

**Obsah**

|  |    |
|--|----|
| Než začneme mrazit .....                     | 3  |
| <b>MRAZÍME OVOCE</b> .....                   | 6  |
| <b>BROSKYNE</b>                              |    |
| Broskvové řezy .....                         | 8  |
| Ovocný koláč .....                           | 9  |
| Ovocný salát .....                           | 10 |
| <b>TŘEŠNĚ A VIŠNĚ</b> .....                  | 11 |
| Třešňový chlebiček .....                     | 12 |
| Třešňové knedlíčky z tvarohového těsta ..... | 12 |
| Ovocný pohár .....                           | 13 |
| Višňový pohár .....                          | 13 |
| Višně s vanilkovým krémem .....              | 14 |
| Višňový dort .....                           | 14 |
| <b>BORŮVKY</b> .....                         | 15 |
| Borůvkový koláč .....                        | 16 |
| Lívance s borůvkami .....                    | 16 |
| <b>OMÁČKY Z OVOCE</b> .....                  | 17 |
| Borůvková omáčka .....                       | 17 |
| Jahodová omáčka .....                        | 17 |
| Malinová omáčka .....                        | 18 |
| <b>ANGREŠT</b> .....                         | 18 |
| Angreštové řezy .....                        | 19 |
| Angreštové dortíčky .....                    | 20 |
| <b>KAŠTANY</b> .....                         | 21 |
| Kaštanový tunel .....                        | 22 |
| Křehké košíčky s kaštanovou náplní .....     | 23 |
| <b>VINNÉ HROZNY</b> .....                    | 24 |
| Tvarohový dort s vinnými hrozny .....        | 24 |
| Moučník s vinnými hrozny .....               | 25 |
| <b>HRUŠKY</b> .....                          | 26 |
| Hruškový koláč .....                         | 27 |
| Hruškový rýžový nákyp .....                  | 27 |
| <b>JABLKA</b> .....                          | 28 |
| Jablková roláda .....                        | 29 |
| Jablkový pudink .....                        | 30 |
| Jablkový salát (1 porce) .....               | 30 |



|   |    |
|---|----|
| JAHODY, LESNÍ JAHODY .....                    | 30 |
| Jahodové řezy .....                           | 32 |
| Jahodový pudink .....                         | 33 |
| Palačinky plněné ovocem .....                 | 34 |
| MALINY, OSTRUŽINY .....                       | 34 |
| Malinový dort .....                           | 35 |
| Malinové poháry .....                         | 36 |
| Tvarohové koblihy s malinovou pěnou .....     | 37 |
| MERUŇKY .....                                 | 37 |
| Kynutý meruňkový koláč .....                  | 38 |
| Tvarohový krém s meruňkami .....              | 39 |
| Smažené meruňky .....                         | 39 |
| REVEŇ .....                                   | 40 |
| Kynutý reveňový koláč .....                   | 41 |
| Reveňový závin .....                          | 41 |
| RYBÍZ .....                                   | 42 |
| Rybízová bublanina .....                      | 43 |
| Rybízový koláč .....                          | 43 |
| Tvarohové kuličky s rybízovým protlakem ..... | 44 |
| ŠVESTKY .....                                 | 44 |
| Švestkové buchty .....                        | 45 |
| Švestkové knedlíky .....                      | 46 |
| MRAZÍME ZELENINU .....                        | 47 |
| ZELENÉ NATĚ A BYLINKY .....                   | 48 |
| Bylinkové máslo .....                         | 49 |
| Salát s pažitkou .....                        | 49 |
| LILEK .....                                   | 50 |
| Salát z lilků .....                           | 51 |
| Lilky smažené v těstíčku .....                | 51 |
| BROKOLICE .....                               | 52 |
| Brokolice jako příloha k masu .....           | 53 |
| Brokolicový salát .....                       | 53 |
| ČESNEK .....                                  | 54 |
| Česneková omáčka na těstoviny .....           | 54 |
| Česneková pomazánka .....                     | 54 |
| CIBULE .....                                  | 55 |





