

Obsah

ÚVOD	3	POLÉVKY	13
VAJEČNÉ A SÝROVÉ POKRMY	4	Rychlá jelitková polévka	13
Vejece na cibulce	4	Frankfurtská polévka	13
Míchaná vejce s cibulí a uzeninou	4	Polévka z mletého masa	13
Hemenex	4	Knedličková polévka z játrové zavářky	14
Vaječný salát	5	Uzená polévka s kroupami	14
Plněná vejce	5	Polévka z kuřecích drůbků	14
Vejece plněná křenem	5	Polévka z kuřecího omastku	15
Vejece s játrovou paštikou	5	Morková polévka	15
Vejece plněná šunkou	6	Kmínová polévka	15
Vejece se sardelovou pastou	6	Chlebová polévka	15
Vařená vejce s křenem	6	Marcelina chlebová polévka	16
Vaječná omeleta s houbami	6	Bramboračka	16
Vaječná omeleta s paprikou	7	Česnečka	16
Sýrová omeleta	7	Česnečka s brambory a zeleninou	17
Selská omeleta	7	Květáková polévka	17
Omeleta s hráškem a salámem	7	Pórková polévka I	17
TOPINKY, TOASTY, OBLOŽENÉ CHLEBY 8		Pórková polévka II	18
Smaženky I	8	Čočková polévka s párkem	18
Smaženky II	8	Fazolová polévka	18
Smaženky s primátorem	8	Fazolová polévka se zelím	19
Chlebové řízky	9	Kyselka a škvarkové brambory	19
Olomoucké topinky	9	Mlíčenka	19
Sýrové topinky s rajčaty	9	Couračka	20
Šumavské topinky	9	Kulajda	20
Topinky s lečem	10	Frankfurtská polévka ze sáčku	20
Topinky s ďábelskými toasty	10	Nastavené polévky ze sáčku	20
Topinky nebo toasty se žampiony	11	OMÁČKY	21
Topinky s falešným tatarákem	11	Rajská omáčka	21
Zapečené toasty v troubě nebo		Rajská omáčka dětská	21
v mikrovlnce	11	Koprová omáčka	21
Toasty v toastovači	11	Křenová omáčka	22
Obložené chleby	12	Okurková omáčka	22
Chléb s hermélínem nebo nivou	12	Omáčka z fazolových lusků	22
Chléb s tvarohem a pažitkou	12	Cibulová omáčka	22
Chléb s máslem a řeřichou	12	Hořčicová omáčka	23

Holandská omáčka	23	Kapustové karbanátky	35
Houbová omáčka	23	Zapečená kapusta	35
KDYŽ ROSTOU HOUBY	24	Dušené kedlubny	36
Pečené syrovinky	24	Celerové řízky	36
Houbová smaženice	24	Celerové placky	36
Houbová omeleta	24	Kolečka z cibule	36
Houbové řízky	25	Dušené fazolky	37
Smažené žampiony	25	Fazolky se slaninou	37
Smažená hlíva	25	Fazolky na smetaně s párkem	37
Houbový guláš	25	Vařená kukuřice	37
Houbový guláš s masem	26	Dušená čerstvá zelenina	38
Čevapčiči s houbami	26	Dušená zeleninová směs	38
Játro s houbami	26	Dušená mochovská zelenina	38
Zelenina s houbami	27	Zeleninové lečo	38
Houbové lečo	27	Zeleninové lečo s párkou	39
Houbové topinky	28	„Lečo“ z mražené zeleniny	39
Houbový nákyp	28	Cuketové kroužky v sýrovém těstíčku	39
Žemlovka s houbami	28	Cuketové kroužky v trojbalu	40
Knedlíky s houbami	29	Cuketové plátky ve vinném těstíčku	40
Hubník	29	Kreolské cukety podle Jany Štěpánkové	40
Černý kuba	29	Čína z cukety	41
JÍDLA Z ČERSTVÉ SEZONNÍ NEBO		Lečo s cuketou	41
MRAŽENÉ ZELENINY	30	Cuketový kotlík	41
Květák na mozeček	30	Cuketový nákyp	42
Lívanečky z květáku	30	Dušené tykve	42
Smažený květák	30	Rýžové nudle se zeleninou a masem	42
Zapečený květák se sýrovým bešamelem	31	LUŠTĚNINY, SÓJA	43
Květákový nákyp	31	Hrachová kaše	43
Brokolice s máslem	31	Šoulet	43
Brokolice s máslem a salámem	32	Čočka nakyselo	43
Brokolice se sýrovou omáčkou	32	Čočka po orientálsku	44
Brokolice na mozeček	32	Čočka s křenem	44
Dušená mrkev	32	Fazolová kaše	44
Karotka s hráškem	33	Fazole s kroupami	44
Karotka s masem z konzervy	33	Fazolový guláš s párkou	45
Špenát z mladých kopřiv	33	Sójové nudličky	45
Dušený špenát	34	„Segedín“ ze sójových kostek	45
Kapusta s párkem	34	Sójové maso s lečem	46
Vídeňská kapusta	34	Vrtulky se sójovým granulátem	
Kapusta s masem z konzervy	35	a zeleninou	46
		Závin se sójovým granulátem a zelím	47
		Šátečky z nudlového těsta	47

