

Obsah

O regionu	7
Každodenní strava	8
Sváteční a nedělní jídla	9
Sezónnost a zásoby na horší časy	10
Odkaz vizovické kuchyně	11

KDYŽ JE CHUŤ NA SLADKÉ

Vdolečky	15
Frgály	17
Frgály – náplně	19
Trnkové knedle	21
Ovocný táč s drobenkou	23
Buchty s povidly	25
Kynuté knedle s borůvkami	27
Bábovka s jablky	29
Jablkový závin	31
Lívance	33
Žemlovka s tvarohem a jablky	35
Litá buchta s ovocem	37
Šulánky	39
Jáhelník	41
Pohančená kaša s hruškú	43
Šusterka	45
Laty	47

KDYŽ JE HLAD JAK SVIŇA

Kyselica	51
Kachní stehna s červeným zelím a laty	53
Hřibjanka	55
Štrycla	57
Zelňáky	59
Česnečka	61
Pagáče	63
Slížky	65
Kontrabáš	67
Ovarovica s kroupami	69
Kynuté škvarkové pagáčky	71

Králík pečený se špekem a dušeným kelem	73
Zelníčky vařené	75
Pečáky s tvarohovou pomazánkou	77
Podlesníky	79
Valašský guláš	81
Hřibová omáčka s pohankovými knedlíky	83
Máčka trnčená	85

KDYŽ SA SCHOVÁVÁ DO KOMORY

Hrušková povidla	89
Čalamáda	91
Kompotované hrušky	93
Kysané zelí	95
Oškvarky a oškvarková pomazánka	97
Paštika	99

KDYŽ PŘIJDÚ SVÁTKY

Mazanec	103
Boží milosti	105
Jidášky	107
Koblihy	109
Tvarohové koblížky	111
Vánočka	113
Smetanové cukroví	115
Perníčky	117
Povidláky	119
Vizovické pečivo	121

ZÁVĚR

Proč tato kniha vznikla	124
Jak tato kniha vznikla	125
Na závěr	126
Použitá literatura	127