Strouhání	60
Vejce	36	Svítek	60
Brambory	37	Nudle	61
Zelenina	37	Palačinkové nudličky	61
Houby	40	OMÁČKY	62
Ovoce	41	Cibulová (hořčicová, křenová, okurková, pórková)	63
Obiloviny	41	Houbová	64
		Česneková	64
		Rajčatová	65
		Koprová	65
		Svíčková	66

MASO	67	Krůtí maso na zelenině	89
Vepřové maso	68	Králík na zelenině	89
Řízky	68	Ryby	90
Obrácené řízky	69	Ryba na másle	90
Vepřová roláda s lečem	69	Ryba v těstíčku	91
Pastýřské kotlety	70	Okoun na kmíně	91
Kotlety na smetaně	70	Špikovaná štika	91
Vepřová pečeně	71	Plněný kapr	92
Segedínský guláš	71	Obalované rybí filé	92
Hovězí maso	72	Pstruh na mandlích	93
Bifteky	72	Treska na kopru	93
Roštěnky	72		
Přírodní hovězí pečeně	73	PŘÍLOHY	94
Španělské ptáčky	74	Bramborová kaše	95
Hovězí po čínsku	74	Smažené hranolky	95
Guláš	75	Bramborové knedlíky	96
Hašé	75	Hrničkové knedlíky	96
Telecí maso	76	Žemlové knedlíky	97
Telecí medailonky	76	Těstoviny	98
Řízky v těstíčku	76	Brambory	99
Masová roláda	77	Dušená ryže	99
Zadělávané telecí maso	77		
Jehněčí, kůzlečí		BEZMASÉ POKRMY	100
a skopové maso	78	Žemlovka	101
Jehněčí na citronu	78	Svítek s bylinkami	101
Kůzlečí medailonky	78	Ovocné knedlíky	
Jehněčí (skopové) maso		tvorohové	102
na víně	79	Tvarohové noky	102
Kůzle na kopru	79	Ovocné knedlíky kynuté	103
Mleté maso	80	Palačinky	104
Karbanátky	81	Lívance z kysaného mléka	104
Sekaná pečeně	81	Lívance	105
Bůčková sekaná	82	Tvarohové lívance s jablky	105
Vepřenky	82	Vdolečky	106
Mleté řízky se sýrem	83	Bramborák	107
Masová pánev	83	Bramborový guláš	107
Drůbež, králík	84	Francouzské brambory	108
Nadívané kuře	85	Nákyp	108
Kuřecí plátky s jogurtem	85	Brynzové halušky	109
Slepice na paprice	86	Houbový guláš	109
Pečená kachna	86	Houby se sýrem	110
Kachna na medu	87	Houbové lečo	110
Kachna na pomerančích	87	Pokrmy z těstovin	111
Pečená husa	88	Boloňské špagety	111
Krůtí ragú	88	Nudle s mákem	112

Špagety s houbami	112	Kedlubnové zeli	130
Těstoviny s ořechovou omáčkou	113	Špenát	131
Makarony s nivou	113	Kapustové karbanátky se sýrem	131
Pokrm y z obilovin a luštěnin	114	Mozeček z ředkviček	132
Krupičná kaše	114	Mozeček z kvěťáku	132
Rýžový nákyp	115	Dušená mrkev	133
Mozeček z ovesných vloček	115	Plněné papriky	133
Hrách po rakovnicku	116	Fazolky na smetaně	134
Fazolový guláš	116	Brokolice zapečená se sýrem	134
Čočka nakyselo	117	MOUČNÍKY	135
Pohankové karbanátky	117	Piškotová roláda	138
Jáhlová kaše	118	Krém	139
Pokrm y z e s ý r a	118	Jogurtový koláč	139
Hermelinové karbanátky	118	Linecký koláč	140
Nakládaný hermelín	119	Medový koláč s tvarohem	141
Sýrová roláda	119	Bublanina	141
Smažený sýr	120	Rychlý koláč s borůvkami	142
Karbanátky z nivy	120	Ovocný zázrak	142
Sýrové placičky	120	Mlsná bábovka	143
Pokrm y z v a j e c	121	Závin z listového těsta	144
Vařená vejce	121	Zmrzlinová omeleta	144
Sázená vejce (volská oka)	121	Pudinkový pohár	145
Míchaná vejce	122	Banánové jednohubky	145
Zastřená vejce	122	Plněné pomeranče	145
Plněná vejce	123	Nepečený ovocný dort	146
Vaječná omeleta s náplněmi	123		

UZENINY A UZENÁŘSKÉ

VÝROBKY	124
Pikantní vuřty	125
Špekáčky na pivo	125
Párky v kabátě	126
Bílá klobása v županu	126
Jitrnice na pivo	127
Zabijačkový nákyp	127

ZELENINOVÉ

POKRMY	128
Dušené kysané zeli	129
Dušené hlávkové zeli	129
Moravské zeli	130