BRAMBOROVÉ POKRMY	48
Nové brambory s tvarohem a petrželkou	48
Česnekové brambory	48
Brambory s nivou	48
Cibulové brambory s anglickou slaninou	49
Plovací salát	49
Brambory s koprem	50
Plněné brambory	50
Lepenice	50
Kočičák	50
Bramborák	51
Bramborák s uzeninou	51
Bramborák s houbovou náplní	51
Kynutý bramborák	52
Bramborové placky se škvarky	52
Bramborové placky s tvarohem	52
Brambory zapečené s houbami	53
Brambory zapečené se šlehačkou	53
Pikantní zapečené brambory	53
Pivovarské brambory	54
Francouzské brambory	54
Brambory zapečené s masem	54
Zapečené brambory s masem a rajčaty	55
Zapečené špenátové brambory	55
Brambory se zelím	55
Zeleninové brambory v alobalu	56
Bramborový guláš se zeleninou	56
Bramborové halušky	56
Bramborové šlejšky	57
Šišky s mákem	57
Palačinky z brambor	57
RIZOTA A JINÉ RÝŽOVÉ POKRMY	58
Houbové rizoto	58
Drůbeží rizoto	58
Rizoto z lančmitu	58
Zeleninové rizoto	59
Rizoto s drůbežími játry	59
Rizoto s drůbežími játry a zeleninou	59
Rizoto z masa z konzervy	60
Rizoto se sójovým granulátem a zeleninou	60
Slaný rýžový nákyp	60
Rýžový nákyp s brokolicí	61
Pilaf	61
Rýžová kaše	61
Sladký rýžový nákyp I	62
Sladký rýžový nákyp II	62
TĚSTOVINY	63
Vrtulky s nivou	63
Vrtulky s nivou a anglickou slaninou	63
Těstoviny s houbami	64
Těstoviny s vejci	64
Sýrové těstoviny s anglickou slaninou	64
Těstoviny s uzeninou	65
Špagety s lečem	65
Špagety s mletým masem	65
Milánské špagety	66
Špagety se zeleninou	66
Šunkofleky	66
Fleky se sójovým granulátem	66
Grenadýr	67
Těstovinový nákyp s brokolicí	67
Těstovinový nákyp s květákem	67
Nudle s mákem	68
Nudle s tvarohem	68
Těstoviny s kakaem	68
Těstoviny s čokoládou	68
Těstoviny s jogurtem a jahodami	68
Nudlový nákyp s ovocem a tvarohem	69
Nudlový nákyp s jablky	69
KNEDLÍKY	70
Knedlíky s vejci	70
Knedlíky s vejci a slaninou	70
Knedlíky s houbami	70
Bramborové knedlíky se salámem – rychlé	70
Plněné bramborové knedlíky	71
Špekové bramborové knedlíky	71
Drbáky ze solamylu	71
Kynuté ovocné knedlíky	72
Borůvkové knedlíky	72
Ovocné knedlíky z tvarohu I	72
Ovocné knedlíky z tvarohu II	73
Odpalované těsto na ovocné knedlíky	73

