

Obsah

Kapitola jemně namletá

ETUDA O MASOVÝCH KULIČKÁCH A ŠIŠKÁCH Z CELÉHO SVĚTA 17

- Italské masové kuličky
v rajčatové omáče 18
- Švédské masové kuličky à la IKEA 22
- Brambory Hasselbacken 24
- Královecké klopsy 25
- Masové kuličky ve vietnamském stylu 27
- Vepřenky 30
- Nastavovaná kaše 32
- Šišky z jehněčího masa 33
- Kořeněný kuskus 35
- Cuketová raita 36
- Pljeskavica 37
- Paprikové brambory 39

ETUDA SEMLETÁ DO OMÁČKY 41

- Boloňská omáčka 2 42
- Chilli con carne 44
- Zapečené chilli con carne 47
- Pastýřův koláč (čili Shepherd's pie) 48
- Haše 51

ETUDA DECHBEROUCÍ, PŘESTO NAMLETÁ 53

- Sekaná pečeně 54
- Štěpánská sekaná pečeně 57
- Fašírky na přírodní způsob 58
- Hedvábná bramborová kaše 59

- Štouchané brambory s jarní cibulkou 60
- Hamburger 62
- Hamburger pro milovníky dobře
propečeného masa 65
- Paštika z kachních jater 66
- Pětiminutová karamelizovaná cibule 70
- Plněné cukety (a pár paprik k tomu) 72
- Plněná rajčata s bulgurem 74
- Bazalkové pesto 76
- Jemný vepřový holandský řízek 77
- Mrkvové pyré 79

Kapitola o menších kusech masa

ETUDA POKRÁJENÁ NA NUDLIČKY 83

- Kuřecí gyros 84
- Okurkové tzatziki 87
- Kuřecí nugety 88
- Sladkokyselá omáčka k namáčení 90
- Desetiminutové kuře na citronu 91
- Hovězí Stroganoff 94
- Dušená, citronem parfémovaná rýže 97
- Kuřecí soté 98
- Vepřová čína 100

ETUDA POKRÁJENÁ NA KOSTIČKY 105

- Vepřové v mrkvi 106
- Bramborové placky rösti 109

— Vepřové v křenové omáčce	110
— Dýňáky čili dýňové bramboráčky	111
— Vepřové výpečky, málem dietní	112
— Trhané vepřové maso do sendviče	114
— Hovězí po burgundsku	116
— Vídeňský telecí guláš	119
— Rychlé špecle, vlastně spätzle	121
— Krutí kostky ve slanině	122
— Kuřecí kokosové kari	124

ETUDA PLÁTKOVANÁ

— Kuřecí prsa na minutku	130
— Smetanový bulgur se špenátem	132
— Kuřecí řízky dopékané v troubě	133
— Vídeňský bramborový salát	135
— Saltimbocca	137
— Hrášek na římský způsob	140
— Dušené roštěnky	141
— Brambory v kožíšku	143
— Roštěnky Esterházy	144
— Vídeňská roštěná	147
— Vídeňská cibulka	150
— Rychlé bramborové krokety	151
— Krkovice na pivu 2	152
— Salát z kysaného zelí	154
— Krkovice pečená na zelí	155

ETUDA NAPLNĚNÁ

— Roláda z kuřecích prsou	158
— Kuřecí balíčky se šalvějí	160
— Beurre blanc	162
— Cordon bleu	163
— Bešamelová omáčka se žampiony	166
— Okurkový salát podle prababiček	167
— Plněná vepřová kotleta	168
— Petrželové brambory	171
— Kapsičky z vepřové pečeně	172
— Zeleninový krambl	175

Kapitola o větších kusech masa

ETUDA O OMÁČKÁCH

K HOVĚZÍMU MASU	179
— V troubě vařené hovězí maso k tmavým omáčkám	180
— Rajská omáčka z čerstvých rajčat	182
— Česnekovo-majoránková omáčka	184
— Cibulová omáčka	185
— Tmavá houbová omáčka	186
— Pomalu vařené hovězí maso ke světlým omáčkám	188
— Smetanová pažitková omáčka	190
— Smetanová koprová omáčka	192
— Smetanová křenová omáčka	192
— Smetanová houbová omáčka	194
— Ztracené vejce ke smetanovým omáčkám	195
— Nekynuté houskové knedlíky	196
— Ubrouskový knedlík	197

ETUDA O PEČENÍ

VELKÝCH PEČENÍ	201
— Bůček na vlastních kostech	202
— Vepřová pečeně s bylinkovou krustou	205
— Zadělávaná kukuřice s hráškem	207
— Hovězí pečeně na smetaně (svíčková)	208
— Bůčková roláda asijských chutí	212
— Melounový salát k masu	214
— Jehněčí ramínko s omáčkou z pečeného česneku	215

