

OBSAH

POLÉVKY

Drůbeží polévky

Čínská polévka	7
Drůbeží polévka s osmaženou houskou	7
Francouzská kuřecí polévka	7
Japonská polévka	8
Kuřecí polévka s jogurtem	8
Kuřecí polévka s pórkem	8
Kuřecí polévka se zeleninou	8
Kuřecí polévka se žampiony	9
Milánská hustá polévka	9
Orientální kuřecí polévka	9
Polévka z drůbežích žaludků	10
Řecká polévka z kuřecího vývaru	10
Selská kuřecí polévka	10
Vývar z kuřecích drůbků	10

Houbové polévky

Dršťková polévka z hub	11
Houbová bramboračka	11
Houbová polévka se sójou	11
Houbová polévka z václavěk	12
Hříbková polévka	12
Kulajda	12
žampionová polévka	12

Luštěninové polévky

Čočková polévka	13
Čočková polévka s čerstvou zeleninou	13
Hrstková polévka	13
Jáhlová polévka	13
Krémová čočková polévka	14
Kroupová polévka s květákem	14
Míchaná luštěninová polévka	14
Polévka ze sójových bobů	14
Selská polévka s kroupami	15

Různé ostatní polévky

Couračka	15
Chlebová polévka	15
Jamí bylinková polévka	16
Jednoduchá minestra s těstovinami	16
Kmínová polévka s nudlemi	16
Koprová polévka	16

Kyselo z králíka	17
Mléčná polévka	17
Polévka z droždí	17
Polévka z ovesných vloček	18
Rajčatová polévka s těstovinami a bramborami	18
Rajčatová polévka s ovesnými vločkami	18
Rajská polévka netradiční	18
Rajská polévka s kapáním	19
Sicilská rajčatová polévka	19
Studená bylinková polévka	19
Sýrová polévka	20
Švýcarská sýrová polévka	20
Tarator - studená polévka	20
Zelňačka naší babičky	20

Rybí polévky

Polévka z tresky se zeleninou	21
Rybářský hmec - polévka	22
Rybí polévka z kapra	22
Vánoční polévka z kapra	22

Zeleninové polévky

Bramborová polévka s krupkami	23
Celerová krémová polévka	23
Cibulová polévka se sýrovým toastem	23
Cuketová polévka	24
Česnečka se sýrem	24
Česneková polévka	24
Česneková polévka s vaječnou sedlinou	24
Fazolková polévka s brambory	25
Fazolková polévka s protlakem	25
Fazolková smetanová polévka	25
Hrášková polévka s houbami	25
Hrášková polévka s pórkem	26
Hrášková polévka s rýží	26
Kapustová polévka	26
Kapustová polévka s brambory	26
Kapustová polévka s hříbkami	27
Kapustová polévka se sýrem	27
Kapustová polévka se žampiony a rýží	27
Květáková polévka	27
Květáková polévka s hráškem	28
Květáková polévka s knedlíčky	28
Mrkvová polévka	28
Polévka z fazolek a kuřecího masa	29
Polévka z růžičkové kapusty	29
Polévka z růžičkové kapusty se smetanou	29

Pórková polévka	29	Králík zadělávaný	40
Pórková polévka se sýrem	30	Králík na žampionech	40
Ředkvičková polévka	30	Nadíváný králík	41
Špenátová polévka se smetanou	30	Pečený králík	41
Špenátová polévka se sýrem	30	Řízky z králíka na česneku	41
Zeleninová polévka - jemná	31	Řízky z králíka s Nivou	41
Zeleninová polévka s kuřecími nudličkami	31	Smažený králík	42
Zeleninová polévka se sójou	31	Svíčková z králíka	42
Zeleninová polévka se sýrovým kapáním	32	Krůta	
Zeleninová polévka s vejci	32	Jednoduchá krůtí omáčka	43
Zelňačka se smetanou a bramborem	32	Krůtí filety s ananasem	43
Různé zavářky do polévek		Krůtí nudličky s Nivou	43
Celestýnské nudle	33	Krůtí řízek smažený v těstíčku	44
Houbový svítek	33	Krůta s nádivkou	44
Kapání se zelenými natěmi	33	Krůtí nářez	44
Krupičné strouhání	33	Krůtí maso s paprikou a rajčaty	44
Krupičný svítek	34	Krůtí maso s ananasem, mandlemi a sýrem	45
Nočky	34	Krůtí maso s houbami	45
Polévkové kapání	34	Krůtí maso s Hermelínem	45
Sněhové nočky	34	Krůtí maso s vejci a cibulkou	46
Smažený vaječný hrášek	34	Krůtí prsa s cuketou	46
Smažené vaječné krupky	35	Krůtí sekaná s cuketou	46
Sýrové nočky	35	Krůtí maso s cuketou	47
Vaječné nudle	35	Krůtí haše s cuketou	47
Vaječné strouhání	35	Krůtí rolka	47
POKRMY Z MASA		Krůtí alobalové balíčky	48
Králík		Krůtí prsa na citronu	48
Králičí guláš	36	Krůtí prsíčka na česneku	48
Králičí maso s rýží	36	Krůtí prsíčka na pomerančích	48
Králičí řízky „parmské“	36	Krůtí řízek s mandlemi a kari	49
Králičí řízky „pařížské“	37	Plněná krůtí prsa	49
Králičí sekanina	37	Řízky paní Hapl	49
Králičí stehna s jablky v alobalu	37	Kuře	
Králík na čínský způsob	37	Kuře dušené	50
Králík dušený	38	Indické kuře	50
Králík na jalovci	38	Pikantní kuře	50
Králík v leču	38	Kuře s luštěninami	51
Králík na paprice	38	Kuře s hříbký	51
Králík pikantní	39	Minutkový guláš z kuřete	51
Králík na smetaně	39	Kuřecí prsíčka plněná Nivou	52
Králík po staročesku	39	Kuře se sójovými boby	52
Králík po tyrolsku	40	Dušené kuře s křenem	52
Králík podle Vladky	40	Medová kuřecí křidélka	52
		Kuře po lomnicku	53
		Kuře na kořenové zelenině	53

