

## OBSAH

<b>Římský hrnec</b> . . . . .	7	Koláč s bramborovou náplní . . . . .	28
<i>Jak s římským hrncem zacházíme?</i> 8		Koláč s cibulovou náplní . . . . .	29
Polévka z hovězího masa a fazolí-chilli con carne . . . . .	10	Jáhlový nákyp . . . . .	30
Polévka z vepřového masa, fazolek a brambor . . . . .	10	Nákyp z tvarohu . . . . .	31
Rybí filé na zelenině s bramborami . . . . .	11	Pečená plněná jablka . . . . .	31
Kuře s nádivkou na kysaném zelí . 12		<b>Fritovací hrnec</b> . . . . .	33
Kuře s jablky na rozinkové rýži . 12		<i>Z čeho se skládá fritovací hrnec?</i> 34	
Kuře s jablky a datlemi . . . . .	13	<i>Jak dlouho smažit potraviny?</i> . . 34	
Kuřecí stehýnka se sušenými rajčaty . . . . .	14	<i>K čemu ještě využijeme fritézu?</i> . 35	
Kuřecí křídélka s bramborami . . . 14		<i>Poslední rady</i> . . . . .	37
Kachna s rýžovou nádivkou s houbami . . . . .	15	Filé z tresky . . . . .	38
Králík na hořčici . . . . .	16	Rybí filé ve vinném těstíčku . . . . 38	
Telecí koleno na zelenině . . . . .	16	Mořské plody v těstíčku po čínsku 39	
Závitky z telecího masa . . . . .	17	Krokety z rybího masa v trojbalu 39	
Telecí pečeně s krustou . . . . .	18	Kuřecí játra s jablky . . . . .	40
Hovězí maso s kapustou, karotkou a bramborami . . . . .	19	Závitky z kuřecího masa s banánem ve vinném těstíčku . 40	
Segedinský guláš . . . . .	19	Řízky z kuřecích prsíček v trojbalu . . . . .	41
Srnčí pečeně . . . . .	20	Řízky z kuřecích prsíček ve vinném těstíčku . . . . .	41
Sekaná pečeně v listovém těstě . 21		Kuřecí řízky ze stehýnek s plísňovým sýrem v trojbalu . 42	
Velikonoční nádivka . . . . .	22	Telecí kotlety s houbami v trojbalu . . . . .	42
Ratatouille . . . . .	23	Vepřové kotlety s kari kořením . . 43	
Závitky z lilku se sýrem . . . . .	23	Kotlety s rozmarýnem plněné šunkou a sýrem . . . . .	43
Musaka (mleté maso s bramborami a zeleninou) . . . . .	24	Vepřové závitky se šunkou a vejci v trojbalu . . . . .	44
Nákyp z mletého masa s cuketou . 25		Karbanátky se sýrem v trojbalu . 44	
Nákyp z pórku se šunkou . . . . .	26	Mleté maso v žampionech v trojbalu . . . . .	45
Nákyp z těstovin se zelím . . . . .	26	Knedlíčky z mletého masa plněné švestkami v trojbalu . . . . .	46
Nákyp z čočky, brambor a zeleniny . . . . .	27		
Nákyp houbový se sójou . . . . .	28		

Uzlíčky z nudlového těsta	
s masovou haší	46
Jarní závitky po čínsku	47
Párky v kynutém těstě	48
Pirožky se zelnou náplní	48
Párky v pivním těstíčku	49
„Skládanky“ z hermelínu	
se šunkou a jablky v trojobalu	50
Sýrové chlebičky	51
Sýrové chlebové řízky	51
Sýrové nočky	52
Bramborové lívance	52
Bramborové hranolky	53
Bramborové kuličky	53
Bramborová „zelenina“	54
Noky z brambor a cukety	54
Špenátové noky	54
Cibule v těstíčku	55
Petrželka v těstíčku	55
Celer v trojobalu	56
Krokety z celeru a kuřecího masa	56
Cuketové květy plněné žampiony	
v těstíčku	57
Cuketa v těstíčku	57
Kapusta v trojobalu	58
Hrušky se sýrem v těstíčku	58
Koblihy z kynutého těsta	59
Koblihy z tvarohového těsta	60
Masopustní placičky	60
Jablka v županu z nudlového těsta	61
<b>Smažené ovoce</b>	62
Jahody v těstíčku s vínem	63
Třešně a višně v těstíčku s mlékem	63
Rybíz v těstíčku s mlékem	64
Mirabelky (renklódy)	
v těstíčku s vínem	64
Meruňky a broskve	
v těstíčku s rumem	64
Jablka v těstíčku s rumem	65
Hrušky v těstíčku s vínem	65
Švestky v těstíčku s rumem	65
Banány v kokosovém těstíčku	66
Ovocné špízy v trojobalu	66
„Misky“ k plnění	67
Pečivo z odpalovaného těsta	67
<b>Mikrovlnná trouba</b>	69
<b>Jaké nádobí používáme v MT?</b>	71
<b>Jak vaříme v MT?</b>	72
<b>Přibližné časy přípravy základních potravin v ml, kusech, gramech, doba a ustálení v minutách</b>	74
Polévka kuřecí po indicku	76
Polévka bramborová	76
Polévka rybí s rybími knedlíčky	77
Polévka pórková se sýrem	77
Polévka s ovesnými vločkami	78
Polévka krupková	78
Polévka s brynzou	79
Polévka karotková	79
Kapr se sladkokyselou omáčkou	80
Rybí filé s rozmarýnem,	
vejci a sýrem	80
Rybí filé na kari se sýrem	
a jogurtem	81
Salát z rybího filé	81
Kuřecí maso se zeleninou	
a smetanou	82
Kuřecí maso se žampiony	
a bílým vínem	82
Kotlety na rozmarýnu s jablkem	83
Kotlety po myslivecku	83
Kotlety se sýrem	83
Pálivé nudličky z hovězího masa	84
Klobása se zeleninou	84
Masopustní talíř	85
Placičky z mletého masa	
se zeleninou	85
Bramborový guláš se smetanou	86
Plněné cibule	86



