

OBSAH

ZVÍŘÁTKA

JEN TAK NĚCO MALÉHO, TO VŠECHNO ZA STUDENA

Studená rajčata plněná studenou náplní	21
Žampionové mističky plné dobrůtek	22
Plněné papriky bez masa	23
Květák zapékající se v sýrovo-pórkové omáče	25
Houbový zaháněč chutí	26

ZVÍŘÁTKOVÉ POLÉVKY

Hovězí polévka s šunkovými nudlemi a vaječnými kostkami ..	29
Tančící maso a zelenina v hovězí polévce	30
Posilovací slepičí polévka	31
Polévka z drobků	32
Gulášová polévka »Jako normálně«	34
Frankfurtské i jiné párky v polévce	35
Zvířátkový boršč (pozor, existuje recept i na kytičkový)	36
Dietní zelňačka s dietním salámem nebo dietním párkem	37
»Zvířátková« česnekajda	38
Smetanovo-houbová polévka mnou zvaná houbovajda	39
Fazolajda, ale ne z fazolí	40
Smetanovo i nesmetanovo rajčatová polévka neboli Rajda	42
Mrkvová polévka, která se nezdá	43
Květáková polévka nejen květáková	44
Mléčná polévka s koprem – já nejraději s čerstvým	45
Kapustová polévka s dietními nožkami	46
Zeleninová polévka se zeštíhlovacím sýrem	47
Muškatovo-kedlubnová polévka masová či nemasová	48
Špenátová polévka zatím a pořád ještě z mraženého špenátu	49
Rybí polévka zahuštěná chytře zeleninou	50

ZVÍŘÁTKA MASO

Medovo-vepřové řízky-neřízky	53
Vepřové kotlety a ještě k tomu plněné salámem a sýrem	54
Telecí řízky s polevou sýrovo-rajčatovo-sójovo-šlehačkovou ..	55

Pikantní slantinovo-zeleninovo-masové ražničí	56
Dušená hovězí pečínka se sýrem a slaninou	58
Zelný list plněný dobroučkým masem na kyselém zeli	60
List, tentokrát kapustový, plněný opět dobroučkým masem ..	62
K prasknutí nacpaný smažený řízek	63
Roštěná se zeleninou a k tomu jiná zelenina	65
Čtyři prsíčka zahalená v osmi plátcích	66
Nudle v těstě aneb smažené hranolky bez brambor	67
Masovo-zeleninový špíz na česnekové jehle	68
Srňčí plátky se senzační přílohou	70
Ptáček odkudkoliv nebo raději masový balíček	71
Úplně přeplněné klobásové lodě a ještě k tomu zapečené	73
Sekaná pečeně jakoby někde na zámku	75
Hovězí guláš zahuštěný zvířátkovou moukou	76
Roštěnky s všelijakou paprikou	78
Krúti zarolované roládky samostatně nebo v partě	79
Kuřátkové nudličky koupající se v nivové smetaně	81
S. P. L. K. verze »Segedínu«	82
Kuličky z filé	84
Rybí základní guláš na sto dalších gulášů	85
Rybí filé na pánvi a na česneku	86
Opravdu smažený vánoční kapr	87
Rybí filé smažené v těstíčku	88
Kuřecí prsa s výhonkem bambusu a s houbami	89
Rybí pizza	91
Kuřecí řízky schované pod broskvemi	92

ZVÍŘÁTKOVÉ OMÁČKY

Koprovka	96
Rajská omáčka	97
Cibulajda, tentokrát jako omajda	98
Svíčková omáčka bez svíčky	100
Fazolky na dobro a na kyselo	103
Houbová omáčka	104

TEPLÁ ZELENINOVÁ JÍDLA

Fazolková příroda v sýrové omáčce	108
Houbové ražničí rozhodně ne na houby	109
Smažený sýr úplně klidánko	111