Kuře dušené na kari koření	53	Americké kuře	68
Kuře ve žluté omáčce	54	Obalované kuře pečené v alobalu	69
Kuře dušené po toskánsku	54	Kuře po Řecku	69
Kuře dušené se zeleninou	54	Kuřecí prsa na kmíně	69
Kuře v kapustě	54	Pečená kuřecí křídla	70
Kuře po Bulharsku	55	Kuřecí prsíčka zalitá šlehačkou	70
Kuře ve žloutkové omáčce	55	Kuře v jogurtu	70
Švýcarské kuře	55	Kuře s medem	71
Kuře Puszta	56	Pečená kuřecí prsíčka	71
Kuře s cuketou	56	Kuřecí nugety s brokolicí a sýrem	71
Srbský kuřecí paprikáš	56	Kuře s mladými cuketami	72
Kuře s avokádovým krémem	57	Uzené kuře v nudlích	72
Pestrá kuřecí křídylka	57	Zapečené kuře po italsku	72
Kuřecí stehýnka se zeleninou	57	Nákyp z kuřete	73
Kuřecí misao	58	Česnekové kuře s bramborovou směsí	73
Kuřecí prsíčka na meruňkách	58	Slaný koláč s kuřecím masem	73
Kuře s rýží	58	Indonéské smažené kuře	74
Kuře v červené omáčce	59	Kuře s mandlemi a jablkem	74
Kuře na grilu	59	Kuře ozdobené rajčaty	74
Kuřecí špíz s ovocem	59	Kuře se šalvějí	74
Kuřecí kapsy s grilovanými rajčaty	60	Kuřecí řízky po toskánsku	75
Grilované kuře s kari kořením	60	Kuřecí stehýnka v těstíčku	75
Kuřecí stehna s kořeněným máslem	60	Smažené kuřecí kousky	75
Kuřecí špíz s olivami a rajčaty	60	Smažené kuře v cibulovém těstíčku	76
Kalkatské kuřecí karbanátky	61	Kuřecí řízky se sýrem a bylinkami	76
Indonéské kuřecí saté	61	Kyjevské kuřecí závitky	76
Kuřecí syrové placičky	61	Kuře s kukuřicí	77
Pečené kuře s houskovou nádivkou	61	Kyjevský kotlet	77
Kuře pečené v troubě	62	Kuře po tatransku	77
Kuře s českou nádivkou	62	Kuřecí závitky se sýrem	78
Kanadské kuře	63	Smažené kuře v pařížském těstíčku	78
Ministerské kuře	63	Kuřecí prsíčka po lošticku	78
Kuře s česnekem a sýrem	63	Hedvábné kuřecí řízky	78
Kuře pro labužníky	64	Kuřecí maso s paprikou ("Čína")	79
Alžírské kuře	64	Kuře po toskánsku	79
Kuře s Parmazánem	64	Kuřecí prsa se zeleninou	79
Kuřecí čtvrtky na rozmarýnu	65	Kuře v těstíčku	80
Kuře se sladkou nádivkou	65	Kuře Vlasty Buriana	80
Pečené chilli kuře	65	Francouzské kuře smažené	80
Kuřecí závin	66	Kuřecí řízky v kari omáčce	81
Pečené kuře skládané	66	Marinované kuře na česneku	81
Kuře s jablky	67	Kuře se zelenými fazolkami	81
Kuře s rajčatovou omáčkou	67	Kuřecí řízky Orient	82
Pečené kuře se zeleninovou směsí	67	Turecký pilaf z kuřete	82
Kuře s lečem v alobalu	68	Kuřecí ragú	83
Francouzské kuřecí čtvrtky	68	Vařené kuře s květákem	83

Kuřecí placičky v žampionové omáčce	83	Pstruzi na mandlích	97
Kuře s nudlemi na čínský způsob	83	Pstruh na másle	97
Kuřecí placičky	84	Pstruh namodro	97
Kuřecí pánev s rýží	84	Pstruh pečený na roštu	97
Těstoviny s pestrou směsí	84	Pstruh pečený se šalvějí	98
Kuřecí stehna v kokosovém kabátě	84	Pstruh plněný Nivou	98
Marinované kuřecí filety	85	Pstruh smažený na másle	98
Kuře kung - pao	85	Pstruh ve smetanové omáčce	99
Kuře s fazolkami a chilli	86	Pstruh zapékaný s brokolicí	99
Kuře se špagetami	86	Pstruh se žampionovou nádivkou	99
Jarní kuřecí závitky	86	Pikantní vamberská ryba	100
Křehké smažené kuřecí medailónky	87	Placičky z ryb od Berounky	100
Smažené jávské kuře	87	Rybí haše	100
Kuřecí plněné řízky v cuketovém obalu	87	Rybí karbanátky	100
Kapsa s Adžikou	87	Rybí krokety z Třeboně	101
Ryby sladkovodní		Ryba pečená se sýrem	101
Candát se sýrem a sardelí	88	Rybí maso s rajčaty	
Candát zapečený s kvěťákem a mléčnou omáčkou	88	z Chlumce u Třeboně	101
Gratinovaný kapr na kmíně	89	Rybí sekaná	101
Kapr s bramborami na smetaně	89	Ryba smažená v těstíčku	102
Kapr na bylinkách	89	Rybí směs s těstovinami	102
Kapři podkůvky s bylinkovým máslem	90	Ryba na zelenině	102
Kapr na cibuli	90	Štika v bramboráku	102
Kapr s česnekovou omáčkou	90	Štika na hořčici	103
Kapr na kari	91	Štika pikantní	103
Kapr na kmíně	91	Štika na pórku	103
Kapr pro labužníky	91	Třeboňská štika na česneku	104
Kapr na másle	91	Úhoř pečený	104
Kapr po mlynářsku	92	Úhoř pečený na jehle	104
Kapr nadívaný	92	Úhoř na žampionech	104
Kapr namodro	92	Mořské ryby	
Kapr na paprice s nudlemi z Ormánság	92	Guláš z mořských ryb	105
Kapr pikantní	93	Makrela s rajčaty a paprikami	105
Kapr v rajske šťávě od rybníka Bezdrev	93	Marinovaná makrela na grilu	105
Kapr v rosolu	93	Rybí maso s ananasem	106
Kapr na smetaně	94	Rybí filé balkánské	106
Kapr v těstíčku	94	Rybí filé s bramborem na smetaně	106
Kapr po ukrajinsku	94	Rybí filé s brokolicí	106
Žamberský pečený kapr s kořením	94	Rybí filé s cibulovou omáčkou	107
Lín s paprikou a rajčaty	95	Rybí maso s cuketou	107
Okoun s bylinkami	95	Rybí filé na česneku	107
Pstruh v alobalu	95	Rybí filé zapékané v bešamelu	107
Pstruh s bylinkovou omáčkou	96	Rybí filé v rajském protlaku	108
Pstruh na kmíně	86	Rybí filé ruské	108
Pstruh po kreolsku	96	Rybí maso s hořčicí	108
		Ryba s jogurtem	108