NEVYKOSTĚNÁ ETUDA	219
— Kuře cacciatore	220
— Kuskus	222
— Kuřecí frikasé	223
— Zelenina na anglický způsob	225
— Glazované cibulky	227
— Kuřecí paličky tandoori	228
— Králíčí stehna na česneku	230
— Krémová polenta	231
— Osso buco	232
— Gremolata	234
— Milánské rizoto	234
— Jehněčí kolínka	236
— Smetanový špenát	238
— Česneková pohanka	239
— Bezpracné pečené vepřové koleno	240
— Vepřová žebra z pupku	242
— Bylinkový salát	243

ETUDA O KOSTECH

V HLAVNÍ ROLI	245
— Základní masový domácí vývar pro jedno volné odpoledne	246
— Zrychlený drůbeží vývar	251
— Velouté	252
— Demi-glace	253
— Kachna dušená na vlastních kostech (a minutková prsa jako bonus)	254
— Minutková kachní prsa	259
— Dušené červené zelí	260
— Jemné bramborové noky	261
— Pečené morkové kosti	262
— Jehněčí žebírka	264

CELOZVÍŘECÍ ETUDA 267 |

— Kuře na paprice 1	268
— Kuře na paprice 2	271
— Dušený bulgur	274
— Pečené kuře s tradiční nádivkou	275

— Smažené kuře	278
— Slepíčí polévka pro čtyři duše	280
— Celestýnské nudle	282
— Kuřecí roláda s nádivkou	283
— Jarní kuřátka pečená naplocho	290
— Králík na smetaně	291
— Pečená kachna 2	292
— Bleskové kedlubnové zelí	295

Kapitola o pokročilých technikách

ETUDA KRÁTKÁ A SYROVÁ	299
— Míchaný tatarák	300
— Falešný tatarák čili bramborová lutenice	302
— Lalok v soli	303
— Carpaccio	304
VELKÁ BIFTEKOVÁ ETUDA	307
— Hovězí biftek pro začátečníky i pokročilé	308
— Základní šťáva z výpeku v pánvi	313
— Pepřová smetanová omáčka	314
— Žampionová smetanová omáčka	315
— Holandská omáčka	316
— Domácí majonéza	317
— Rychlý domácí kečup	319
— Opékané brambory	320
— Domácí hranolky	321
— Pečené brambory	323
— Gratinované brambory	324
— Brambory z plechu	325
— Zelňý salát Coleslaw	326

— Celerový salát	327
— Řecký salát	328
— Rostbíf na anglický způsob	329
— Medailonky z vepřové panenky	332
— Fazolky opékané se slaninou	335

ROZVÁŽNÁ ETUDA

— Pošírovaná kuřecí prsa	338
— Kuřecí prsa dušená v pórku	339
— Vařené hovězí čili Tafelspitz	340
— Houskový křen	343
— Jablečný křen	344
— Smetanový křen	345
— Konfitovaná kachní stehna snadno a rychle	346
— Rillettes	349
— Králík konfitovaný v olivovém oleji	350
— Vepřové ramínko pečené přes noc	352

ETUDA PRO GRIL A ŽHAVÉ UHLÍ

— Grilovaná kuřecí stehna bez kapky tuku	356
— Grilovaná panenka	359
— Biftek z grilu s bylinkovým máslem	360
— Vlažný bramborový salát s rukolou	363
— Salát z grilované zeleniny	364
— Tabbouleh	365
— Panzanella s grilovaným chlebem	366
— Okurkový salát s koprem	367
— Letní voda	367

ETUDA O VNITŘNÍCH

ZÁLEŽITOSTECH	369
— Sádlo a škvarky	370
— Zadělávané kachní žaludky čili kaldoun	372
— Pomalu vařený vepřový jazyk	374
— Svarba čili hrách a kroupy	375
— Krutí játra na víně	376

— Vlažný kuskusový salát	378
— Pěna z kuřecích jater	379
— Hovězí pečeně ve vepřové síťce	382

ETUDA UZENÁŘSKÁ

A MYSLIVECKÁ	385
— Italské klobásky dušené na bylinkách	386
— Rajčatový salát	388
— Buřtgulášová polévka	389
— Špagety po uhliřsku čili pasta carbonara	390
— Jelení steaky s brusinkovou omáčkou	392
— Jemné knedlíčky	394
— Rychlá zeleninová příloha	395
— Zvěřinové ragú	396

Poslední kapitola

ETUDA O ZÁVĚREČNÉM

MAJSTRŠTYKU	401
— Kuřecí prso s broskví a sýrem	402

ETUDA DĚKOVACÍ A UŽ OPRAVDU

POSLEDNÍ	407
----------------	-----