SLADKÉ KAŠE, PALAČINKY	74
Pohádka mládí (kaše)	74
Vaječná omeleta s jablky	74
Lívanečky z podmáslí	74
Keřfrové lívance	75
Jablkové či ananasové lívanečky	75
Lívance s povidly	76
Borůvkové lívance	76
Palačinky	76
Bavorské vdolečky	77
Kosmatice	78
Sladké cuketové kroužky	78
Šátečky s tvarohem	78
Tvarohový nákyp	79
Chlebový nákyp s jablky	79
Žemlovka s jablky	79
Žemlovka s tvarohem	80
Dukátové buchtičky	80
SLANÉ ŽEMLOVKY, PIZZY, LANGOŠE A PALAČINKY	81
Slaná žemlovka	81
Pěčená nádivka	81
Plněné šátečky z listového těsta	81
Pizza paní Klímové	82
Jogurtová pizza	82
Cuketová pizza	83
Rychlá pizza	83
Rychlé houskové pizzy	83
Langoše	84
Langoše z jogurtu	84
Šlehačkové langoše	85
Slané palačinky	85
Slané palačinky s kosmaticí	85
KARBANÁTKY, PLACKY	86
Chlebové karbanátky	86
Vločkové karbanátky	86
Zeleninové placky	86
Sýrové krokety z bramborové kaše	87
Tvarohovo-bramborové placky	87
Škvarkové placky	87
Škvarkové placky kynuté	88
Chlebové placky	88
RYCHLÉ POKRMY Z UZENIN	89
Smažený salám	89
Ježci	89
Salám v těstíčku	90
Párkové špízy	90
Špíz v trojbalu I	90
Špíz v trojbalu II	90
„Čína“	91
Párky v bramborovém těstě	91
Párky v listovém těstě	91
Rohličky s párky	92
Zapečené párky s pivem	92
Párky s pivem a chlebem	92
Bramborový guláš s párky	93
Párkový guláš s paprikami a rajčaty	93
Chalupářský guláš	93
POKRMY Z MLETÉHO MASA	94
Sekaná	94
Sekaná s vejci	94
Sekaná s houbami	94
Sekaná se sójou	95
Čevapčiči	95
Plněné papriky	95
Plněné papriky s rajčaty	96
Plněné zelné listy	96
Krutony	97
Plněná bramborová roláda	97
Mletý sýrový řízek	97
POKRMY Z VEPŘOVÉHO BŮČKU	98
Minutkový bůček	98
Bůček na grilu	98
Smažený bůček	98
Bůčkové roládičky	99
Bůčková roláda	99
Nadívaný bůček	99
Bůček na kyselém zelí	100
Džuveč	100

Segedín	100	Makrely v leču	112
Bůček na jehle	101	Minutkové filé	112
Pikantní bůček zastudena	101	Bleskové rybí filé se zeleninou	112
VNITŘNOSTI	102	Filé nebo treska v těstíčku	113
Vepřový mozeček na cibulce	102	Aljašská treska se zeleninou a šlehačkou	113
Smažená játra	102	Aljašská treska s rajčaty	113
Játra přírodní	102	NÁPADY Z POLOTOVARŮ	114
Játra s jablky	102	Mozeček z játrové paštiky	114
Játra na cibulce s vejci	103	Jelita a jitrnice	114
Játrová omáčka	103	Omečený lančmit	114
Ledvinky na cibulce	103	Hamburger z lančmitu	114
Ledvinky s anglickou slaninou	104	Džuveč z masa z konzervy	115
Ledvinky se salámem	104	Hovězí guláš s houbami	115
Ledvinky s rajčaty a paprikou	104	„Segedín“ z masa z konzervy	115
Srdce na slanině	105	Smažený lančmit	116
Srdce na smetaně	105	Guláš z lančmitu a fazolek	116
Guláš ze srdce	105	Blesková sekaná svičková	117
Plíčky podle maminky	106	Špagety se salsou	117
Plíčky na smetaně	106	Těstoviny s masem	117
DRŮBEŽ	107	Brambory zapečené s konzervou	117
Slepice na slanině	107	Nastavená sekaná	118
Slepice na paprice	107	Škubánky	118
Slepičí „čina“	108	Dukátové buchtíčky	118
Slepičí „guláš“	108	Halušky	118
Grilovaná kuřecí křídélka	108	KDYŽ NÁM ZBYDE	119
Smažená kuřecí křídélka	109	Gulášová polévka ze zbytků vařeného	
Kuřecí křídélka se zeleninovými brambory	109	masa	119
Guláš z drůbežích žaludků	109	Pomazánka ze zbylého vařeného masa	119
Drůbeží játra v těstíčku	110	Karbanátky ze zbylého vařeného masa	119
Drůbeží játra se zeleninou	110	Bigos	120
Omelety s drůbežími játry	110	Omeleta ze zbylých knedlíků	120
RYBY	111	Placky ze zbylých knedlíků	120
Ryba v cibuli	111	Placky ze zbylých brambor	120
Makrela se žampiony	111	Placky z bramborové kaše a zelí	121
Zapečené makrely	111	Krokety ze zbylé bramborové kaše	121
		Bramborové knedlíky s jablečným pyré	121