Smažené bedly jedlé nebo i jiné houby, taky jedlé	113
Smažená mrkev schovaná v mrkvi	114
Zelí k vepřu	116
Celer v oříšcích	117
Dvoubarevné zelí kedlubnové	118
Zapečená brokolice	119
Květák zapékaný s kečupem, vejcem a sýrem	120
Zeleninová směs se sýrem	122
Bláznící zeleninová směs	123

ZVÍRÁTKOVÉ SALÁTY

Salát zelný s grapefruitem a ořechy	129
Salát z šišatého čínského zelí	131
Šestizeleninový salát na nudličky, osminky a kostičky	132
Prsíčkový salát	134
Ředkvičkový salát se čtyřmi vejci	136
Šunkový salát se sýrem nebo sýrový salát se šunkou a ještě s jogurtovou chuťovou tečkou	137
Salát s tuňákem tak či tak	138
Jogurtovo-žampionový salát	140
Brokolicovo-tuňákovo-balkánský salát s olivami	141
Zeleninový salát strašně dobrý	142
Bramborový salát	143

CHUŤOVKOVÉ SLADKŮSTKY

Kokosová roláda, co se chystá týden	148
Půlmetrový pohár	150
Skořicový jogurt a ještě k tomu s ovocem	151
Ořechový tvaroh s vanilkou	152
Kakaový jogurt	153

ZVÍRÁTKOVÉ POMAZÁNKY

Všelijaká sardinková pomazánka	156
Hermelínovo-ementálová pomazánka	157
Proužkovaná ředkvičková pomazánka	158
Tvarohová pomazánka s pažitkou a cibulí nebo bez cibule ..	159
Vajíčková pomazánka i pro vegetariány	160
Banánová pomazánka	177
Česneková pomazánka se dvěma sýry a na paprice	178

KYTIČKY**KYTIČKOVÉ POLÉVKY**

Netloustnoucí bramborová polévka	185
Pořád ještě bramborajda, ale zase ta druhá	187
Polévka z cibule také zvaná cibulajda	188
Polévka z česneku zvaná česnekajda	189
Česneková polévka s ovesnými vločkami	190
Polévka z droždí, která prý moc nevoní	191
Polévka zvaná čočkajda	192
Fazolajda trochu jinak – tím »jinak« je přidána zelenina	193
Hrachová polévka s plody lesa	194
Houbová polévka mnou zvaná houbajda	195
Kytičkový boršč	195
Kytičková polévka s růžičkami	198
Stále ještě kytičková polévka, ale bez růžiček	200
Gulášovka	201
Kytičková zelňačka, co má ríz	202
Zelenino-masovo-nudlovo polévkové šílenství aneb hovězí polévka s nehovězím masem	204
Kouzelná kmínová polévka s mizejícími knedlíčky	205
Špenátová polévka nejen s osmaženou houskou	207
Rajská polévka s rajčaty a v ní plavou těstoviny	208

KYTIČKOVÉ OMÁČKY

Koprovka	210
Rajská	212
Omáčka z fazolek	213
Pórková omáčka	214
Svíčková omáčka	215
Tatarská omáčka	216
Žampionová omáčka a nebo houbovka	217

BRAMBORY

Bramborové těsto na ještě bramborovější knedlíky	221
Bramborové knedlíky plněné uzeným neuzeným	222
Roláda s Robi masem	225
Bramborák »po kytičkovu«	226
Bramborák s Robi masem a kyselým zelím	228

OBSAH

Zase bramborák, ale žampionový	230
Americké brambory z ČR	231
Americké brambory č. 2	232
Česnekové brambory	233
Brambory s kyselým zelím	234
Bramborový buřtguláš jak má být	236
Zapékané francouzské brambory vymyšlené v Praze	237
Bramborová kaše klasická	239
Pažitkovo-bramborová kaše	241
Špenátovo-bramborová kaše	242
Hráškovo-bramborová kaše	242
Kari-bramborová kaše	242
Žampionovo-bramborová kaše	242
Hrachovo-bramborová kaše	243
Celerovo-bramborová kaše	243
Květákovo-bramborová kaše	243
Okurkovo-bramborová kaše	244
Rajčatovo-bramborová kaše	244

