

OBSAH

ÚVOD	7
PŘÍPRAVA POKRMŮ A VYBAVENÍ KUCHYNĚ V HISTORICKÝCH DOBÁCH	11
Úvod	13
TOPENIŠTĚ	15
Rozdělávání a udržování ohně	18
VODA V KUCHYNI	20
Náprava vody	20
HISTORICKÉ KUCHYŇSKÉ NÁČINÍ A NÁDOBÍ	22
Na venkově	22
Vybavení městské domácnosti	23
O NÁDOBÍ	26
Měděné nádobí	26
Hliněné nádobí	26
Kameninové nádobí	28
Železné nádobí	28
Plechové pocínované nádobí	29
Mosazné nádobí	29
Porcelánové nádobí	29
Skleněné nádobí	29
Dřevěné nádobí	30
Stříbrné příbory	31
SKLADOVÁNÍ POTRAVIN	32
STRAVOVÁNÍ V PRŮBĚHU ROKU	33

POTRAVINY, CO SYTÍ	35
ÚVOD	37
OBILÍ A OBILNÉ VÝROBKY	41
Příprava a zpracování půdy, osévání	41
Sklizeň obilí	43
Zpracování obilí	44
Skladování obilí a mouky v historii	45
Jak se poznala kvalitní mouka	47
Náprava mouky	47
Pančování mouky	48
Mletí obilí od dob historických po současnost	48
CHLÉB NÁŠ VEZDEJŠÍ	50
Chléb za hladových let	54
Chléb ve světě	57
NEJPOUŽÍVANĚJŠÍ DRUHY OBILNIN A PSEUDOOBILNIN	61
Současný sortiment obilných výrobků	66
OBILNÁ TĚSTA VÝROBNÍ POSTUPY	68
TĚSTA NEKYNUTÁ	
Lité těsto	68
Těsto nekynuté tuhé	69
TĚSTA KYNUTÁ	
Těsto kynuté pomocí droždí	72
Těsto kynuté lité	73
Těsto kynuté pečené	73
Těsto kynuté smažené	77
Těsto kynuté spařené	77
TĚSTO VAŘENÉ, KYNUTÉ I NEKYNUTÉ	78
TĚSTO MEDOVÉ A KOŘENĚNÉ (PERNÍKOVÉ)	79

TĚSTO JEMNÉ	82
ODPALOVANÉ TĚSTO	83
PLUNĐROVÉ TĚSTO	84
VIZOVICKÉ PEČIVO	85
DOMÁCÍ CHLÉB	86
Založení kvasu	86
Chléb	88
Volně tvarované chlebové těsto	91
RECEPTY	92
Recepty se... Špaldou	114
Ječmenem	115
Prosem	117
Pohankou	118
Ovsem	119
Kukuřicí	120
Historická inspirace:	120
LUŠTĚNINY	125
ÚVOD	127
Hlavní druhy luštěnin	128
Mezi nejznámější druhy patří	130
Co staré kuchařské knihy říkají o luštěninách	132
Poučení o vaření luštěnin	133
Novodobá příprava luštěnin	134
Nakličování zrn a semen	134
RECEPTY	136
Historické recepty	139

OLEJNINY	143
ÚVOD	145
HLAVNÍ DRUHY OLEJNIN	146
Historická kuchyňská úprava máku	148
A jak je tomu dnes?	148
RECEPTY	149
BRAMBORY	151
ÚVOD	153
Pěstování bramborů	153
Skladování brambor	154
Jak poznáme dobré brambory	155
Jak správně brambory vařit	155
K čemu všemu brambory dobré jsou	157
BRAMBOROVÉ RECEPTY	159
Přílohy z brambor	159
Bramborové pečivo	160
Hlavní bramborová jídla	162
Historické kuchařky doporučují...	165
Bramborové recepty navíc	167
DOMÁCÍ ZPRACOVÁNÍ MLÉKA	169
ÚVOD	171
Pančování mléka v historii	173
Náprava staršího mléka	174
Konzervování mléka bez elektrické energie	174
Pomůcky při domácí výrobě sýrů	175
Pasterace mléka	176

Srážení a očkování mléka	177
Zrání sýrů	179
ZÁKLADNÍ VÝROBNÍ POSTUPY	
Tvaroh	180
Tvrký tvaroh	181
Čerstvý sýr	181
Syrovátkové sýry	182
Omladinka	183
Balkánský sýr	184
Jogurt	185
Kefírový hříbek	185
Máslo	186
Přepuštěné máslo	188
RECEPTY S POUŽITÍM TVAROHU A MLÉKA	189
Historické recepty	192
KONZERVOVÁNÍ A POUŽÍVÁNÍ VAJEC	
V KUCHYNI ÚPRAVA	195
Úvod	197
Jak poznat čerstvá vejce	199
Náprava zmrzlých vajec	199
Vejce nejsou jen k jídlu	200
Konzervování vajec	200
Nakládání vajec do vápna	201
Nakládání do křemičitanu sodného – vodního skla	201
Konzervování vajec pomocí dextrinového roztoku	202
Uchovávání vajec ve pšenici	202
Konzervování vajec pomocí sádla	203

RECEPTY	204
Historické recepty	206
Zelenina, houby	209
ZELENINA	211
ÚVOD	213
ZELENINA V ČASE A PROSTORU	214
STARÉ A KRAJOVÉ ODRŮDY ZELENINY	216
SKLADOVÁNÍ	218
Skladování zeleniny	219
ZPRACOVÁNÍ ZELENINY	225
Metody konzervace zeleniny	225
Sterilace ve sladkokyselém nálevu	226
Zelenina ve slaném, octovém nálevu	227
Zelenina v oleji	227
Mléčně kvašená zelenina	228
Sušení zeleniny	230
Nakládání do soli	231
Nakládání do tuku	232
TRADIČNÍ DRUHY ZELENINY	
A JEJICH ZÁKLADNÍ ZPRACOVÁNÍ	233
MÉNĚ BĚŽNÉ DRUHY ZELENINY	244
RECEPTY SE ZELENINOU	247
Historické zeleninové recepty	269

HOUBY	281
ÚVOD	283
Sběr hub	284
Pěstování hub	286
HOUBY V KUCHYNI	287
Sušení	288
Nakládání do soli	288
Houby ve sladkokyselém nálevu	289
Houby ve vlastní šťávě	289
Houby v tuku	290
Zakvašené houby	290
Houbový výtažek	290
RECEPTY	292
Historické recepty	294
REJSTRÍK	297
SOUPIS RECEPTŮ	299
SOUPIS DRUHŮ ROSTLIN	305