

Obsah

Úvod / 1

Artyčok / 2

Artyčok vařený s omáčkou
Smažený artyčok
Mozeček Savoy s artyčoky
Plněné artyčoky po francouzsku
Kuře po katalánsku

Bambusové výhonky / 3

Voňavé hovězí kostičky
s bambusovými výhonky
Kuře s bambusovými výhonky
a smaženými nudlemi
Dušené bambusové výhonky po
čínsku
Bambusové výhonky se
žampiony

Brokolice / 3

Brokolicová polévka s párkem
Brokolice s černými olivami po
řecku
Brokolice s vejci a sýrem
Vařená brokolice s bylinkovou
omáčkou
Rizoto s brokolicí
Špagety v zeleninové omáčce
Těstovinový salát s brokolicí

Celer řapíkatý / 4

Savojská polévka
Waldorf salát
Pestrý teplý salát s řapíkatým
celerem po americku
Pizza s řapíkatým celerem
Slepice se zeleninou po italsku
Smažené celerové řapíky
Lyonské kuře
Řapíkatý celer v omáčce

Cibule šalotka / 5

Karamelizované šalotky
Pomazánka s šalotkou
Salát ze šalotky
Telecí nebo vepřové maso na
způsob Poitou
Králík na rozmarýnu se šalotkami
Játrová paštika po francouzsku

Cibule zimní — sečka / 6

Sójové maso po čínsku
Pomazánka z tvarohu a sečky
Salát ze sečky a bylin

Tykve — cukety, patizony,

kabačky / 7

Cuketová polévka po čínsku
Kari z tykve a masa
Králík po cikánsku
Michaný kebab po americku
Plněné cukety po řecku
Marinované cukety
Salát z cuket po čínsku
Salát z cukety a karotky po
španělsku
Salát z opečených cuket

Čekanka salátová hlávková / 8

Čekankový salát s rajčaty
a bazalkou

Čekankový salát s tuňákem
a polničkem
Hlávková čekanka se šunkou

Čekankové puky / 9

Zapečené čekankové puky
Čekankové puky s nivou
Čekankový salát po belgicku
Čekankový salát s cibulí
a nakládanými houbami
Čekankový salát s jablkem
a kuřecím masem
Salát z čekankových puků
Salát z čekanky, jablek a kiwi

Černý kořen / 9

Polévka z černého kořene
Pomazánka na chlebičky
s černým kořenem
Zapékaný černý kořen
Černý kořen po polsku
Černý kořen po římském
způsobu
Černý kořen s jogurtem a ořechy

Česnekové stvolý / 10

Česneková polévka
Česneková polévka po japonsku
Kantonské jarní závitky
Česnekové špekové knedlíky
Kudrnatá omeleta s česnekovými
stvolý

Fenykl sladký / 11

Italská polévka
Fenyklový předkrm
Vepřové kotlety s fenyklem
Piemontské kuře
Boloňský fenykl smažený
Fenykl podle Lucie
Fenykl se sýrem
Fenyklový salát po arabsku

Chřest / 12

Chřestová polévka
Kuře Vikomt s chřestem
Chřest po vlámsku
Chřestový salát

Ibišek jedlý / 13

Bosenská polévka
Skopový džuveč s bamiou
Jachnijsa z bamiie
Pánvička s bamiou po řecku
Rýže s bamiou

Kadeřávek / 13

Kadeřávková polévka s ovesnými
vločkami
Dušený kadeřávek
Kadeřávek po velkopolsku
Kurbanátky z kadeřávku
Salát z kadeřávku po švýcarsku
Kadeřávek po německu

Kardy / 14

Polévka z kardů
Kardy po burgundsku
Smažené kardy
Zapečené kardy se smetanou

Kukuřice cukrová / 15

Polévka Ju mi Tang
Pečená zeleninová omeleta po
španělsku
Krokety z cukrové kukuřice
Pensylvánské Chow-Chow
Salát s kukuřicí
Salát z cukrové kukuřice
Teplý salát Čchao San Jang

Lilek jedlý / 16

Polévka z lilků
Plněné lilky
Musaka s lilky po řecku
Nudlový nákyp s lilky
Směs pečených lilků a paprik
Tbikha s hráškem a lilky
Smažené lilky s omáčkou Tzatziki
Balkánský salát z pečených lilků
Kaviár z lilků
Baskická pánev