Ryba s jogurtem a sýrem	109	Celer pod čepicí	121
Rybí filé s houbami	109	Celerové řízky	121
Rybí maso s houbami	109	Celer smažený v těstíčku	122
Rybí karbanátky se sýrem	110	Dušený celer s rajčaty	122
Rybí filé na kmíně	110	Cuketa	
Ryba s koprovou omáčkou	110	Barevné rizoto s cuketou	122
Rybí krokety	110	Bramborák z cukety	122
Opočenské rybí filé s křenem	111	Bramborové placky s dušenou cuketou	123
Nákyp z rybiho filé s Lučinou	111	Bramborový salát s cuketou	
Rybí maso s Nivou a rajčaty	111	a ředkvičkami	123
Rybí maso s olivami a balkánským sýrem	112	Cukety s cibulí a sýrem	123
Rybí filé pečené v alobalu	112	Cuketa s houbami na smetaně	124
Rybí placičky	112	Cuketové chilli	124
Rybí ragú s kari kořením	112	Chlupaté knedlíky z cukety	124
Rybí ragú se zeleninou	113	Cuketové knedlíčky s tvarohem	125
Ryba s rajčaty na kari	113	Cuketové lečo	125
Rybí kousky s rýží	113	Cuketa s mrkví	125
Ryba smažená v česnekovém těstíčku	114	Cuketa s nudlemi	125
Rybí filé se sýrem	114	Cuketové placičky s rýží	126
Rybí filé po švédsku	114	Cuketové plátky smažené	126
Rybí filé zapečené s bylinkovým máslem	115	Cuketa plněná kuřecím masem	126
Rybí filé zapečené s česnekem	115	Cukety plněné rýží a rajčaty	126
Ryba zapečená s vejci	115	Cuketa plněná rýží a sýrem	127
Rybí filé na zelenině	115	Cuketa plněná žampiony	127
Rybí filé se zeleninou	116	Cuketové ragú	127
Treska na rajčatech	116	Cuketa s rybí nádivkou	128
Treska s rýží	116	Cuketové řízky	128
Mořské plody		Cuketové řízky se sýrem	128
Smažené kalamáry	117	Cuketové sýrové řízečky	129
Krevety se smaženou rýží	117	Cuketa na smetaně	129
Rizoto z mořských plodů	117	Cuketa zapečená s drůbežím masem	129
POKRMY ZE ZELENINY		Cuketové zelí I.	129
Brokolice		Cuketové zelí II.	129
Brokolice s česnekem	118	Knedlíky z cukety	130
Brokolice s čínským zelím	118	Paprikáš z cukety	130
Brokolice s kousky ovoce	119	Placky z cukety a sýra	130
Brokolice s kuřecími nudličkami	119	Topinky s cuketou, sýrem a rajčaty	130
Brokolicový mozeček	119	Topinky s cuketovou směsí	131
Brokolice s mrkví	119	Zapečené těstoviny s cuketou	131
Brokolice zapečená s mrkví v sýrové		Zapečené toasty s cuketou	131
omáčce	120	Zeleninové lečo s cuketou	131
Zapečená brokolice	120	Červená řepa	
Celer		Červená řepa na smetaně	132
Celerová cmunda	120	Dělnický boršč	132
		Hlávkový salát	
		Hlávkový salát francouzský	132

Chřest

Chřestové nugety	133
Chřest smažený v těstíčku	133
Smetanová omáčka s chřestem	133
Vařený chřest	134
Zapečený chřest	134

Kapusta

Dušená kapusta se sójovým masem	135
Dušená kapusta se sýrem	135
Kapusta v bílé omáčce	135
Kapustové čevabčiči	136
Kapusta dušená	136
Kapusta dušená na másle s česnekem	136
Kapusta dušená jako mozeček	136
Kapusta dušená s rajčaty	137
Kapusta dušená s rýží	137
Kapusta s flíčky	137
Kapustové karbanátky se sójovým masem	137
Kapustové lívance	138
Kapustové lívanečky se sýrem	138
Kapustová nádivka pečená s masem	138
Kapusta s pórkem a rajčaty	138
Kapustové řízky	139
Kapustové závitky	139
Kapustový prejt	139
Kapustový svítek	140
Kapusta zapečená	140
Kapusta zapečená s kysanou smetanou	140
Kapusta zapečená s rajčaty	140
Růžičková kapusta ve smetanové omáčce	141
Růžičková kapusta zapečená s těstovinami	141
Smažená kapusta plněná sýrem	141

Křen

Křenová omáčka	142
Pikantní svačinka s křenem	142

Květák

Dušený květák na jogurtu	142
Květákové karbanátky	142
Květákové krokety	143
Květákové lívanečky	143
Květákový mozeček	143
Květákový nákyp s houbami	144
Květákové noky	144
Květáková omeleta	144

Květákové rizolety	145
Smažený květák	145
Smažené květákové placičky	145
Smažený květák v sýrovém těstíčku	146
Vařený květák s rajskou omáčkou	146
Vařený květák se sójovým masem	146
Vařený květák se strouhankou	146
Vařený květák se sýrem	147
Vařený květák se sýrovou omáčkou	147
Zapečený květák s brokolicí	147
Zapečený květák s krutím masem	148
Zapečený květák s rajčaty	148
Zapečený květák se sýrem a žampiony	148

Mrkev

Dušená mrkev se smetanou	149
Florentýnky	149
Mrkev s česnekem	149
Mrkvové hody	150
Mrkvový nákyp s tvarohem	150
Mrkvová omeleta	150
Mrkvové placičky	151
Přílohová mrkev po čínsku	151
Smažená karotka	151
Zapečená karotka s rýží	151

Lilek

Lilek s brynzou	152
Lilek dušený na smetaně	152
Lilky s Hermelínem	152
Lilkové karbanátky	153
Lilková kaše	153
Lilkové krokety s rajskou omáčkou	153
Lilkový nákyp se sýrem	154
Lilek nastudeno	154
Lilek pečený s rajčaty	154
Lilkový řízek se sýrem	154
Lilek smažený na kari	155
Lilky zapečené s kysanou smetanou	155
Obalovaný lilek	155
Smažený lilek s jogurtem	156

Papriky a rajčata

Bulharská musaka	156
Dušené papriky s rajčaty	156
Đábelská vejce	157
Guláš z paprik	157
Chlebičky se zeleninovou pochoutkou	157
Lečo s houbami	158

Letní džuveč	158	Fazolové lusky v zelí s jablky	169
Paprikové lusky plněné žampiony	158	Houbový bigos	170
Papriky s rajčaty a smetanou	158	Chudá babka	170
Paprikový salát	159	Jihočeská lepenice	170
Paprikové toasty	159	Jihočeské zelné placky	170
Paprika zapečená se zeleninou a masem	159	Minutkové sterilované zelí	171
Plněné papriky po burgassku	159	Nadívané zelí	171
Rajčata s květákem	160	Nákyp ze zelí a těstovin	171
Rajčata s rýží	160	Vařené zelí	171
Rajčatový salát s vejci	160	Pekingské zelí dušené v mrkvi	171
Rajčata zapečená s bramborami	160	Placičky z kysaného zelí	171
Smažené papriky v sýrovém obalu	161	Ruské zelí s jablky	171
Pastinák		Rybářské zelí	172
Pastinákové placičky	161	Zelí dušené s flíčky	172
Pastinákový salát s jablky	161	Zelné knedlíky	172
Přílohový pastinák s křenem a jablky	162	Zelné kotlety	172
Rizoto s pastinákem	162	Zelný nákyp	173
Patizon		Zelná omeleta	173
Patizon v česnekovém těstíčku	162	Zelné placičky	173
Patizon v rajské omáče	163	Zelí s rýží po maďarsku	174
Patizonové řízky	163	Salát z červeného zelí s krutými prsíčky	174
Zapečený patizon s těstovinami a rajčaty	163	Staročeské zelníky s bramborami	174
Petržel		Zapečené zelí	174
Přílohová petržel	164	Zelí s masem	175
Smažené petrželové noky	164	Zelné závitky se špenátem	175
Pórek			
Pórek dušený s bramborami	164	POKRMY Z HUB	
Pórek smažený v těstíčku	165	Bedly	
Rizoto s pórkem	165	Bedly zapečené v sýrovém těstě	176
Smažený pórek	165	Plněné bedly	176
Špagety s pórkovou omáčkou	165	Řízky z bedel	176
Vařený pórek	166	Zapečené bedly s těstovinami	177
Ředkvičky		Čírůvka havelka	
Ředkvičkové placičky	166	Dušené havelky	177
Ředkvičková smaženice	166	Zapečené havelky	177
Špenát		Hlíva ústříčná	
Musaka se špenátem	167	Hlíva s hořčicí	178
Špenátové lívance s brynzou	167	Hříby a hříbovité houby	
Špenátové lívance plněné houbami	167	Česká kulajda	178
Špenátová omeleta	168	Dušené houby	178
Špenátová náplň do palačinek	168	Dušené houby s krupicí	179
Zelí		Dušené houby se zakysanou smetanou	179
Bramborové placky plněné zelím	168	Houbová omáčka	179
Bramborák se zelím	169	Houbová směs s rajčaty a paprikami	179
Červené zelí dušené	169	Houbové bramboráky	180
Dušené hlávkové zelí	169		

