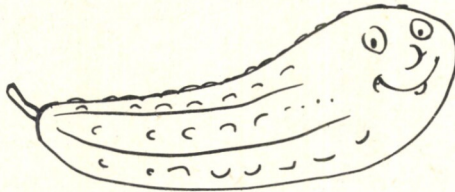


Obsah



ÚVOD	7
OBECNÉ PŘEDPISY	19
Polévkové a omáčkové základy, studené omáčky	20
Polévkové a omáčkové základy	20
Studené omáčky s majonézovým základem	21
Studené omáčky ostatní	23
Náplně do nadívané zeleniny	24
Vaječné náplně	24
Masité náplně	24
Pěny k plnění čerstvé zeleniny	25
Salátové zálivky	25
Salátové zálivky tekuté	25
Salátové zálivky husté	26
Aspik	27
Pomazánkové základy, ochucená másla	
Pomazánkové základy	28
Ochucená másla	28
Těsta	29

LISTOVÁ ZELENINA	31
Špenát	33
Špenátové polévky	33
Vařený špenát	34
Dušený špenát	35
Zapečený špenát	35
Špenátové nákypy	36
Smažený špenát	36
Plněný špenát	37
Špenátové speciality	37
Špenátové přílohy	38
Špenátové vložky do polévek	39
Špenátové saláty	40
Špenátové pomazánky	41
Moučná jídla se špenátem	41
Mangold	44
Šťovík	44
Hlávkový salát	45
Polévky z hlávkového salátu	45
Dušený hlávkový salát	45
Pečený hlávkový salát	45
Zapečený hlávkový salát	45
Plněný hlávkový salát	46
Speciality z hlávkového salátu	46
Saláty z hlávkového salátu	46
Čekanka	47
Endivie (šťerbák)	47
Řeřicha zahradní (potoční)	47
Řeřichové pomazánky	47





KOŠTÁLOVÁ ZELENINA	49
Zelí	51
Zelné polévky	51
Vařené zelí	52
Dušené zelí	53
Pečené zelí	54
Zapékané zelí	54
Zelné nákypy	55
Smažené zelí	55
Plněné zelí	55
Zelné speciality	56
Zelné saláty	58
Zelné aspiky	59
Moučná jídla se zelím	60
Pekingské zelí	62
Kapusta	62
Růžičková kapusta	62
Kadeřávek	62
Zapečená kapusta	62
Smažená kapusta	62
Moučná jídla s kapustou	64
Květák	64
Květákové polévky	64
Vařený květák	65
Dušený květák	66
Dušený květák à la Čína	66
Pečený květák	66
Květákové nákypy	67
Smažený květák	68
Plněný květák	69

Květákové speciality	70
Květákové saláty	72
Květákové aspiky	73
Moučná jídla s květákem	73
Brokolice	74
Brukev	75
Brukvové polévky	75
Vařená brukev	76
Dušená brukev	76
Pečená a zapečená brukev	76
Smažená brukev	77
Plněná brukev	77
Brukvové speciality	78

KOŘENOVÁ ZELENINA	81
Celer	83
Celerové polévky	83
Celerové omáčky	83
Vařený celer	84
Dušený celer	84
Pečený celer	85
Celerové nákypy	86
Smažený celer	86
Nadívaný celer	87
Celerové speciality	88
Celerové saláty	90
Celerové aspiky	91
Celerové pomazánky	92
Moučná jídla s celerem	92
Řapíkatý celer	94
Tuřín (turek)	94
Mrkev, karotka	94
Mrkvové polévky	94
Mrkvové kaše	95

