

OBSAH

Úvod 8



Saláty a studená kuchyně 10

- / Saláty mají zelenou (Škola vaření) 12
- / Zeleninové saláty 13
- / Saláty z rýže, těstovin, brambor, sýrů 16
- / Saláty z masa, ryb a plodů moře . . . 20
- / Ochucená másla a pěny 22
- / Pomazánky, chlebičky, plněná vejce, zelenina 24
- / Paštiky, maso, šunka, ryby a plody moře 31



Polévky a omáčky 36

- / Vývar – základ mnoha polévek (Škola vaření) 38
- / Masové polévky 40
- / Polévky z ryb a plodů moře 48
- / Tajemství jemné krémové polévky (Škola vaření) 52
- / Krémové polévky 53
- / Zeleninové polévky 56
- / Houbové, luštěninové a bramborové polévky 60
- / Mléčné a sýrové polévky 64
- / Studené slané polévky 66
- / Sladké polévky 68
- / Různé polévky 69
- / Základní omáčky a jejich příbuzenstvo (Škola vaření) 72
- / Teplé omáčky 76
- / Studené omáčky 80



Maso 82

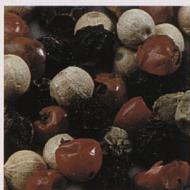
- / Vařené maso 84
- / Dušené maso 88
- / Dokonalý rostbif (Škola vaření) 104
- / Pečené maso 105
- / Mleté maso 111
- / Klasická minutka – biftek (Škola vaření) 118
- / Minutky 120
- / Klasický smažený řízek (Škola vaření) 130
- / Smažené maso 132
- / Základy grilování (Škola vaření) 134
- / Grilované maso 135
- / Jehněčí a skopové maso 138



Drůbež a domácí králík 150

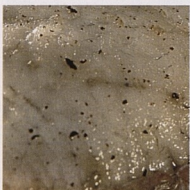
- / Dušená drůbež 152
- / Pečená drůbež 158
- / Jak vykostíme a naplníme kuře (Škola vaření) 161
- / Sváteční krůta či krocan (Škola vaření) 166
- / Zapečená drůbež 168
- / Grilovaná drůbež 169
- / Minutky z drůbeže 170
- / Smažená drůbež 174
- / Holoubata, perličky a pštrosi 176
- / Domácí králík 179





Zvěřina 186

- / Zvěřina v různých zemích Evropy
(Škola vaření) 188
- / Srnec, daněk a jelen 190
- / Muflon, kamzík, los a sob 194
- / Divoké prase a medvěd 196
- / Zajíc polní a králík divoký 198
- / Bažant, koroptev, křepelka,
sluka 202
- / Divoká kachna a husa 206



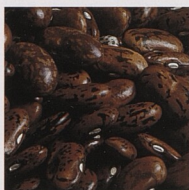
Ryby a plody moře 208

- / Příprava ryb před kuchyňskou
úpravou (Škola vaření) 210
- / Vařené a dušené ryby 212
- / Pečené, grilované
a zapečené ryby 220
- / Smažené ryby 232
- / Pokrmy z mletého rybího masa
a nákypy 234
- / Příprava plodů moře
(Škola vaření) 236
- / Různé úpravy plodů moře 240



Zelenina a houby 244

- / Šetné vaření, dušení a opékání
zeleniny (Škola vaření) 246
- / Vařené a dušená zelenina 247
- / Zapečená zelenina 258
- / Smažená a grilovaná zelenina 263
- / Jídla z hub 265



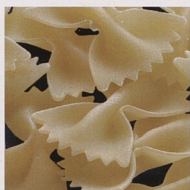
Luštěniny a obiloviny 268

- / Jak vařit luštěniny
(Škola vaření) 270
- / Vařené a dušené luštěniny 271
- / Jídla z jednoho hrnce 280
- / Zapečené luštěniny 282
- / Různé úpravy luštěnin 284
- / Luštěninové klíčky, tofu
a sójové maso 285
- / Polenta neboli kukufičná kaše
(Škola vaření) 288
- / Kaše z obilovin, noky,
knedlíky, placky 289