Houbovec	180	Pikantní houby	192
Houbové karbanátky s mletým masem	180	Provensálská houbová jehla	192
Houbové karbanátky s ovesnými vločkami	180	Salát ze žampionů	193
Houbový guláš	181	Smažené žampiony	193
Houbový guláš rychlý	181	Zapečené žampiony v sýrové omáčce	193
Houbový Kuba	181	Žampiony s bramborami	193
Houbový nákyp	182	Žampiony s fazolovými lusky	194
Houby s cuketou	182	Žampiony na mexický způsob	194
Houby na česneku	182	Žampionová omáčka	194
Houby s květákem a vejci	182	Žampionová omeleta	194
Houby s mraženou zeleninou	183	Žampionová pizza	195
Houby s Nivou a kysanou smetanou	183	Žampionový salát	195
Houby v paprikové omáčce	183	Žampiony na smetaně	195
Houby s pórkem	183		
Houby s rajčaty paprikou	184	SÝROVÉ POKRMY	
Houbové smaženky se sýrem	184	Brynzové knedlíky	196
Houbový svítek pečený	184	Brynzové palačinky	196
Houby se šalotkou a vejci	184	Chleba v sýrovém těstíčku	196
Houby na žemlích	185	Chlebičky s Hermelínem	197
Hrnec plný hub	185	Karbanátky z Nivy	197
Hříbková směs	185	Krémová pomazánka s křenem	197
Hříbkové karbanátky	186	Lahůdkový sýr	197
Hříbkový špíz	186	Mleté maso zapečené s taveným sýrem	298
Hříbky se smetanou	186	Nakládáný Hermelín	298
Hubáky	186	Nívovala pomazánka	298
Hubník	187	Olomoucké tvarůžky	299
Klouzkový paprikáš	187	Pečenky ze syrečků a tvarohu	299
Kozáky na smetaně	187	Plněný Hermelín	299
Kulajda z kozáků	188	Plněný Hermelín s kapií	299
Zapečené klobouky hřibů	188	Romadúr s bramborami	200
Zelňačka s houbami	188	Silně pikantní tvarůžková pomazánka	200
Kotrč kadeřavý		Smažená sýrová jehla s chlebem	200
Lečo z kotrče	189	Smažené sýrové krokety	200
Smažený kotrč s česnekem	189	Smažený Camembert	201
Lišky		Smažený Ementál	201
Francouzské brambory s liškami	189	Sýrová roláda	201
Lišky na smetaně	190	Sýrové kornoutky	202
Smažené lišky	190	Sýrové ruličky	202
Václavky		Sýrové placičky	202
Marinované václavky	190	Sýrové smaženky	202
Smažené václavky	191	Sýrové topinky smažené	203
Žampiony		Sýrový šmak s česnekem	203
Dušené houby v palačinkách	191	Sýr v sýru	203
Grilovaná žampionová směs se zeleninou	191	Sýr zapečený s vejci na toastovém chlebě	203
Grilované žampiony	192	Tyčinky	204

Zapečené topinky s cibulí a sýrem	204
Zapékané sýrové palačinky	204

POKRMY Z VAJEC

Italská smaženice	205
Mexická omeleta	205
Plněná vejce	205
Smažená vejce se zakysanou smetanou	206
Smažená vejce se zelenými fazolkami	206
Tortillas s vejci	206
Vaječná omeleta	206
Vaječná omeleta s bramborem I.	207
Vaječná omeleta s bramborem II.	207
Vaječná omeleta houbová	207
Vaječné balenky	207
Vaječné karbanátky	208
Vaječné omelety s houbami a kečupem	208
Vaječné ragú	208
Vaječné toasty	209
Vaječný nákyp s hráškem	209
Vajíčkové placičky	209
Vejce „en Rabo de Mestiza“	209
Vejce natvrdo s pikantní omáčkou	210
Vejce plněná lososovou pěnou	210
Vejce plněná - muchomůrky	210
Vejce plněná pikantní směsí	210
Vejce plněná tuňákem	211
Vejce plněná tvarohovou pěnou	211
Vejce v sýrové omáčce	211
Vejce zapečená v bramborové kaši	211
Vejce zapékaná se sýrem	212
Zapečená vejce s houbami a smetanovou omáčkou	212

POKRMY Z TĚSTOVIN

Fličky s houbami	213
Fličky s kukuřicí, sušenými houbami a sýrem	213
Fličky se sýrovou omáčkou	213
Fličky se sýrem a vejci	214
Fličky s tuňákem	214
Fličky se zeleninou a sýrem	214
Fličky se zelím	214
Zapečené fleky s houbami	214

Tarhoňa	215
Kolínka s grilovaným kuřetem	215
Kolínka s houbami, rajčaty a cuketou	215
Kolínka s Lučinou a bylinkami	216
Kolínka s Nivou a kiwi	216
Kolínka s rajčatovou omáčkou a kuřecím masem	216
Kolínka pod čepicí	216
Kolínka se zeleninou a sýrem	217
Makaróny s brokolicí a žampiony	217
Makaróny s houbami a smetanou	217
Makaróny s krutím masem a smetanovou omáčkou	218
Makaróny s marinovaným sýrem	218
Makaróny s Nivou a bazalkou	218
Makaróny s ovocem	218
Makaróny s rajčaty a česnekem	219
Makaróny s rybím filé I.	219
Makaróny s rybím filé II.	219
Makaróny ve smetanové omáčce	220
Makaróny s více druhy sýrů	220
Čínské nudle	220
Nudle s dušeným hráškem	221
Nudle s mákem	221
Nudle s tvarohem	221
Rychlý nudlový nákyp se žampiony	221
Lasagne s brokolicí	222
Lasagne s houbami	222
Lasagne s kuřecím masem	222
Lasagne s mletým masem	223
Lasagne s paprikou a rajčaty	223
Rychlé špagety	223
Špagety s bešamelovou omáčkou	224
Špagety s cibulí a kmínem	224
Špagety s cuketou	224
Špagety s česnekem	224
Špagety s česnekovou omáčkou	225
Špagety s drůbežím masem a cuketami	225
Špagety s houbami	225
Špagety s karamelovou karotkou	226
Špagety s krabím masem	226
Špagety s kuřecím kari	226
Špagety s kuřecím masem a žampiony	227
Špagety s mletým masem a smetanou	227
Špagetová omeleta	227
Špagety s parmazánovou omáčkou	228