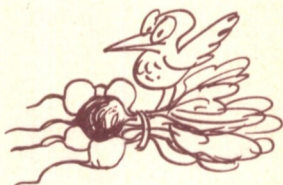




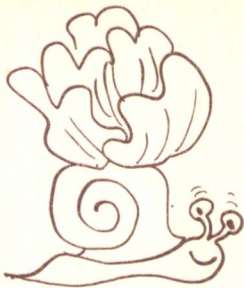
Dušená mrkev	95
Mrkvové nákypy	96
Smažená mrkev	96
Nadívaná mrkev	97
Mrkvové speciality	97
Mrkvové saláty	100
Mrkvové aspiky	100
Mrkvové pomazánky	100
Moučná jídla s mrkví	100
Mrkvové nápoje	102
Černý kořen	102
Vodnice	103
Petržel (kořen)	103
Pastinák	103
Petrželové (pastinákové) polévky	103
Petrželové (pastinákové) omáčky	104
Ředkvičky	104
Ředkvičkové polévky	104
Ředkvičkové omáčky	105
Dušené ředkvičky	106
Pečené ředkvičky	106
Plněné ředkvičky	107
Ředkvičky s vejcem	108
Ředkvičkové speciality	108
Ředkvičkové saláty	109
Moučná jídla s ředkvičkami	110
Ředkev	110
Červená řepa	111
Polévky z červené řepy	112
Vařená červená řepa	112
Dušená červená řepa	112
Pečená červená řepa	112
Plněná červená řepa (na studeno)	113

Speciality z červené řepy	113
Saláty z červené řepy	113
Křen	114
Křenové omáčky teplé	114
Křenové omáčky studené	115
Křenové saláty	115
Křenové pomazánky	116

CIBULOVÁ ZELENINA	119
Pórek	121
Pórkové polévky	121
Pórkové omáčky	121
Vařený pórek	122
Dušený pórek	122
Pečený pórek	123
Pórkové nákypy	124
Smažený pórek	124
Plněný pórek	125
Pórkové speciality	126
Pórkové saláty	129
Pórkové aspiky	130
Pórkové pomazánky	130
Moučná jídla s pórkem	131



Cibule	132
Cibulové polévky	133
Cibulové omáčky	133
Dušená cibule	133
Pečená cibule	134
Cibulové nákypy	134
Plněná cibule	134
Cibulové speciality	135
Moučná jídla s cibulí	135



Česnek	136
Česnekové polévky	136
Česnekové omáčky	137
Vařený česnek	137
Česnekové speciality	137
Česnekové pomazánky	139

PLODOVÁ ZELENINA 141

Rajčata	143
Rajčatové polévky	143
Rajčatové omáčky	144
Vařená rajčata	145
Dušená rajčata	145
Pečená rajčata	146
Smažená rajčata	147
Plněná rajčata	148
Rajčatové speciality	149
Rajčatové saláty	155
Rajčatové aspiky	156
Rajčatové pomazánky	156
Moučná jídla s rajčaty	157
Rajčatové nápoje	159
Ostatní přípravy z rajčat	160

Papriky	160
Grilované papriky	161

Okurky	161
Okurkové polévky	161
Okurkové omáčky	162
Vařená okurka	163
Dušené okurky	163
Pečené okurky	164
Zapečené okurky	164
Okurkové nákypy	165
Smažené okurky	165
Plněné okurky	166

Okurkové speciality	167
Okurkové saláty	170
Okurkové aspiky	170
Okurkové pomazánky	171
Moučná jídla s okurkami	172
Tykev (dýně)	173
Kabačok, patison	173
Dušená tykev (kabačok, patison)	173
Vařená tykev (kabačok, patison)	173
Baklažány	174
Baklažánové speciality	174

LUSKOVÁ ZELENINA 177

Zelené fazolky	177
Fazolkové polévky	177
Fazolkové omáčky	178
Vařené fazolky	178
Dušené fazolky	179
Pečené fazolky	179
Zapečené fazolky	180
Fazolkové nákypy	180
Smažené fazolky	181
Fazolkové speciality	181
Fazolkové saláty	184
Moučná jídla s fazolkami	184
Zelený hrášek	186
Hráškové polévky	186
Dušený hrášek	186
Hráškové speciality	187
Hráškové saláty	188

OSTATNÍ ZELENINA 189

Chřest	191
Chřestové polévky	191
Chřestové omáčky	191
Vařený chřest	192
Dušený chřest	193
Pečený chřest	193
Chřestové nákypy	194
Smažený chřest	194
Chřestové speciality	195
Chřestové saláty	197
Chřestové aspiky	198
Moučná jídla s chřestem	199
Reveň	200
Dušená reveň	200
Reveňové nákypy	200
Moučná jídla s revení	201