

1. ÚVOD	5
2. POLÉVKY	7
Bramboračka	7
Kmínovka	7
Zelňačka	7
Čočková polévka	7
3. HLAVNÍ JÍDLA	8
Ovocné knedlíky kynuté	8
Ovocné knedlíky bramborové	8
Ovocné knedlíky z páleného těsta	8
Ovocné knedlíky tvarohové	9
Smažené noky	9
Vařené noky	9
Bramborové placky	9
Kapustové placky	10
Květákové placky	10
Bramborové "cucky"	10
Bramborové šišky	10
Lívance s ovocnou pěnou	11
Rybí dort (Ryba v těstě)	11
Pirohy s houbami	11
Maso z celozrnné mouky	12
Zeleninové taštičky	12
Bramborový závin	12
Pečená kapusta v těstě	13
Palačinky se špenátem	13
Kapustové řízky	13
Květákový mozeček	13
Karbanátky z brambor	14
Bramborové placky	14
Kapustové karbanátky s masem	14
Rychlé placky se lnem	14
Hrachové karbanátky s uzeninou	14
Omeleta se šunkou	15
Maso na víně	15
Nekynuté ovocné knedlíky	15
Česká pizza	15
Houbové smaženky	16

OBSAH

Syté bramborové placky	16
Zelí se slaninou	16
Vařené bramborové šišky	16
Bramborové placky s nádivkou	16
Moučné "cucky" s máslem	17
Pšeničná kaše s vejci	17
Koblihy	17
4. PŘÍLOHY	18
Kynuté knedlíky - bomby	18
Zapečený salát se sýrem	18
Kapustová omáčka	18
Lněné noky	18
Noky do polévky	19
Zeleninová pomazánka	19
Chlupaté knedlíky	19
Pšeničné placky	19
Těstoviny z celozrnné mouky	19
Pšeničná kaše	20
Houskový knedlík	20
Chléb s olejem	20
Dalamánky bramborové	20
Lněné dlamánky	21
5. DEZERTY, MOUČNÍKY	22
Zapečená jablka	22
Slané placičky	22
Kynuté koláčky	22
Ovocný koláč	22
Lněná bábovka	23
Sladké placky	23
Perníkové šátečky	23
Květákový koláč	23
Sýrové šišky	24
Sýrové pečivo	24
Lněné sušenky	24
Kmínové sušenky	24
Lněný dort za studena	24
Lněné kuličky	25
Lněný koláč	25

OBSAH

Pšeničný pudink	25
Obalovaná jablka	25
Zapečená jablka	25
Jablka s drobením	26
Žitný koláč s jablky	26
Bábovka se zeleninou a lnem	26
Povidlové taštičky	26
Suchý koláč s oříšky	27
Bábovka s jablky	27
Chudý závin	27
Celozrnný ovocný pohár	27
Sýrové tyčky	28
Medové koláče	28
Tvarohové taštičky	28
Makovec	28
Vdolky	29
Slané pečivo	29
České buchty	29
Rohlíčky s nádivkou	30
Linecké koláče	30