Mangold / 17

Mangoldová polévka
Švej-ču-žou
Mangoldové řapíky se sýrem
Mangoldové smaženky
Mangold z ořechy
Mangoldový salát se žampiony
Bramborové taštičky plněné
mangoldem
Mangold v listkovém těstě
Mangoldový koláč
Zapečené palačinky
s mangoldovou náplní
v rajčatové omáčce

Mochyně peruánská / 19

Arabský salát z rajčat a mochně
Kompoty z mochně
Mochyňový džem
Michaný kompot z mochně

Pekingské zeli / 20

Polévka z pekingského zeli
s knedlíčky
Šuang si
Zapečené pekingské zeli
Exotický salát z pekingského zeli
Ostrý salát z pekingského zeli
Salát z pekingského zeli po
čínsku
Salát z pekingského zeli s cibulí

Polniček kozlíček / 21

Bramborový salát s polničkem
Michaný salát
Michaný polničkový salát se

sardinkami

Polniček s labužnickou zálivkou
Polničkový salát s planými
rostlinami

Rajčenka / 21

Rajčenka plněná majonézovou
směsí
Exotický koktajl
Rajčenka plněná bylinkovým
sýrem

Růžičková kapusta / 22

Polévka z růžičkové kapusty
Kapustičky s vepřovým masem
po čínsku
Bruselské kuře
Zapečené kapustičky po
bruselském způsobu
Růžičková kapusta v paprikové
omáčce s klobásou
Růžičková kapusta se žampiony
na smetaně
Růžičková kapusta s majonézou
Kapustičky s hrozny po americku
Růžičková kapusta marinovaná

Ředkve / 23

Japonská polévka
Tadžín Mažuba
Kuřecí salát s cibulí a japonskou
ředkví
Michaný salát s japonskou ředkví
Salát z černou ředkví
Salát z ředkve s majonézou
Salát z ředkve a kedluben

Řeřicha zahradní / 24

Rychlá bramborová polévka
s řeřichou
Kuře na vině s řeřichou
Omeleta se sýrem, salámem
a řeřichou
Řeřichová pomazánka či omáčka
Americký salát s řeřichou
Salát s řeřichou
Salát z planých bylinek a řeřichy

Saláty / 25

Salát po italsku
Hlávkový salát s hořčičnou
zálivkou
Salát s jogurtovou zálivkou
Salát s kečupem a nivou
Salát s řeřichou, smetanou
a medem
Hlávkový salát se sýrem cottage
Španělský salát
Hlávkový salát s michanou
zeleninou
Taco s ledovým salátem
a kuřetem
Polévka z římského salátu se
ztracenými vejci
Dušený římský salát na saturejce
Chřestový salát ve smetanové
omáčce

Sójové klíčky / 27

Polévka s klíčky po čínsku

Vepřové maso se sójovými klíčky
 Skopové maso se sójovými klíčky
 Salát ze sójových klíčků a ředkve daikon
 Salát ze sójových klíčků s arašidy
 Salát ze sójových klíčků s brambory
 Salát ze sójových klíčků s kuřecím masem
 Pomazánka z tvarohu se sójovými klíčky

Štěrbák zahradní / 28

Salát z endívie s vejci
 Endívie s pomeranči
 Salát Grenoble z endívie
 Štěrbákový salát s ančovičkami

Topinambury / 29

Topinambury v pivním těstíčku

Pyré z topinamburů po arabsku
 Salát z topinamburů na americký způsob
 Salát z topinamburů na způsob bramborového
 Topinambury s rajčaty
 Salát ze syrových topinamburů

Vodnice / 29

Allobrožská polévka
 Francouzská zimní polévka
 Vodnicová polévka s játrovými knedlíčky
 Pařížský hrnec
 Vodnicový hrnec s jehněčím masem
 Plněná vodnice
 Salát s vodnicí



Dagmar Lánská LAHŮDKOVÁ ZELENINA

Sešity domácího hospodaření sv. 184

Fotografie Milan Zemina, fotografie na obálce Martin Hruška
 Obálku navrhl a graficky upravil Zbyněk Hrabá
 Vydalo Vydavatelství a nakladatelství Práce, s. r. o.

Václavské nám. 17, 112 58 Praha 1,
 roku 1993 jako svou 6 928. publikaci
 Odpovědný redaktor Luděk Neužil
 Výtvarný redaktor Martin Hruška
 Technická redaktorka Jana Zemanová

1. vydání — 32 stran

Vytiskla SVOBODA, grafické závody, a. s., Praha
 Tematická skupina 08/26
 24-017-93

ISBN 80-208-0294-0

© Dagmar Lánská, 1993