

## OBSAH

## ZELŇAČKY

- Couračka / 15
- Červená zelňačka z kysaného zelí s klobásou a zeleninou / 15
- Zimní zelňačka s houbami / 16
- Kyselica s bílými hříby a klobásou podle receptu ze svatební cesty z Luhačovic / 16
- Vydatná zimní šumavská zelňačka s uzeným kolenem, fazolemi a rýží / 17
- Slovácká zelňačka se slaninou / 17
- Valašská kyselica s klobásou a špekem / 18
- Zelňačka z čerstvého hlávkového zelí / 18
- Polévka z hlávkového zelí s rajčatovým protlakem / 19
- Zelná polévka s masovými knedlíčky / 19

## KYSANÉ BÍLÉ ZELÍ

- Kysané zelí po česku / 20
- Dušené kysané zelí z Čech / 20
- Jihočeské dušené zelí / 21
- Moravské kysané vařené zelí / 21
- Kysané zelí zadělávané po moravsku / 21
- Moravské kysané vařené zelí se smetanou / 22
- Hornácké kysané zelí s paprikou a smetanou / 22
- Sváteční klobásové zelí ze Slovácka / 23
- Segedínský guláš od českého kuchaře / 24
- Guláš sikulský podle paní Marie Úlehlové-Tilschové / 24
- Zakálačková kapusta / 25
- Sedmihradský guláš / 25
- Šarišský guláš / 26
- Guláš čango / 26
- Bůček ve voňavém pekingském zelí / 27
- Kysané zelí s klobásami a fazolemi podle staříčka ze Sptyhněvi / 28
- Zapečené bramborové knedlíky s vepřovými výpečky a kysaným zelím / 28

- Zapečené bramborové knedlíky s uzeným masem  
a kysaným zelím / 29
- Sedláckovo potěšení aneb Zapečená směs ze statku / 30
- Zapečené masové šišky v pikantním zelí / 30
- Zelí s masovými kuličkami podle receptu z Horňácka / 31
- Vepřové plátky v zelném těstíčku / 32
- Staročeské zapečené kysané zelí s vepřovými  
a uzenými řízečky / 32
- Uhlířina na všední den podle babiččina receptu / 33
- Šuspajdy / 33
- Zapečené zabijačkové brambory se zelím / 34
- Zeleninový chlebovec s klobásovým zelím / 34
- Kaplická cmunda / 35
- Bramborový zabijačkový závin / 35
- Kuře ve smetanové zelné omáče po hanácku / 36
- Kuře pečené se zelím stejně dobré jako kachna / 36
- Pestrobarevný zelný koláč se slaninou a sýrem / 37
- Kuře pečené s kysaným zelím / 38
- Kuře pečené se zelím po selsku / 38

## HLÁVKOVÉ BÍLÉ ZELÍ

- Hlávkové zelí české / 39
- Jihočeské dušené zelí / 39
- Karlovarské zelí dušené se smetanou / 40
- Zelí podle receptu z chebu / 40
- Hlávkové zelí zadělávané po moravsku / 40
- Krkonošské zelí podle mistra Jaromíra Brádlera  
z Velemína / 40
- Hovězí roštěnky v zelném kabátku po znojemsku / 40
- Slovácká minutková směs z vepřové plece, klobásy  
a hlávkového zelí / 42
- Zelné karbanátky / 43
- Smažené zelné řízky s uzeným masem / 43
- Vařené hovězí plátky zapečené se zelím, rýží a slaninou  
a nudlová polévka se zeleninou / 44
- Hovězí nudličky s hlávkovým zelím a pórkem s vůní Orientu / 44
- Zeleninový kastrolek s mletým masem a zelím / 45
- Zelí zapečené s brambory a mletým masem / 46
- Zapečené zelí s mletým vepřovým masem podle receptu  
ze Šlanovic / 46

Jemné nudličky z hlávkového zelí s vepřovým masem  
z dobré čínské restaurace / 47

Zapečené zelné listy s mletým vepřovým masem / 48

Zapečené zelné nudličky po uzenářsku / 48

Zapečené dvojí zelí s masem a rýží / 49

Kuřecí nudličky se zelím a žampiony podle receptu  
ze Zlonic / 49

Zelný nákyp s uzeným masem / 50

Závin se zelím a masem / 50

Plněný zelný koláč se slaninou a vejci / 51

## ČERVENÉ ZELÍ KYSANÉ I HLÁVKOVÉ

Červené zelí dušené s jablky / 52

Vepřové kostky s červeným zelím a nudlemi / 53

Vepřové kostky po myslivecku v červeném zelí s jablky / 53

Zapečené myslivecké červené zelí s jablky a brambory / 54

Bavorská vepřová pečeně s jablky plněnými  
červeným zelím / 54

Kuře pečené jako kachna s červeným kysaným zelím na víně  
a bramborovými šiškami / 55