LUŠTĚNINY

Fazolovo-hrachovo-čočkovo a kdo ví jaká zeleninová kaše ..	247
Bramborovo-kroupové řízečky neboli usmaženinky	248
Hrachová kaše se žampionky	250
Luštěninová ulitlá show neboli šoulet	251

TĚSTOVINY

Žampionové těstoviny	253
Boloňské špagety	254
Těstoviny obalené špenátem	255
Těstoviny a pórek v hlavní roli	256
Zeleninové těstoviny s pažitkovou omáčkou	257

SÓJOVÉ MASO

Karbanátek jako když je z masa, ale není	259
Sójové maso na hříbkách	260
Znojenská pečeně pečená nejenom ve Znojmě	261
Sójové kostky s houbami, ale těmi z čínského lesa	263
Zapečené těstoviny se sójovým masem	264
Tofu s bambusem a černými houbami	266

Kuřátko na paprice bez kuřátka	267
Sójové nudličky s ananasem a smetanou	268
Sójové kostky jako vepřová pečeně	270
Špagety od Milana z Milána	272
Plněné paprikové lusky	274

TEPLÁ ZELENINOVÁ JÍDLA

Guláš, ale houbový	279
Zeleninové rizoto California, vymyšlené v Ostravě	281
Houbový Kubíček	282
Karbanátky bez masa, ale zato s kapustou	283
Ořechové rizoto	286
Kapusta, hříbky, rýže – to všechno dohromady a udušeno ..	287
Mrkev a hrášek	288
Jenom mrkev, jenom dušená, ale zato s tymiánem	289
Barevná papriková veselost na paprice	290
Vycpaná rajčata – houbami	291
Špenát – »zvířátkový« nebo »kytičkový«	293
Dušené pruhované kedlubnové zeli	294
Květák (vařený) politý omáčkou (kari)	295
Listové těsto příjemně napané špenátem	296
Tašky plné hub	298
Zeli – třeba červené	300
Zeli nejen ze zeli	301

KYTIČKOVÉ SALÁTY

Bramborový salát	306
Vrtulkový salát	308
Salát »Vítězství sezamových semínek«	309

VELKÁ SLADKÁ JÍDLA

Jablečné palačinky s ovocem	313
Palačinky a med a ořechy a čokoláda a šlehačka a... ..	314
Kynuté knedlíky, po kterých se nekyne	315
Rýžový nákyp s ovocem	317
Medové obří hrušky	318
Jablka v pyžamu	320
Řízky s kaší	322
Dukátové buchtičky s krémem	324

OBSAH

Jablkové nádoby	326
Nudle s mákem	328
Jablkový závin i s pudinkem	329

VÁNOČNÍ CUKROVÍ

Vanilkové rohlíčky	333
Ořechové tlapičky pro mlsné jazýčky	335
Linecká kolečka, kterým se říká prašivky	336
Linecké slepovánky rozjasněné	339
Nedočkávané mandlové perníčky s rozinkami	341
Vetchého švestka	343
Kokosové kručánky	344
Kokosové barevné kuličky	346
Ořechy s ořechy	347
Pařížské cukroví – že by z Paříže?	348

DAVIDOVY SÓJOVÉ POMAZÁNKY

Základní základ na tvarohovou pomazánku jakoukoliv	352
Pomazánka z Česnekova	352
Pomazánka z Budapešti	353
Ovocná pomazánka z čehokoliv	354
Tomatová pomazánka, ale ne z kečupu	356
Čerstvo nebo vařeno celerová pomazánka	357
Sladký tvaroh na knedlíky a nebo jen tak	358

ABECEDNÍ SEZNAM POKRMŮ	361
-------------------------------------	------------