Červená řepa dušená . . . . .	87	Bezinkový nápoj . . . . .	104
Špenát dušený . . . . .	87	Káva se žloutkem a rumem (pro dospělé) . . . . .	105
Pórek s vejci . . . . .	88	Káva s čokoládou . . . . .	105
Rattatouille (dušená zelenina) . . . . .	88	Kakaová poleva . . . . .	105
Lečo se smetanou . . . . .	89	<b>Tlakový hrnec</b> . . . . .	107
Musaka . . . . .	89	<b>Vaření masa</b> . . . . .	108
Nákyp kapustový . . . . .	90	<b>Dušení masa</b> . . . . .	109
Nákyp kvěťákový s těstovinami . . . . .	90	<b>Pečení masa</b> . . . . .	109
Nákyp houbový . . . . .	91	Polévka z hovězího masa . . . . .	110
Nákyp žemlový se sýrem . . . . .	91	Gulášová polévka s bramborami . . . . .	110
Nákyp tvarohový . . . . .	92	Polévka s vepřovým masem, pórkem a bramborami . . . . .	111
Nákyp krupicový . . . . .	92	Polévka z hovězího masa, zeleniny a těstovin . . . . .	112
Nákyp ovocný . . . . .	93	Polévka z kysaného zelí . . . . .	112
Nákyp jablečný s ořechy . . . . .	93	Polévka ze sušeného hrachu . . . . .	113
Nákyp piškotový bez cukru (se sorbitem) . . . . .	94	Polévka ze sušených fazolí . . . . .	114
Nákyp jablečný s kakaem bez cukru (se sladidlem) . . . . .	94	Hrstková polévka . . . . .	114
Knedlíčky tvarohové . . . . .	95	Hovězí maso jako „svíčková“ . . . . .	115
Knedlíčky s droždím . . . . .	95	Huspenina z vepřového masa . . . . .	116
Knedlíčky z brambor . . . . .	96	Škvaření sádla . . . . .	117
Špenátové knedlíčky . . . . .	96	Cikánský guláš . . . . .	117
Vaječná sedlina se sýrem . . . . .	96	Telecí ragú . . . . .	118
Špagety se sýrem . . . . .	97	Vepřové maso v karotce . . . . .	118
Těstoviny s houbami a vejcem . . . . .	97	Sójové nudličky se zeleninou a žampiony . . . . .	119
Kaše s ovesných vloček . . . . .	98	Kuře s nádivkou na rozmarýnu . . . . .	120
Ovesné vločky s vejci . . . . .	98	Bůček s houbovou nádivkou . . . . .	121
Sýrová omáčka s křenem . . . . .	98	Jehněčí kýta s fazolemi a zeleninou . . . . .	122
Žampionová omáčka . . . . .	99	Roláda z jehněčího masa s nádivkou . . . . .	123
Omeleta s cibulí . . . . .	99	Ragú s cizrnou ze skopového masa . . . . .	124
Omeleta s hráškem . . . . .	100	Salát z bílých fazolí . . . . .	125
Omeleta se špenátem . . . . .	100	Hrachová kaše . . . . .	125
Pomazánka z masa . . . . .	101	Hrách s kroupami . . . . .	126
Toasty se šunkou a sýrem . . . . .	101	Cizrna se zeleninou . . . . .	126
Toasty s brynzou . . . . .	102	Sója vařená . . . . .	127
Zasněžená vejce na toastu . . . . .	102	Pomazánka ze sóji . . . . .	127
Jablko se sýrem . . . . .	102		
Sněhové nočky s čokoládovou omáčkou . . . . .	103		
Broskve v závěži . . . . .	103		
Mandlové jablko . . . . .	104		
Jablečný nápoj (pro dospělé) . . . . .	104		