

OBSAH

Úvodem

Polévky 1

Rychlá hovězí polévka
Rychlý boršč
Dršťková polévka
Rychlá gulášová polévka
Zabijačková polévka z jelítek
Játrová polévka
Mozečková polévka
Rychlá hrachová polévka s klobásou
Cibulačka s krupicovou jíškou
Fazolková polévka
Celerová polévka se sýrem
Zelná polévka se salámem
Kulajda
Rajčatová polévka
Kuřecí polévka s rýží
Vločková polévka se zeleninou
Rychlá hrášková polévka s pórkem
Rychlá hovězí polévka s rýží a hráškem
Rychlá květáková polévka s noky
Rychlá kapustová polévka s rýží a sýrem
Rychlá hovězí polévka se žloutkem
Masový krém s vejcem
Drožděná polévka s cibulí

Dušená a pečená masa a vnitřnosti 4

Hovězí plátky na paprice
Hovězí plátky v žampionové směsi
Hovězí plátky s klobásovou směsí
Hovězí maso se smetanovou omáčkou
Hovězí maso na cibuli
Hovězí maso dušené s fazolkami a rajčaty
Hovězí maso v zelenině
Pikantní hovězí hranolky
Maďarský guláš
Živánské závitky
Vepřové řízky ve smetanové omáčce
Vepřové řízky s hráškem a mrkví
Vepřové závitky s vejci
Debrecínská vepřová plec
Vepřové maso dušené v zelenině
Vepřové maso dušené s růžičkovou kapustou
Džuveč s masem a houbami
Vepřová krkovička na cibuli a pórkou
Vepřová pečeně s brambory
Pečené vepřové kotlety
Plněné vepřové kotlety
Vepřové kotlety po skalicku
Vepřové kotlety se žampiony v alobalu
Pečené vepřové špízy
Vepřový bůček v kysaném zelí
Telecí maso v hrášku
Telecí ragú po italsku
Telecí hrudí v zelenině
Jehněčí hřbet po vídeňsku
Jehněčí maso s hráškem
Dušené skopové maso
Skopové maso s fazolkami
Protýkaná skopová kýta
Dušená hovězí játra

Ledvinky dušené na cibulce
Guláš z hovězího srdce
Mozeček s vejci a křenem
Smažený telecí brzlík
Dršťky na smetaně se žampiony

Minutky z masa a vnitřností 9

Roštěnky s houbovou směsí
Roštěnky v selských omeletách
Roštěnky na pivě
Hovězí maso po orientálsku
Hovězí minutkový guláš
Vepřové řízky s párkovou směsí
Vepřové řízky na smetaně s ředkvičkami
Vepřové řízky na pórkou
Plněné vepřové řízky
Bratislavský tokáň
Vepřové maso v pórkou se žampiony
Vepřový minutkový guláš
Vepřové kotlety na paprice
Grilované kotlety s ostrou směsí
Vepřové kotlety v leču
Vepřové kotlety se sýrem
Jehněčí kebaby
Vepřová nebo telecí játra s bylinkovým máslem
Vepřová játra s kečupovou směsí
Vepřové ledvinky se slaninou

Rychlé pokrmy z mletého masa a z masových polotovarů 11

Masové knedlíčky s těstovinami
Masové polpety
Skotská vejce
Placičky z mletého masa se sýrem
Bifteky z mletého masa se sardelovým máslem
Pljeskavice
Polské zrazy
Španělské masové krokety
Sekané bifteky (polotovar)
Sekané bifteky pečené na cibuli
Sekané bifteky na rajčatech
Sekané bifteky se zeleninou
Sekané bifteky na houbách
Sekané bifteky v zeleninové směsi s brambory
Sekané bifteky v zeleninové omáčce
Sekané bifteky na grilu
Sekané bifteky se lečem v alobalu
Zelné závitky s masem
Sekané máslové řízky (polotovar)
Sekané máslové řízky na žampionech
Sekané máslové řízky na smetaně
Sekané máslové řízky s hráškem
Pečené sekané máslové řízky s rajčaty
Grilované sekané máslové řízky s míchanými vejci
Sekané máslové řízky v sýrovém těstíčku

Pokrmy z uzenin, lančmítu a sýra 15

Bramborový guláš s klobásou
Grilované šunkové steaky se zeleninovou směsí
Šunka smažená se sýrem
Salámové závitky se sýrem
Bramboráky se salámem
Bramborové krokety se salámem
Bramborové placičky se salámem
Slané palačinky se salámem
Rychlý „guláš“ ze salámu

Špagety se salámem a zeleninou
Rychlá pizza
Grilované párky se sýrem
Kapustové placičky s lančmítem
Špízy z lančmítu
Smažený hermelín se salámem
Pírohy z listového těsta
Brambory zapečené se salámem