Špagety se selskou směsí	228	Hrášek s rýží a kečupem	240
Těstoviny s cuketou a rajčaty v sýrové omáčce	228	Mleté řízečky na hrášku	240
Špagetové suši	229	Zapečený hrášek	241
Zapečená špagetová směs se zeleninou	229	Fazole	
Domácí taštičky se sýrovou náplní	229	Fazolová kaše	241
Těstoviny s dary moře	230	Fazolový kuřecí guláš	241
Těstoviny s drůbežím masem a Hermelínem	230	Fazolová omáčka	241
Těstoviny s houbami	230	Fazole na paprice	242
Těstoviny s houbami a se zeleninou	231	Fazole s rajčaty I.	242
Těstoviny s krevetami a žampiony	231	Fazole s rajčaty II.	242
Těstoviny mix	231	Fazolové smaženky	242
Těstoviny s Nivou	232	Fazole vařené po italsku	243
Těstoviny s omáčkou z Nivy	232	Fazolový šoulet	243
Těstoviny s omáčkou z Nivy a oliv	232	Fazole zapečené se sýrem	243
Těstoviny Primavera	232	Řecké fazole	243
Těstoviny s rajským protlakem a sýrem	233	Zapečené bílé fazole s česnekem	244
Těstoviny s rybím filé	233	Zapékané fazole se sýrem a rajčaty	244
Těstoviny se strouhaným sýrem	233	Dušené fazolky se žampiony	244
Těstoviny s tuňákem	234	Fazolkový nákyp	244
Těstoviny s uzenou rybou a pórkem	234	Fazolky na smetaně	245
Těstoviny s vejci	234	Vařené fazolky se sýrem	245
Těstoviny se zelenou omáčkou	234	Zelené fazolky v rajčatové omáčce	245
Těstoviny se zeleninovou směsí	235	Zelené fazolky se zakysanou smetanou	245
Těstoviny se žampiony a brokolicí	235	Sója	
Vrtulky se sójovým masem	236	Lečo ze sójového masa	246
Vřetena se sicilskou omáčkou	236	Mexický guláš ze sójového masa	246
Vřeténka se špenátem	236	Sójové boby na cibulce	246
		Sójové boby s rýží a houbami	247
		Sójové čevabčiči	247
		Sójové kostky po čínsku	247
		Sójové krokety se sýrem	247
		Sójové maso na houbách	248
		Sójové plátky na houbách	248
		Znojemský guláš ze sójového masa	248
POKRMY Z LUŠTĚNIN		POKRMY Z OBILOVIN	
Čočka		Jáhly	
Čočka na kyselo	237	Jahelník obyčejný	249
Čočka pikant	237	Jahelník s třešněmi	249
Čočka s rajčatovým protlakem	237	Jáhlová kaše obyčejná	249
Čočka s rýží a cibulí	238	Jáhlová kaše pro děti	250
Čočka s volským okem	238	Jáhlová kaše s perníkem	250
Čočková kaše	238	Jáhlová kaše se sýrem	250
Čočková sekaná	238	Jáhlové noky	250
Zapečená čočka s chilli kořením	239	Jáhlové karbanátky	251
Hrách			
Hrachová kaše	239		
Hrách s rajčaty	239		
Kaše z hrachu a brambor	240		
Šoulet	240		

Jáhlový nákyp	251	Bramborové škubánky s mákem	262
Jáhlové rizoto	251	Bramborové špízy	262
Jáhly s houbami	252	Bramborové tašky s tvarohem	262
Jáhlové škubánky	252	Bramborový guláš se zeleninou	263
Švestkový jahelník	252	Bramborový pekáček s pórkem	263
Pohanka		Bramborový salát s kysaným zelím	263
Pohanková kaše obyčejná	252	Bramborový tatarský biftek	264
Pohanková kaše pro děti	253	Brambory v alobalu s mlékem	264
Pohankové lívanečky	253	Brambory s bylinkami a Nivou	264
Kroupy		Brambory na cibulce paní Gity z Rotavy ..	264
Bramborové noky s kroupami	253	Brambory s drůbežími játry a smetanovou	
Bramborové šišky s kroupami	254	omáčkou	265
Dušené krupky	254	Brambory s grilovanou rybou	265
Krupková kaše	254	Brambory na houbách	265
Kroupový Kuba	254	Brambory s kapustou	266
Kroupové rizoto	254	Brambory s krutími nudličkami	266
Kroupová smaženice	255	Brambory s kuřecími kousky a smetanou ..	266
Krupník	255	Brambory s kuřecími stehny, paprikou	
Tvarohový nákyp s kroupami	255	a rajčaty	266
Kukuřice		Brambory s kuřetem a zeleninovou směsí ..	267
Polenta	256	Brambory s lilkem	267
Ovesné knedlíčky	256	Brambory s mletým masem	267
Ovesné karbanátky	256	Brambory s mraženou zeleninou	268
Ovesná kaše pro nejmenší	256	Brambory s mraženou zeleninou a rýží ..	268
Ovesné krokety	257	Brambory nakyselo	268
Ovesné smaženky	257	Brambory s paprikou a rajčaty	268
Špenát s ovesnými vločkami	257	Brambory s pórkem	269
Trhanec	257	Brambory se sýrovou omáčkou	269
Pšenice		Brambory s vejci a brynzou	269
Sekaná pečeně s pšeničnými vločkami	258	Dušené brambory s mrkví a pórkem	269
Žito		Gratinované brambory s cuketou	
Květákový nákyp s žitnými vločkami	258	a zeleninou	270
POKRMY Z BRAMBOR		Halušky se zelím	270
Bavorský knedlík	259	Chlupaté knedlíky	270
Bramboráky s tvarohem	259	Chutné zapečené brambory s tvarohem ...	271
Bramborová kaše klasická	259	Jihočeské bramborové lívanečky	271
Bramborová omeleta	260	Kolíbky	271
Bramborové kari se zeleninou	260	Kyselé brambory	271
Bramborové knedlíky s povídky	260	Lehký bramborový salát	272
Bramborové nočky	261	Netradiční přílohové brambory	272
Bramborové pečinky	261	Netypické bramboráky	272
Bramborové placky našich maminek	261	Pečený bramborák s droždím	272
Bramborové placky s tvarohem	261	Placičky z brambor a cibule	273
Bramborové šišky zapečené se sýrem	262	Plněné brambory	273
		Smažené bramborové knedlíčky	273
		Smetanové brambory s květákem	274

Staročeské bramborové šišky - šlejšky	274
Uhlířina	274
Ústecké bramborové knedlíky	274
Voňavé bramborové placky	275
Zapečené brambory s cuketami	275
Zapečené brambory s houbami	275
Zapečené brambory s karbanátky	276
Zapečené sýrové brambory	276
Zapekané brambory se žampiony	276

POKRMY Z RÝŽE

Dušená rýže	277
Vařená rýže	277
Rýže dušená na pepři	277
Zelená rýže	277
Drůbeží žaludky s rýží	278
Maso v rýži a zelenině (džuveč)	278
Mexická rýže	278
Mexická rýže s avokádem	279
Orientální rýže s kuřecím masem	279
Drůbeží rizoto	279
Piemontské rizoto	280
Rizoto s rajčaty a paprikami	280
Špenátové rizoto	280
Rizoto s kuřecím masem	281
Rizoto s cuketami	281
Houbové rizoto	281
Rizoto se žampiony a hráškem	282
Rizoto se žampiony a zeleninovou omáčkou	282
Kari rizoto	282
Rybí rizoto	283
Torinské rizoto	283
Rýže se smaženými vejci	283
Zelená rýžová směs	284
Rýže se zeleninou a masem	284
Rýže s paprikami a zeleninou	284
Rýže s fazolemi a zeleninou	285
Rýžový nákyp s ovocem	285
Rýžový nákyp s hrozkami	285
Rýžový nákyp s kakaem	286
Rýžový nákyp s jablky	286
Rýžový nákyp s čokoládou	286
Rýžový nákyp s rajčaty a žampiony	286
Zeleninový nákyp s rýží	287

