

ÚVODEM	5
TROCHU HISTORIE ANEB PROMĚNY ČÍNSKÉ KUCHYNĚ	7
Strava starých Číňanů	7
ROZDĚLENÍ ČÍNSKÉ KUCHYNĚ	9
Kantonská kuchyně (Kantonská škola)	9
Severovýchodní kuchyně (Pekingsko-šantunská škola)	10
Západní kuchyně (sečuanská škola)	10
Centrální kuchyně (hunanská škola)	10
Kuchyně východního pobřeží (Fukienská škola)	10
Mandarinská kuchyně a Šanghajská kuchyně	11
TROCHU NEZBYTNÉ TEORIE, NIKOLIV NEZAJÍMAVÉ	11
MÍRY A VÁHY	11
KUCHARSKÉ NÁČINÍ	12
MANIPULACE S OHNĚM	14
VYKOSTŮVÁNÍ	15
KRÁJENÍ SUROVIN	16
Základní krájení	16

Ozdobné krájení _____	18
ZPŮSOBY VAŘENÍ _____	18
1. Tien _____	18
2. Čchao _____	19
3. Pcheng _____	19
4. Ča _____	19
5. Liu _____	19
5. Pao _____	19
7. Čchuan _____	20
8. Chuei _____	20
9. Ču _____	20
10. Šao _____	20
11. Kchao _____	21
12. Sún _____	21
13. Men _____	21
14. Lu _____	22
15. Čeng _____	22
16. Run _____	22
17. Túe _____	22
18. Pa _____	22
19. Wei _____	22
20. Čchiang _____	23
21. Pan _____	23
22. Nao _____	23
23. Jen _____	23
24. La _____	23
25. Šua _____	23
26. Ťiang _____	23
27. Tung _____	24
28. Čchca-šao _____	24

29. Kuo-tchie	24
30. Kuo-šao	24
31. Sian-su	24
32. Čchan-ju	24
SUROVINY (ČÍNSKÉ KUCHYNĚ)	
KOUZLA ZBAVENÉ	24
Anýz hvězdicový	25
Bambusové výhonky	25
Bobový tvaroh	25
Boby černé	25
Borovicová semínka	25
Budhova ruka	25
Celofánové nudle	25
Chilli papričky	26
Čekankové puky	26
Černá vejce	26
Černé houby	26
Červený olej	26
Česnek	27
Česnekový olej	27
Čínská hořčice	27
Čínské houby	27
Čínský ocet	27
Kari koření	28
Krabi	28
Krevety	28
Krevety sušené	29
Krevetky miniaturní (baby shrimp)	29
Lilek jedlý (Oberžin)	29
Lotosová semínka	29

Mandle	29
Mořská ouška	29
Mořská okurka	30
Mozeček	30
Mušle	30
Nakládáný zázvor	30
Patero koření	30
Pekingské zelí	31
Řapíkatý celer	31
Sezamová semínka	31
Sója	31
Sójová omáčka	32
Mien Tsiang	32
T'sing tsiang	32
Sójové mléko	33
Sójový tvaroh (bobový)	33
Stříbrné rybky	33
Škrob	34
Tuky	34
Vlaštovčí hnízda	34
Výhonky ze sójových bobů	34
Vodní kaštiny	35
Vývar	35
Wei-su	35
Zázvor	36
Zázvorové víno	36
Zázvorový olej	36
Zázvorový olej s česnekem	36
Žluté víno	36
Žraločí ploutve	37

NÁPOJE	37
Čínský čaj	37
STOLOVÁNÍ	38
Jídelní hůlky	39
NĚKOLIK PRAKTICKÝCH PŘIPOMÍNEK (ANEB KAŽDÝ ZAČÁTEK JE TĚŽKÝ)	39
DVĚ STĚ PŘEDPISŮ (DVĚ STĚ TAJEMSTVÍ)	41
PŘEDKRMY	43
Černá vejce se závorem	44
Anýzová vejce	44
Čajová vejce	44
Uzená vejce	45
Kuře marinované	45
Slepice s pikantní omáčkou	46
Slepice v červeném oleji	46
Slepice se sezamovými semínky	47
Pikantní kachní prsa	47
Svíčkové řezy po pekingsku	47
Uzený mozeček	48
Vepřový jazyk po pekingsku	48
Vepřové ledvinky marinované	49
Uzené ledvinky	49
Krabi nebo krevety v čínské úpravě	50
Medúza s krevetovou omáčkou	50
Uzený kapr	50
Úhoř marinovaný	51