Pečená kachna plněná červeným zelím a obložená  
pečenými jablky / 56

Kachní prsa s jablečným hlávkovým červeným zelím / 56

Selské kuře na kmíně s červeným zelím  
a bramborovými noky / 57

Vepřové kostky s mladým červeným zelím a nudlemi / 58

Dušené hlávkové červené zelí s uzeným kolínkem  
po řeznicku / 58

Plněné bramborové knedlíky s uzeným a červeným zelím / 59

Pečená krkovice s pikantním červeným zelím / 59

Kuřecí žaludky s červeným hlávkovým zelím po myslivecku / 60

## ROLÁDY A ZÁVITKY

### Zelí navrch

Golubci neboli holoubci s masem a rýží / 61

Smažené uzenářské zelné závitky / 62

Roláda z mletého masa v zelném kabátku / 62

Houbařské zelné závitky podle jihočeské hospodyňky / 63

Gothajské zelné závitky / 64

Zapečené zelné závitky se smetanou / 64

Plněné zelné balíčky / 65

### Zelí uvnitř

Hovězí koroptvičky ze Slezska / 66

Zbojnický horácký závitok / 66

Vepřové závitky s dušenými jablky podle farské hospodyně z Chebu / 67

Bůčkové závitky podle horažďovického mistra řeznického / 68

Slovácký měšec se zelím a klobásou / 68

Roláda z bůčku se zelím a klobásou pro zimní pochutnání / 69

Zbojnické rolky z králíka a vepřového bůčku plněné kysaným zelím / 69

### BEZ MASA

Chlupaté knedlíky s kysaným zelím / 70

Kundrfály neboli čídlomony / 71

Gloukačky / 71

Lepenice / 72

Lepenice s cibulkou / 72

Kočičák neboli holeček / 72

Hrách zapečený s kysaným zelím / 73

Zelné knedlíky / 73

Nudle v zelí po mlynářsku / 74

Pečené zelí s fleky / 74

Grenadýrmarš z hrachu / 74

Zelí se smetanou a koprem / 75

Mléčné zelí s brambory / 75

Flíčky se zelím / 75

Zelí jako mozeček k selské snídani ze Slovácka / 76

Zelné slejšky / 76

Zelné závitky naplněné rajčaty a rýží podle mlsného zahradníka / 76

Zelné závitky s těstovinovou rýží a pestrou zeleninou / 77

Zapečené zelí s jablky po litoměřicku / 78

Zelníky s bramborami / 78

Šumavské zelňáky neboli zeláky / 78

Zelné řízky / 79

Zapečené zelí se sýrem / 79

## SALÁTY

- Základní zelný salát / 80  
 Zelný salát s mrkví / 80  
 Salát z bílého hlávkového zelí s cibulí / 81  
 Zelný salát podle starej mamy ze Slovenska / 81  
 Zelný salát s cibulí, mrkví a křenem / 81  
 Zelný salát s kysanou smetanou / 82  
 Zelný salát s česnekem / 82  
 Pikantní nakládáný zelný salát s cibulí / 82  
 Salát z červeného hlávkového zelí s mrkví, celerem a jablky  
 s křenovou šlehačkou / 83  
 Jednoduchý salát z kysaného zelí s cibulí / 83  
 Míchaný zelný salát / 83

## PEKINGSKÉ ZELÍ

- Nudlová polévka s pekingským zelím a kuřecím masem / 84  
 Kuřecí nudličky na kari koření s pekingským zelím  
 a jogurtem s vůní daleké Indie / 85  
 Roštěnky se smetanovým pekingským zelím / 85  
 Vepřové medailonky ve smetanovém pekingském zelí / 86  
 Zapečené pekingské zelí plněné mletým masem / 86  
 Studená kachna po s'-čchuansku / 87  
 Pestrý čínský zelný salát / 88  
 Čínský zelný salát s pomeranči / 88

## ZELÍ Z CELÉHO SVĚTA

- Kapustnica podle starej mamy ze Slovenska / 89  
 Soljanka / 90  
 Ukrajinský boršč / 90  
 Zelná polévka šči z ruské kuchyně / 91  
 Slovenská kapustnica s uzenou klobásou / 91  
 Bačovská kapustnica s klobásou a slaninou / 92  
 Maďarská zelná polévka s klobásou / 92  
 Zelná polévka podle německého receptu / 93  
 Jemná zelná polévka se smetanou a párkem  
 z francouzské kuchyně / 94  
 Zelný krém se sýrem podle dobré francouzské hospodyně / 94  
 Zelná polévka z jugoslávské kuchyně / 95  
 Vepřové maso se zelím podle německého receptu / 95

Sváteční zapečené sedmihradské zelí / 96

Alsaské zelí / 96

Slovenský prívarok aneb Kapusta s rajčaty / 97

Chuej-kuo niou-žou – nadvakrát udělané hovězí / 97

Kachna po maďarsku s karamelovým zelím / 98

Masové taštičky Tiao-c' / 98

Tradiční ruské pirohy se zelím / 99

## JAKO ZELÍ

Cuketové zelí / 100

Kedlubnové zelí zadělávané po moravsku / 100

Kedlubnové zelí se zakysanou smetanou / 101

Zelí z dýně / 101

## NA ZÁVĚR

Nakládání do zeláku / 104

Nakládání do sklenic / 106