POKRMY Z MASA „ROBI“

Jáhly s Robi	288
Karbanátky Robi	288
Katův šleh z Robi	288
Robi na celeru	288
Robi na jarní cibulce	289
Robi na zázvoru	289
Robi řízek mletý se sýrem	289
Robi s cuketou	289
Robi se žampiony	290
Segedín z Robi	290
Skryté Robi	290
Sójové řízky z Robi masa	290
Svíčková z Robi masa	291
Závitky Robi v rýžovém papíru	291
Závitky z Robi	291

OMÁČKY

Omáčky - teplé

Bešamelová omáčka	292
Bylinková omáčka	292
Celerová omáčka	292
Cibulová omáčka	293
Cibulová omáčka - bílá	293
Citronová omáčka k rybě	293
Cuketová omáčka	294
Česneková omáčka	294
Drůbeží omáčka se smetanou	294
Hnědá omáčka	294
Holandská omáčka	295
Hořčicová omáčka	295
Houbová omáčka - sladkokyselá	295
Jablečná omáčka k masu I.	295
Jablečná omáčka k masu II.	296
Koprová omáčka se smetanou	296
Kuřecí smetanová omáčka se špagetami	296
Květáková omáčka	297
Křenová omáčka	297
Máslová omáčka	297
Mexická omáčka	297
Mrkvová omáčka	298
Omáčka z jišky	298
Omáčka se zelenou paprikou	298
Pepřová omáčka	298

Pórková omáčka	299	Fazolový salát	311
Rajská omáčka	299	Fazolový salát s jablky	311
Rajčatová omáčka s kořenovou zeleninou	300	Fazolový salát s kořenovou zeleninou	311
Rajčatová omáčka na těstoviny	300	Salát ze sójových bobů s jogurtem	311
Rajčatová omáčka se zakysanou smetanou	300	Sójový salát s brokolicí	312
Smetanová omáčka	300	Ovocné saláty	
Smetanová omáčka z nakládaných okurek	300	Ananasový salát s jogurtem	312
Smetanová omáčka s vejci	301	Angrešťový salát	312
Staročeská omáčka ze sušeného ovoce	301	Banánový salát s kokosem	312
Svíčková omáčka - falešná	301	Banánový salát s mandlemi	312
Sýrová omáčka z Hermelínu	302	Banánový salát s vlašskými ořechy	313
Sýrová omáčka s krabím masem	302	Borůvkový salát	313
Sýrová omáčka s Parmazánem	302	Borůvkový salát s ořechy	313
Sýrová omáčka - pikantní	303	Broskvový salát	313
Švestková omáčka	303	Broskvový salát s kiwi	314
Zeleninová smetanová omáčka	303	Broskvový salát se sýrem	314
Žampionová omáčka	304	Jablkový salát	314
Žampionová omáčka se sýrem	304	Jablkový salát se sýrem	314
Žlutková omáčka	304	Jahodový salát	315
Omáčky - studené		Jahodový salát s mandlemi	315
Bylinková omáčka s ředkvičkami	305	Jahodový salát s tvarohem	315
Česneková omáčka	305	Melounový salát	315
Červená chilli omáčka	305	Ovocný salát	316
Červená mandlová omáčka	306	Ovocný salát Amerika	316
Jogurtová omáčka	306	Ovocný salát se sýrem	316
Jogurtová omáčka s pažitkou	306	Ovocný salát s těstovinami	316
Hořčicová omáčka	306	Pomerančový salát s rýží	316
Mango salsa	307	Rybízový salát	317
Pažitková omáčka	307	Těstovinové saláty	
Pikantní vaječná omáčka	307	Salát z těstovin	317
Salsa z červené papriky	307	Letní těstovinový salát	317
Salsa z čerstvých rajčat	308	Těstovinový salát s kuřecím masem	318
Salsa s nakládanou chilli papričkou	308	Těstovinový salát s tuňákem	318
Smetanová omáčka s Nivou	308	Těstovinový salát s lososem	318
Salsa - pikantní	308	Těstovinový salát se sójovými boby	319
Studená omáčka z makrely	309	Zeleninové saláty	
Quacamole (směs z avokáda)	309	Bramborový salát s čerstvou zeleninou	319
SALÁTY		Bramborovo - celerový salát	319
Luštěninové saláty		Brokolicový salát s bílým jogurtem	319
Čočkový salát s fazolkami	310	Brokolicový salát s květákem a pomerančem	320
Čočkový salát s kysaným zelím	310	Celerový salát - barevný	320
Čočkový salát s rýží a kukuřicí	310	Celerový salát s brusinkami	320
		Celerový salát - lahůdkový	320
		Celerový salát s Nivou	320
		Cibulový salát	321

Cuketový salát s balkánským sýrem	321	Pórkový salát s rýží	333
Cuketový salát s bramborami a bazalkou	321	Pórkový salát se žampiony	333
Cuketový salát s okurkou	322	Rajčatový salát	333
Cuketový salát s rajčaty	322	Rajčatový salát s tuňákem	333
Cuketový salát s šalotkovým dresinkem	322	Rajčatový salát s balkánským sýrem	334
Cuketový salát se žampiony	322	Rajčatový salát s jablky	334
Dýňový salát	323	Rajčatový salát se sýrem	334
Dýňový salát s jogurtem	323	Rajčatový salát s vejci a jogurtem	334
Fazolkový salát s balkánským sýrem	323	Rychlý hlávkový salát	335
Fazolkový salát s cibulí	323	Ředkvičkový salát	335
Houbový salát s cibulí	324	Ředkvičkový salát s vejci	335
Hlávkový salát s brynzou	324	Ředkvičkový salát se smetanou	335
Hlávkový salát s kysanou smetanou	324	Salát balkánský	336
Hráškový salát - pikantní	324	Salát z bílé ředkve	336
Kapustový salát s mrkví	325	Salát z bílého zelí	336
Kadeřávkový salát	325	Salát z bílých fazolí	336
Kedlubnový salát	325	Salát z červené řepy s křenem a česnekem	337
Květákový salát - čínský	325	Salát z červené řepy se zelím	337
Květákový salát s kuřecím masem		Salát z vařené červené řepy	337
a jablky	326	Salát z červeného zelí s jablky	337
Květákový salát s taveným sýrem	326	Salát z červeného zelí se smetanou	338
Květákový salát s tvarohovou majonézou	326	Salát z čínské zelí - Holandský	338
Mexický zeleninový salát	326	Salát z hlávkového zelí	338
Míchaný salát	327	Salát z kedlubnu gigant	338
Mrkvový salát s ananasem	327	Salát z kysaného zelí	339
Mrkvový salát s banánem a jablky	327	Salát z kyselého zelí a cibule	339
Mrkvový salát s celerem	328	Salát z kyselého zelí s okurkou	339
Mrkvový salát s jablky	328	Salát z kysaného zelí s kapií a cibulí	339
Mrkvový salát s jablky a jogurtem	328	Salát z pekinského zelí	340
Mrkvový salát s křenem	328	Salát z pekinského zelí s pomerančem	340
Mrkvový salát medový	329	Salát z pekinského zelí se žampiony	340
Mrkvový salát - vánoční	329	Salát z růžičkové kapusty a rajčat	340
Okurkový salát	329	Salát z růžičkové kapusty s jogurtem	341
Okurkový salát s bílým jogurtem	329	Salát zeleninový s čočkou	341
Okurkový salát s ředkvičkami	330	Salát zeleninový s ovoce	341
Okurkový salát se smetanou a koprem	330	Salát zeleninový - Dánský	341
Okurkový salát se sýrem Niva	330	Šopský salát	342
Olivový salát	330	Špenátový salát	342
Paprikový salát	331	Zelný salát s jogurtem	342
Paprikový salát s lilky	331	Zelný salát s jablky a ořechy	342
Paprikový salát ze Szatmári	331	Zelný salát s mrkví	342
Paprikový salát se žampiony	331	Zelný salát - pikantní	343
Pestrý zeleninový salát	332	Zelný salát s rajskými jablky	343
Pikantní paprikový salát	332	Zelný salát s rajčaty a jablky	343
Pórkový salát s jogurtem	332	Zimní zelný salát	344
Pórkový salát s kuřecím masem a ořechy	332	žampionový salát	344