Drůbež 17

Zadělané kuře s květákem
Kuřecí perkelt
Kuře na paprice
Kuře pečené s rýží
Kuře dušené na zelenině
Kuře pečené v česnekové směsi
Plněné kuřecí řízky v těstíčku
Kuřecí řízky na smetaně
Kuřecí řízky smažené se sýrem
Kuřecí řízky se žampiony
Minutkový krůtí nebo kuřecí guláš
Závitky z krůtích řízků
Masový bochník
Smažené řízky z drůbeží sekané
Špízy z drůbeží sekané

Ryby 19

Ryba na kmíně
Ryba na grilu
Pečená ryba s křenem
Ryba v pikantní omáčce
Rybí paprikáš
Ryba po moravsku
Ryba zapečená se sýrem
Ryba na zelenině
Gratinovaná ryba se šunkou
Ryba na česneku v alobalu
Ryba s pikantní směsí v alobalu
Rybí filé pečené na česneku
Rybí filé na sardeli
Rybí filé pečené v leču
Gratinované rybí filé s lečem
Rybí filé dušené s paprikami

Hlavní zeleninové pokrmy 20

Zeleninové pokrmy s masem 20
Kapusta zapečená s rýží a uzeným masem
Kedlubny zapečené s vepřovým masem
Plněná rajčata a papriky
Rajčata a papriky zapečené s masem a rýží
Zelné karbanátky s vepřovým masem
Bezmasé zeleninové pokrmy 21
Fazolky zapečené s vejci
Kapustový mozeček
Kedlubny zapečené s rýží a houbami
Vařený květák se strouhaným sýrem
Květák ve smetanové omáčce
Květák zapečený s česnekem a sýrem
Květák smažený v sýrovém těstíčku
Rajčata plněná vejci a sýrem
Džuveč s rajčaty a paprikami
Patisonová směs
Opékané patisony
Dušený špenát
Vařená zelenina se strouhankou a vejci

Ostatní bezmasé pokrmy 23

Vejce s rýží
Vaječné krokety
Vejce pečená se sýrem

Sázená vejce s hráškem
Ragú z vajec s houbami
Špagety s vejci a sýrem
Chlupaté knedlíky se škvarky (nebo se
smaženou cibulí)
Bramborové smaženky se sýrem
Smažený Hermelin v těstíčku
Čočka nakyselo
Bretaňské fazole
Houby na smetaně
Houbový guláš
Zapečené palačinky s houbovou náplní
Houbové rizoto se zeleninou
Sýrová omeleta s hráškem
Omeleta s lečem
Omeleta s tuňákem
Mexické omelety
Přílohy 24
Jemná hrachová kaše
Rychlé smažené bramborové krokety
Bramborové nočky se sýrem
Dušené fazolky s koprem
Fazolky s rajčaty a smetanou
Kedlubny nebo mrkev dušené na másle
Dušený pórek
Růžičková kapusta na másle

Červené zelí na víně
Rychlé dušené sterilované zelí
Toasty 26
Toasty s masovou pomazánkou
Toasty s pomazánkou z droždí
Toasty s rybí pomazánkou
Toasty s olejovkami
Toasty se sázenými vejci a rajčaty
Toasty s vařenými vejci
Studené pokrmy 26
Vajíčkový salát
Salát z vařeného hovězího masa
Salát ze salámu se sýrem a vejci
Rybí salát s vejci
Rybí salát se zeleninou a majonézou
Rychlá plněná vejce
Chlebičky s rybí pomazánkou
Nepravá humrová majonéza
Vaječná pomazánka se salámem
Pomazánka z játrové paštiky
Pomazánka z nivy s ořechy
Tvarohová pomazánka s křenem
Tvarohová pomazánka se zeleninou
Zeleninové saláty 27
Celerový salát

Cibulový salát
Salát z červené řepy s jablkem
Fazolkový salát s okurkou
Hlávkový salát s ředkvičkami a vejcem
Hlávkový salát s ovocem
Kedlubnový salát
Květákový salát s ředkvičkami
Mrkvový salát s biokysem
Mrkvový salát s meruňkami
Okurkový salát s kysanou smetanou
Rajčatový salát s vejci a jogurtem
Paprikový salát s rajčaty
Salát z pekingského zelí
Salát z hlávkového zelí
Salát z kysaného (nebo sterilovaného)
zelí
Moučníky 29
Ovocné knedlíky
Rýžový nákyp s ovocem
Rychlá vločková kaše
Škubánky s mákem
Jablkový koláč
Zalévané piškoty
Lívanečky z biokysu
Jablka v županu
Tvarohový krém s jablky