|   |    |
|---|----|
| Cibulový zapékaný sendvič .....             | 55 |
| Smažená cibule .....                        | 56 |
| <b>ČERVENÁ ŘEPA</b> .....                   | 56 |
| Boršč .....                                 | 57 |
| Salát z červené řepy .....                  | 57 |
| <b>FAZOLE</b> .....                         | 58 |
| Dušené fazolky .....                        | 58 |
| Fazolkový příkrm .....                      | 59 |
| <b>HRÁŠEK</b> .....                         | 59 |
| Těstoviny s hráškem .....                   | 60 |
| Hráškové krokety .....                      | 60 |
| Omeleta s hráškem .....                     | 61 |
| <b>HOUBY</b> .....                          | 62 |
| Houbová polévka .....                       | 63 |
| Kuřecí játra na zelenině .....              | 63 |
| <b>KŘEN</b> .....                           | 64 |
| Křenová omáčka .....                        | 65 |
| Křenová pěna .....                          | 65 |
| <b>BRUKEV</b> .....                         | 66 |
| Dušená brukvev .....                        | 66 |
| Brukvoová polévka .....                     | 67 |
| <b>ZELÍ</b> .....                           | 67 |
| Zelníky .....                               | 68 |
| Zelná polévka .....                         | 69 |
| <b>KVĚTÁK</b> .....                         | 69 |
| Květákový salát .....                       | 70 |
| Smažený květák v těstíčku .....             | 71 |
| <b>KAPUSTA, RŮŽIČKOVÁ KAPUSTA</b> .....     | 71 |
| Dušená kapusta s brambory .....             | 72 |
| Růžičková kapusta jako příloha k masu ..... | 72 |
| Zapékaná kapusta .....                      | 73 |
| <b>KUKUŘICE</b> .....                       | 73 |
| Hlávkový salát s kukuřicí .....             | 75 |
| Drůbeží salát s kukuřicí .....              | 75 |
| <b>MANGOLD</b> .....                        | 76 |



|  |    |
|--|----|
| Celé mangoldové listy jako příloha .....   | 76 |
| Svačínová mangoldová polévka .....         | 77 |
| Kuřecí maso na mangoldových stoncích ..... | 77 |
| <b>MRKEV</b> .....                         | 78 |
| Dušená mrkev jako příloha k masu .....     | 79 |
| Mrkvová polévka .....                      | 79 |
| <b>PAPRIKA (paprikové lusky)</b> .....     | 80 |
| Vepřová játra na paprice .....             | 80 |
| Dušená paprika .....                       | 81 |
| <b>PATISON</b> .....                       | 81 |
| Vepřové maso na patisonech .....           | 82 |
| Letní patisonový salát .....               | 82 |
| <b>PETRŽEL</b> .....                       | 83 |
| Petrželová polévka .....                   | 84 |
| Zeleninové rizoto z naturální rýže .....   | 84 |
| <b>PÓR</b> .....                           | 85 |
| Pórový koláč .....                         | 86 |
| Zapečené brambory s pórem .....            | 86 |
| <b>RAJČATA</b> .....                       | 87 |
| Kuřecí řízky s rajčaty .....               | 88 |
| Rajská omáčka na špagety .....             | 89 |
| <b>ŠPENÁT</b> .....                        | 89 |
| Těstoviny se špenátem .....                | 90 |
| Špenátové placky .....                     | 90 |
| <b>TYKEV, CUKETA</b> .....                 | 91 |
| Cuketový salát .....                       | 92 |
| Pečená cuketa se sýrem .....               | 92 |
| Tykvový příkrm .....                       | 93 |
| <b>OKURKY</b> .....                        | 93 |
| Plněné okurky .....                        | 94 |
| Okurkový salát s koprem .....              | 95 |
| <b>CELER</b> .....                         | 95 |
| Celerové placky .....                      | 96 |
| Celerový salát .....                       | 96 |
| <b>BRAMBORY</b> .....                      | 97 |