Různé ostatní saláty

Drůbeží salát	344
Kuřecí salát s čínským zelím	345
Kuřecí salát s hroznovým vínem	345
Kuřecí salát Matador	345
Kuřecí salát Waldorf	345
Pikantní salát s kuřecím masem	346
Salát z ementálského sýra	346
Salát z Nivy	346

POMAZÁNKY**Sýrové pomazánky**

Brynzová pomazánka s paprikou	347
Hermelínová pomazánka	347
Hermelínová pomazánka s česnekem	347
Chodská sýrová pomazánka	347
Chudý rytíř	348
Indická sýrová pomazánka	348
Jednoduchá pomazánka z Nivy	348
Jednoduchá sýrová pomazánka	348
Kombinovaná sýrová pomazánka	348
Kořeněná pomazánka	349
Křenová pomazánka z Lučiny	349
Nastavovaná pomazánka z Nivy	349
Nivová pomazánka s křenem	349
Olomoucká pomazánka	350
Ostrá sýrová pomazánka	350
Ostravská hermelínová pomazánka	350
Pomazánka s balkánským sýrem	350
Pomazánka z Lučiny	351
Pomazánka s pивním sýrem	351
Pomazánka z Romadúru	351
Sedlácká pomazánka	351
Sladká sýrová pomazánka	351
Smetanová pomazánka	352
Sýrová jemná pomazánka	352
Sýrová pomazánka s ananasem	352
Sýrová pomazánka Fit	352
Sýrová pomazánka s hráškem	352
Sýrová pomazánka s jogurtem	353
Sýrová pomazánka s ořechy	353
Sýrová pomazánka s paprikou	353
Žiznivá sýrová pomazánka	353

Rybí pomazánky

Dietní rybí pomazánka	354
-----------------------------	-----

Kozácká pomazánka	354
Lososová pomazánka	354
Pomazánka Bajkal	354
Pomazánka Pacifik	354
Pomazánka ze sardinek	355
Pomazánka ze sardinek s Lučinou	355
Pomazánka z uzené makrely	355

Masové pomazánky

Fajnová pomazánka	355
-------------------------	-----

Vaječné pomazánky

Jarní vaječná pomazánka	356
Nastavovaná vaječná pomazánka	356
Vajíčková pomazánka	356

Tvarohové pomazánky

Balaton	356
Budapeštská pomazánka	357
Cibulář	357
Sladká tvarohová pomazánka	357
Tvarohová pomazánka jednoduchá	357
Tvarohová pomazánka s banánem	357
Tvarohová pomazánka s borůvkami	358
Tvarohová pomazánka s Ementálem	358
Tvarohová pomazánka s jablíčkem	358
Tvarohová pomazánka s křenem	358
Tvarohová pomazánka s olomouckými tvarůžky	358
Tvarohová pomazánka s ovesnými vločkami	359
Tvarohová pomazánka s pórkem	359
Tvarohová pomazánka s ředkvičkami	359
Tvarohová pomazánka s kečupem	359

Zeleninové pomazánky

Babiččina celerová pomazánka	360
Balkánská zeleninová pomazánka	360
Celerová pomazánka	360
Celerová pomazánka pro labužníky	360
Cuketová pomazánka	361
Česneková pomazánka s rajským protlakem	361
Čočková pomazánka	361
Křenová pomazánka	361
Míchaná zeleninová pomazánka	361
Námořnická bašta	362
Nastavovaná česneková pomazánka	362
Papriková pomazánka	362
Rajčatová pomazánka na topinky	362

Ředkvičková pomazánka	363
Ředkvičková pomazánka na topinky	363
Obzvlášť zdravé pomazánky	
Droždňová pomazánka	363
Sójová dobrůtka	363

MOUČNÍKY

Bábovky

Bábovka universal	364
Mandlová bábovka	364
Piškotová bábovka	365
Pudinková bábovka	365
Třená bábovka s čokoládou	365
Tvarohová bábovka	365

Dorty

Bílý dort s jahodami	366
Borůvkový tvarohový dort	366
Falešný piškot	366
Jablkový dort	367
Jahodový dort s tvarohem	367
Jednoduchý jahodovo - broskvový dort	367
Kakaový dort nepečený	368
Meruňkový sen	378
Tvarohový dort	368

PEČIVO

Drobné pečivo

Broskvové šátečky s tvarohem	369
Kávévé pusinky s mandlemi	369
Košíčky plněné pudinkem a jahodami	370
Křehké rohlíčky s tvarohem	370
Ořechové taštičky z listového těsta	370
Pomerančové mufinky	371

Různé pečivo

Banánový beránek	371
Jahodový ráj	371
Jahody pod čepicí	372
Jablková bašta	372
Jednoduchý biskupský chlebiček	372
Koblihy z pšeničných vloček	372
Křehký jahodový koláč	373
Křehký makovec	373
Rybízové kostky	373
Švestkový ovesný koláč	374

Tvarohové řezy ze strouhaného těsta	374
Voňavý koláč s borůvkami a mákem	374

Slané pečivo

Rohličky sypané sýrem	375
Sýrové oválky	375
Šátečky se zeleninou a sýrem	375
Tašky s balkánským sýrem	376

Listové těsto

Řezy s piškoty a ovocem	376
Tvarohové šátečky s ovocem	376
Pirožky s jablkem	377
Skořicovní šneci	377
Listový koláč	377
Rychlý jahodový koláč	377