NAKLÁDANÁ MARINOVANÁ	
ZELENINA	51
Základní marináda na zeleninu	51
Marinovaná okurka	52
Nakládaná okurka	52
Marinované žampiony	53
Nakládané ředkvičky	53
Nakládané zelí	53
Nakládané čekankové puky	54
SALÁTY	54
Čínský okurkový salát	54
Čínský zeleninový salát	54
Zelný salát	55
DRŮBEŽ	57
Kuře La' c	57
Kuře s chřestem	57
Kuřecí prsíčka s výhonky ze sójových bobů	58
Kuře s kari kořením	58
Kuře s hráškem	59
Kuřecí prsíčka Šeng-čchao	59
Kuře se zelenou paprikou	60
Osmahnuté kuře	60
Kuře uzené	61
Drůbeží vnitřnosti na sádle	61
Kuře Kung-pao	62
Kuře se sladkokyselou omáčkou	63
Kuřecí prsíčka s mandlemi	63
Kuře se žampiony	64

Kuře s černými boby	64
Řezy z kuřete se žampiony	64
Kuře s vodními kaštany	65
Kuře s pórkem	65
Chop suey z kuřete	66
Kuře pečené v soli	66
Kuře dvojí křehkosti	66
Kuře s kapustičkami a čínskými houbami	67
Kuřecí prsíčka v těstíčku	67
Sladkokyselé kuře	68
Osm kousků kuřete	68
Kachna s ananasem	69
Zázvorová kachna	69
Kachna se žampiony	69
Kachna s mandlemi	70
Kachna dušená v páře	72
Kachna s vlašskými ořechy	72
Kachna s medem	72
Uzená kachna	73
Husa v páře	74
Kantonská kachna	74
Zadělávaný bažant	75
Křepelky v trávě	75
Koroptve se žampiony	76
POKRMY Z MASA	77
VEPŘOVÉ MASO	77
Vepřové maso na zázvoru	77
Vepřové maso s okurkou	78
Vepřové maso s okurkou a koprem	78

Vepřové maso s arašídy	79
Vepřové maso po sečuánsku	79
Pohádkové maso	80
Vepřové maso s kari kořením	80
Smažené vepřové maso Li-t'i	80
Vepřové maso La'c	81
Šuei-ču-žou	81
Vepřové maso s vejci	82
Vepřové nožičky na sádle	82
Vepřové maso se zelím	83
Vepřové maso Kung-pao	83
Vepřové maso s květákem	83
Vepřové maso dušené	84
Vepřový bůček s kapustičkami	84
Vepřové maso s mandlemi	84
Sladkokyselé vepřové maso s ananasem	85
Chop suey z vepřového masa	85
Vepřové se sladkokyselou omáčkou	86
Maso dvou barev	87
Vepřové maso se žampiony	88
Vepřové maso s budhovou rukou	88
Vepřový bůček se zelím	88
Vepřové maso s výhonky ze sójových bobů	89
Vepřová kýta s vlašskými ořechy	89
Vepřové maso na roštu	90
Nudličky z vepřového masa s pórkem	90
Vepřová pečeně restovaná se sójovým tvarohem	90
HOVĚZÍ MASO	91

Smažené hovězí s cibulí	92
Pekingské maso	92
Hovězí maso se zázvorem	92
Hovězí maso anýzové	93
Smažené hovězí maso s celerem a se zelím	93
Svíčková s čekankovými puky	93
Hovězí maso se stříbrnými rybkami	95
Kantonské maso	95
Šuang si (Štěstí)	95
Hovězí maso s kari kořením	96
Svíčková na česneku	97
Svíčková po S' čchuansku	97
Svíčková se sladkokyselou omáčkou	98
Svíčková s řapíkatým celerem	98
Svíčková s výhonky ze sójových bobů	99
OSTATNÍ DRUHY MASA	100
Telecí maso se žampiony	100
Jehněčí maso se zeleninou	100
Lví hlava	101
Játra se slaninou	101
Kuličky z vepřového masa	102
Játra čchao	104
Játra s mandlemi	104
Játra na česneku	104
Restovaná hovězí játra	105
Játra se žampiony a pórkem	105
Ledvinky s mandlemi	105
Ledvinky čchao	106
Vepřové ledvinky s krevetami	106