Brambory a rýže 298

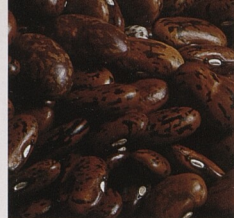
- / Vařené brambory a bramborová
kaše pro pokročilé (Škola vaření) 300
- / Vařené, dušené
a opékané brambory 302
- / Hranolky, nebo brambory pečené
ve slupce? (Škola vaření) 304
- / Pečené a zapečené brambory 305
- / Bramborové krokety
(Škola vaření) 310
- / Bramborové placky 311
- / Bramborová jídla z hrnce
či pekáče 314
- / Různá jídla z brambor 316
- / Bramborové těsto
(Škola vaření) 318
- / Jak uvářit rýži
(Škola vaření) 322
- / Pokrmy z rýže 323



Těstoviny 332

- / Čerstvé i sušené těstoviny
(Škola vaření) 334
- / Vařené těstoviny 336
- / Zapečené těstoviny 345





Luštěniny *a obiloviny*

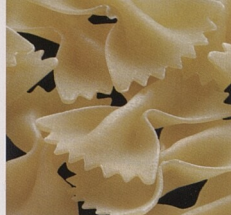
Jak vařit luštěniny (Škola vaření)	270
Vařené a dušené luštěniny	271
Jídla z jednoho hrnce	280
Zapečené luštěniny	282
Různé úpravy luštěnin	284
Luštěninové klíčky, tofu a sójové maso	285
Polenta neboli kukuřičná kaše (Škola vaření)	288
Kaše z obilovin, noky, knedlíky, placky... ..	289



Brambory

a rýže

Vařené brambory a bramborová kaše pro pokročilé (Škola vaření)	300
Vařené, dušené a opékané brambory	302
Hranolky, nebo brambory pečené ve slupce? (Škola vaření)	304
Pečené a zapečené brambory	305
Bramborové krokety (Škola vaření)	310
Bramborové placky	311
Bramborová jídla z hrnce či pekáče	314
Různá jídla z brambor	316
Bramborové těsto (Škola vaření)	318
Jak uvařit rýži (Škola vaření)	322
Pokrm z rýže	323



Těstoviny

Čerstvé i sušené těstoviny (Škola vaření)	334
Vařené těstoviny	336
Zapečené těstoviny	345



Moučníky

Kynuté těsto – oblíbené i obávané (Škola vaření)	370
Moučníky z kynutého těsta	371
Plundrové těsto – na sladké i slané pochoutky (Škola vaření)	381
Moučníky z plundrového těsta	382
Třené těsto – vláčné a jemné (Škola vaření)	383
Moučníky z třeného těsta	384
Křehké těsto – pevné a jemné (Škola vaření)	390
Moučníky z křehkého těsta	391
Piškotové těsto – našlehané i měkké (Škola vaření)	400
Moučníky z piškotového těsta	402
Listové těsto – chuťově neutrální (Škola vaření)	412
Moučníky z listového a taženého těsta	414
Odpalované těsto – nadýchané jako obláček (Škola vaření)	418
Moučníky z odpalovaného těsta	420
Perníkové těsto – sladké a voňavé (Škola vaření)	424
Perníčky a perníky	426
Medové a kořeněné moučníky	430
Slané moučníky	432



Teplá

sladká jídla

Sladké kaše	438
Knedlíky, noky, taštičky...	440
Jak udělat božské suflé (Škola vaření)	445
Suflé a jiné nákypy	446
Pravé francouzské palačinky (Škola vaření)	450
Palačinky, omelety, lívance...	451



Dezerty

Pěny a krémy jemných chutí (Škola vaření)	456
Pěny a krémy	457
Klasické pudinky (Škola vaření)	462
Pudinky	464
Jak tuhne ovocná šťáva (Škola vaření)	466
Rosoly a želé	467
Variace domácí zmrzliny (Škola vaření)	469
Zmrzliny a sorbety	470
Nejslavnější nepečený zákusek (Škola vaření)	474
Nepečené zákusky	476
Ovocné dezerty a saláty	480
Neodolatelné lanýže (Škola vaření)	485
Lanýže, bonbony, pralinky a jiné cukrovinky	486



- / Moučníky z odpalovaného těsta 420
- / Perníkové těsto – sladké a ovhové (Škola vaření) 424
- / Perníčky a perníky 426
- / Medové a kofeněné moučníky 430
- / Slané moučníky 432



Vejsce a sýry 350

- / Umíte uvařit vejce? (Škola vaření) 352
- / Jídla z vajec 353
- / Omeleta – rychlý pokrm pro labužníky (Škola vaření) 359
- / Jídla ze sýrů 362
- / Sýrové fondue a raclette (Škola vaření) 366