Lité a tředné těsto - jednoduché

Americký koláč	378
Borůvkový koláč	378
Buchta kominík	378
Bublanina se švestkami	379
Cuketové řezy	379
Čokoládové řezy s citronovou polevou	379
Domácí perník	379
Jablkový koláč s kakaem	380
Jednoduchá bublanina	380
Jogurtové kostky	380
Jogurtový táč	380
Kokosový moučník	381
Kompotová buchta	381
Makovec	381
Meruňková buchta	381
Moučník z čokolády Margot	382
Moučník z jablečného těsta	382
Mrkvový koláč	382
Nedělní rybízový moučník	382
Ovocné řezy	383
Ovocný koláč	383
Pěnová bublanina	383
Rychlý broskvový koláč	384
Rychlá litá buchta s ovocem	384
Trhanec	384
Tvarohový koláč	384
Vločkový koláč	385
Náplně do pečiva	
Jablková náplň	385
Maková náplň	385
Ořechová náplň	385

Povidlová náplň	385	Sýrové lívance s Lučinou	397
Tvarohová náplň	386	Všetatské lívance	398
Nepečené moučníky		Omeleta celerová	398
Jahodový věnec	386	Omeleta s cuketou	398
Jahody na sněhu	386	Omeleta s hermelínovou náplní	398
Jahody s ovesnými vločkami	387	Omeleta plněná houbami	399
Plněné broskve	387	Omeleta s hlávkovým zelím	399
Tvarohové košíčky	387	Omeleta s hráškem	399
Tvarohová terina s jahodami	387	Omeleta jablečná	400
Vanilkový krém s malinami	388	Omeleta s krevetami a rajčaty	400
Rolády		Omeleta s mrkví	400
Medová roláda s marmeládou	388	Omeleta zapečená s Nivou	400
Nepečená černobílá roláda	388	Omeleta s patizony	401
Piškotová roláda	388	Omeleta s rajčaty	401
Roláda s ořechovou náplní	389	Omeleta se sójovými boby	401
Záviny		Omeleta smažená	401
Jablečný závin z tvarohového těsta	389	Omeleta sýrová	402
Rybízový závin z listového těsta	390	Omeleta se sýrem	402
Tažený ovocný závin	390	Omeleta plněná sýrem a rajčaty	402
Mrkvový závin	390	Omeleta se zeleninou	402
Višňový závin	391	Palačinky plněné Hermelínem	403
Povidlový závin	391	Zapečené palačinky se žampiony	403
Tvarohový závin	391		
LÍVANCE, OMELETY, PALAČINKY		POHÁRY A LEHKÉ DEZERTY	
Sladké		Banánové potěšení	404
Lívanečky	392	Dezert snů	404
Lívance borůvkové	392	Dvoubarevný pohár - malinový	404
Lívance s jahodovou kaší	393	Jahodový pohár	404
Jablečné lívance se skořicí	393	Jahody s tvarohovým krémem	404
Lívance z ovesných vloček	393	Jogurtový pohár s ovocem	405
Lívance ovocné	393	Maminčin pohár	405
Tvarohové lívance	394	Medové pochutnání	406
Omeleta s jablky	394	Nedělní pohár	406
Omeleta s jogurtem	394	Ořechový pohár	406
Omeleta s revení a tvarohem	394	Ovocný pohár	406
Palačinky - základní recept	395	Sněhová královna	407
Palačinky s borůvkovým tvarohem	395	Tvarohový krém s ovocem	407
Palačinkový nákyp s ořechy	395	Zmrzlinový pohár	407
Palačinkový dort s jablečnou náplní	396		
Slané		POKRMY Z MIKROVLNNÉ TROUBY	
Kynuté lívance - základní předpis	396	Výkon mikrovlnné trouby	408
Kynuté lívance se sýrem	396	Toasty s drůbeží směsí	409
Zeleninové lívance	397	Zapečené toasty se žampiony	409
Květákové lívance	397	Sýrový dip s křenem	409

Sýrové vdolečky	410
Sýrový kukuřičný chlebiček	410
Kuřecí maso po italsku	410
Kuřecí prsa na estragonu	411
Kuřecí nugety	411
Obalovaná kuřecí stehýnka	411
Drůbeží nudličky s jablky na kari	412
Krůtí prsa s grilovacím kořením	412
Kuřecí játra Stroganoff	412
Ragú z králíka	413
Rybí filé s bramborami	413
Aljašská treska s tymiánem	413
Rybí filé s cibulí	414
Steaky z lososa	414
Rybí večeře pro jednoho	414
Grilovaná ryba	415
Nudle v sýrové omáčce s pepřem	415
Těstoviny se zeleninou	415
Rýžový pilaf s kari kořením	416
Zeleninová rýže	416
Rýže se zeleným hráškem	416
Rýže s rybou a špenátem	417
Kedlubnový nákyp se sýrem	417
Vařené zelené fazolky	417
Vařená brokolice	418
Vařená brokolice se zázvorovou omáčkou	418
Květák a brokolice se sezamem	418
Růžičková kapusta s máslem	418
Zelený hrášek se smetanou	419
Vařená mrkev s máslem	419
Pečená rajčata s Parmazánem	419
Zeleninové ratatouille	419
Zapečené brambory s pažitkou	420
Bramborové plátky s Parmazánem	420
Nadívané brambory s kuřecím masem	420
Pečené brambory se sýrovou nádivkou	421
Ovesná kaše s ovocem	421
Roláda s ovocnou tvarohovou náplní	421
Křehký koláč s rebarborou	422
Plněná jablka	422
Jablečný kompot s rozinkami	422
Ovocný kompot	423
Dezert z lesních plodů	423
Vařená čokoláda	423
Mléko na dobrou noc	424

KRAJOVÉ SPECIALITY

Polévky

Bačova polévka z Horehroní	425
Kutnohorská droždová polévka	425
Mirošovická kedlubnová polévka	425
Protivínská staročeská vaječná polévka	426
Staročeská vločková polévka z Klecan	426
Záběhlická staročeská polévka	426
Zdíbská staročeská sýrová polévka	426

Drůbež - mleté drůbeží maso

Černošické mleté placičky se zeleninou	427
Putimské zapečené brambory	427
s mletým masem	427
Žatecký perkelt	427

Bezmasá jídla

Flíčky s brambory (grenadýrmarš)	428
Hanušovická hrachová kaše	428
Jizerské kapustové balenky	428
Kašperský staročeský kuba	429
Mohelnické špenátové lívanečky	429
Moravská dušená dýně z Kobyli	429
Nitranské krupicové smaženky se zeleninou	429
Slovenské langoše	430
Staročeské bramborové šišky - šlejšky	430
Špenát s houbami ze Svitavska	430
Zemplínské moučné placky	430

Přílohy

Český dušený špenát	431
Domácí nudle	431
Mírotické chlupaté knedlíky	431
Pražské máslové noky	431
Špenát ve vlastní šťávě	432

Saláty

Jesenický hlávkový salát s podmáslem	432
Jičínský mrkvový salát s ovocem	432
Kopřivový staročeský salát	432
Lahodný jarní salát z Krušných hor	433
Litoměřický ředkvičkový salát	433
Míchaný salát z Orlických hor	433
Severočeský míchaný salát	433
Severočeský salát z kyselého zelí s mrkví	434

Sladká jídla

Kunovické šátečky	434
Prešovské taštičky	434

Šumperské koblihy	435	Vdolky z Ostrožské Nové Vsi	435
Tvarohové knedlíky z Hané	435	Žemlovka s rebarborou ze Slavičina	436
Tvarohové lívance z Božic	435	Žemlovka z Újezdu u Luhačovic	436