Smažené maso pěti vůní	107
RYBY A MOŘSKÉ PRODUKTY	108
Kapr Chung-šao	108
Plátky kapra Liu	109
Kapr na kari koření	109
Kapr se sladkokyselou omáčkou	110
Úhoř po čínsku	110
Úhoř uzený	111
Krabi s bambusovými výhonky	111
Smažení krabi	112
Krabi na kari koření	112
Dušené krevety	112
Omáčka z krabů	113
Falešná krabí omáčka	113
Pstruh se sladkokyselou omáčkou	115
Žraločí ploutve na sádle	116
Žraločí ploutve s krevetami	116
Mořská okurka (Chai šeng)	117
Mořská ouška dušená se šunkou	117
Dušené mušle Kauri	118
Sladkokyselé krevety	118
Krevety s rajčatovou omáčkou	118
Žáby	119
Žáby zadělávané	119
Parma uzená	120
POKRMY Z TĚSTOVIN, RÝŽE A ZELENINY	121
Čínské těstoviny - nudle	121
Nudle v polévce	122
Vaječné nudle	122
Předvařené nudle	122

Nudle v omáčce	123
Naměkko restované (smažené) nudle	123
Křehce smažené (pražené) nudle	123
Lo Mein	124
Hnízdo z nudlí	124
Kantonské nudle	124
Nudle s kuřetem	126
Pražené nudle se zázvorovým masem	126
Pražené nudle s rajčaty	127
Nudle s krevetami	127
Nudle s vepřovým masem	128
Zadělávané nudle	128
Kantonské (vaječné závitky)	129
Masová náplň	130
Krevetová náplň	130
Těstíčko na závitky	130
Jao-Tze (Řau-c)	131
Wontony	131
Těstíčko na wontony	132
Náplň	132
Základní náplň	132
Wontony vařené	133
Wontony smažené	134
RÝŽE	134
Vařená rýže (1)	135
Vařená rýže (2)	135
Restovaná (pražená rýže) s vepřovým masem	135
Rýže se šunkou na smažených vejcích	136
Restovaná rýže s kuřetem	136

Kantonská rýže	136
Restovaná rýže s krevetami	136
Restovaná rýže	137
ZELENINOVÉ PORKMY	138
Příprava zeleniny	138
Krájení zeleniny	140
Dušené bambusové výhonky	140
Řapíkatý celer dušený na sádle	140
Restovaný špenát	141
Dušená růžičková kapusta	141
Plněný lilek	141
Dušený lilek	142
Fazolové lusky	142
Špenát se šunkou	143
Dušené sójové výhonky	143
Dušený chřest	143
Plněné paprikové lusky	144
VAJEČNÁ JÍDLA	
Vejsce foo yung	146
Mušle Kauri s vejci	146
Omeleta s mandlemi	146
Omeleta se šunkou, kuřetem a bambusovými výhonky	147
Stříbrné hříby s vejci	147
Míchaná vejce s krevetami	147
Vařená vejce	148
Pikantní vejce	148
Černá vejce se sladkokyselou omáčkou	149
Vejce vařená v páře	149

Vejce vařená v páře s vepřovým masem	150
POLÉVKY	151
Polévky z vlaštovčích hnízd	151
Zeleninová polévka s vepřovým masem	152
Mozečková polévka	152
Hovězí vývar s kari kořením	152
Polévka s houbami a vejci	153
Rybí polévka	153
Polévka s vepřovým masem a mořskou okurkou	153
Polévka z krabů s rajčaty	154
Ostrá zelná polévka s hovězím masem	154
Rajčatová polévka s vejci	154
Chuo-kuo	155
Slepičí polévka s nudlemi	158
Pórková polévka	159
Polévka ze žraločích ploutví	159
Sladká polévka z vlaštovčích hnízd	159
Polévka z kachny	160
Špenátová polévka	160
MOUČNÍKY	161
Ananas v karamelu	161
Banánové zákusky	162
Pa pao fan	162
STOLNÍ KOŘENÍ A OMÁČKY	163
Omáčka pro vařené krevety	163
Omáčka pro Wontony	163

Zázvorová omáčka	163
Hořčicová omáčka	163
Švestková omáčka I.	164
Švestková omáčka II.	164
Egg Foo Yung omáčka	164