Dezerty 454

- / Pěny a krémy jemných chutí (Škola vaření) 456
- / Pěny a krémy 457
- / Klasicke pudinky (Škola vaření) 462
- / Pudinky 464
- / Jak tuhne ovocná šťáva (Škola vaření) 466
- / Rosoly a želé 467
- / Variace domácí zmrzliny (Škola vaření) 469
- / Zmrzliny a sorbety 470
- / Nejslavnější nepečený zákusek (Škola vaření) 474
- / Nepečené zákusky 476
- / Ovocné dezerty a saláty 480
- / Neodolatelné lanýže (Škola vaření) 485
- / Lanýže, bonbony, pralinky a jiné cukrovinky 486



Teplá sladká jídla 436

- / Sladké kaše 438
- / Knedlíky, noky, taštičky... 440
- / Jak udělat božské suflé (Škola vaření) 445
- / Suflé a jiné nákypy 446
- / Pravé francouzské palačinky (Škola vaření) 450
- / Palačinky, omelety, lívance... 451

Moučníky. 368

- / Kynuté těsto – oblíbené i obávané (Škola vaření) 370
- / Moučníky z kynutého těsta 371
- / Plundrové těsto – na sladké i slané pochoutky (Škola vaření) 381
- / Moučníky z plundrového těsta 382
- / Těné těsto – vláčné a jemné (Škola vaření) 383
- / Moučníky z třeného těsta 384
- / Křehké těsto – pevné a jemné (Škola vaření) 390
- / Moučníky z křehkého těsta 391
- / Piškotové těsto – našlehané a mlékké (Škola vaření) 400
- / Moučníky z piškotového těsta 402
- / Listové těsto – chutově neutrální (Škola vaření) 412
- / Moučníky z listového a taženého těsta 414
- / Odpalované těsto – nadýchané jako obláček (Škola vaření) 418

Rejstříky 488

- / Rejstřík receptů 488
- / Rejstřík Školy vaření. 496





Saláty

a studená kuchyně

Saláty mají zelenou (Škola vaření)	12
Zeleninové saláty	13
Saláty z rýže, těstovin, brambor, sýrů...	16
Saláty z masa, ryb a plodů moře	20
Ochucená másla a pěny	22
Pomazánky, chlebičky, plněná vejce, zelenina...	24
Paštiky, maso, šunka, ryby a plody moře	31



Polévky *a omáčky*

Vývar – základ mnoha polévek (Škola vaření)	38
Masové polévky	40
Polévky z ryb a plodů moře	48
Tajemství jemné krémové polévky (Škola vaření)	52
Krémové polévky	53
Zeleninové polévky	56
Houbové, luštěninové a bramborové polévky	60
Mléčné a sýrové polévky	64
Studené slané polévky	66
Sladké polévky	68
Různé polévky	69
Základní omáčky a jejich příbuzenstvo (Škola vaření)	72
Teplé omáčky	76
Studené omáčky	80



Maso

Vařené maso	84
Dušené maso	88
Dokonalý rostbíf (Škola vaření)	104
Pečené maso	105
Mleté maso	111
Klasická minutka – biftek (Škola vaření)	118
Minutky	120
Klasický smažený řízek (Škola vaření)	130
Smažené maso	132
Základy grilování (Škola vaření)	134
Grilované maso	135
Jehněčí a skopové maso	138



Drůbež

a domácí králík

Dušená drůbež	152
Pečená drůbež	158
Jak vykostíme a naplníme kuře (Škola vaření)	161
Sváteční krůta či krocan (Škola vaření)	166
Zapečená drůbež	168
Grilovaná drůbež	169
Mínutky z drůbeže	170
Smažená drůbež	174
Holoubata, perličky a pštrosi	176
Domácí králík	179



Zvěřina

Zvěřina v různých zemích Evropy (Škola vaření)	188
Srnc, daněk a jelen	190
Muflon, kamzík, los a sob	194
Divoké prase a medvěd	196
Zajíc polní a králik divoký	198
Bažant, koroptev, křepelka, sluka...	202
Divoká kachna a husa	206



Ryby

a plody moře

Příprava ryb před kuchyňskou úpravou (Škola vaření)	210
Vařené a dušené ryby	212
Pečené, grilované a zapečené ryby	220
Smažené ryby	232
Pokrmý z mletého rybího masa a nákypy	234
Příprava plodů moře (Škola vaření)	236
Různé úpravy plodů moře	240



Zelenina

a houby

Šetrné vaření, dušení a opékání zeleniny (Škola vaření)	246
Vařená a dušená zelenina	247
Zapečená zelenina	258
Smažená a grilovaná zelenina	263
Jídla z hub	265