

<b>SÝROVÉ POMAZÁNKY .....</b>	<b>6</b>
Pomazánka z mozzarely s bazalkou .....	6
Cottage pomazánka se sušenými rajčaty .....	6
Pažitková pomazánka ze žervé .....	6
Jednoduchá sýrová pomazánka .....	8
Jemná sýrová pomazánka .....	8
Pomazánka ze strouhaného tvrdého sýra s okurkou .....	8
Pomazánka z taveného sýra s kapií .....	10
Pomazánka z taveného sýra se salámem a vejci .....	10
Sýrová pomazánka s barevným pepřem .....	10
Nivová pomazánka na jednohubky .....	12
Pěna z nivy .....	12
Pomazánka z plísňového sýra s ořechy .....	12
Nivová pomazánka s taveným sýrem a zakysankou .....	12
Nivová pomazánka s cibulkou .....	14
Pomazánka z nivy a taveného sýra .....	14
Pikantní nivová pomazánka .....	14
Rychlá hermelínová pomazánka na chlebíčky .....	16
Hermelínová pomazánka s vajíčky .....	16
Hermelínová pomazánka se salámem .....	16
Hermelínová pomazánka se šunkou .....	18
Hermelínová pomazánka s klobásou .....	18
Hermelínová pomazánka s jablky .....	18
Havířská pomazánka .....	20
Tvarůžková pomazánka s pivem .....	20
Tvarůžková pomazánka na topinky .....	20
Pomazánka z romadúru .....	22
Pikantní pomazánka z pivního sýra .....	22
Bryndzová pomazánka .....	22
<b>VAJÍČKOVÉ POMAZÁNKY .....</b>	<b>24</b>
Vajíčková pomazánka s pažitkou .....	24
Vajíčkové pomazánkové máslo .....	24
Vajíčková pomazánka se sardelovým očkem .....	24
Vajíčková pomazánka s taveným sýrem .....	26
Vajíčková pomazánka se šunkou .....	26
Mletá pomazánka s vajíčky .....	26
Vajíčková pomazánka s rybí chutí .....	28

Vajíčková pomazánka s mrkví.....	28
Vajíčková pomazánka se zeleninou.....	28
Vajíčková pomazánka s křenem.....	30
Vajíčková pomazánka s koprem.....	30
Bramborová pomazánka s vajíčky.....	30
Pomazánka z míchaných vajec se šunkou a paprikou.....	32
Topinková pomazánka z míchaných vajec se sýrem.....	32
Houbová pomazánka s vajíčky.....	34
Vajíčková pomazánka se šunkou a žampiony.....	34
Vajíčková pomazánka s pórkem.....	36
Drožd'ová pomazánka.....	36
Drožd'ová pomazánka s vařenými vejci.....	36

### **MASOVÉ POMAZÁNKY..... 38**

Pomazánka z pečeného vepřového masa.....	38
Pomazánka z pečeného bůčku.....	38
Masová pomazánka s vejci.....	38
Pomazánka s vepřovým masem a houbami.....	40
Pomazánka z „vepřovky“.....	40
Rychlá pomazánka z vepřové konzervy.....	42
Masová pomazánka s papričkami.....	42
Pomazánka z vařeného hovězího masa.....	42
Pomazánka z kuřecího masa s vejci.....	44
Pomazánka z králíčího masa.....	44
Pomazánka z lančmítu a sterilované zeleniny.....	46
Pomazánka z uzeného masa s křenem.....	46
Jitrnicová pomazánka.....	46

### **ŠKVARKOVÉ POMAZÁNKY..... 48**

Škvarková pomazánka s česnekem.....	48
Lipenská škvarková pomazánka s taveným sýrem.....	48
Škvarková pomazánka s vejci.....	48
Vajíčková škvarková pomazánka s okurkou.....	50
Škvarková pomazánka se zeleninou.....	50

### **PAŠTIKOVÉ POMAZÁNKY..... 52**

Paštiková pomazánka z kuřecích jater.....	52
Jemná paštiková pomazánka s mandlemi.....	52
Paštiková pěna.....	54
Pikantní topinková pomazánka na způsob „tataráku“.....	54

Paštiková pomazánka s vejci a okurkou.....	54
Paštiková pomazánka se šunkovým salámem.....	56
Rychlá paštiková pomazánka s kapií.....	56
Falešná husí pomazánka.....	56

## **POMAZÁNKY ZE ŠUNKY A SALÁMU ..... 58**

Šunková pěna.....	58
Jednoduchá šunková pomazánka.....	58
Šunková pomazánka s vajíčkem.....	58
Šunková pomazánka s křenem.....	60
Pomazánka ze salámu a taveného sýra.....	60
Špekáčková pomazánka.....	60
Pomazánka ze šunkového salámu.....	62
Strouhaná salámová pomazánka.....	62
Rychlá pomazánka z točeného salámu.....	62
Ševcovská pomazánka.....	64
Pikantní gothajská pomazánka.....	64
Mletá salámová pomazánka se zeleninou.....	66
Pikantní salámová pomazánka.....	66
Zbojnická pomazánka.....	66
Ostrá salámová pomazánka s lečem.....	68
Pomazánka z loveckého salámu.....	68
Pěna z uheráku.....	68

## **POMAZÁNKY Z RYBIČEK ..... 70**

Jednoduchá sardinková pomazánka.....	70
Máslová pomazánka ze sardinek.....	70
Pikantní sardinková pomazánka.....	70
Sardinková pomazánka se salámem a vejci.....	72
Sardinková pomazánka s mrkví.....	72
Tvarohová rybičková pomazánka.....	72
Rybičková pomazánka s paštikou.....	74
Pomazánka z rybiček a leča.....	74
Jednoduchá pomazánka z rybiček v tomatě.....	74
Pomazánka z rybiček v tomatě se sýrem a zeleninou.....	76
Ďábelská pomazánka z rybiček.....	76
Jednoduchá tuňáková pomazánka.....	78
Tuňáková pomazánka z cottage.....	78
Tuňáková pomazánka s okurkou a vejci.....	78

Pomazánka z pečeného lososa.....	80
Lososovka z pomazánkového másla.....	80
Pomazánka z uzeného lososa.....	80
Pomazánka z rybího filé.....	82
Pomazánka z uzenáče.....	82
Pomazánka z uzenáče s vejci a okurkami.....	82
Humrovka.....	84
Pomazánka z ryb na způsob humra.....	84
Nepravá humrová pomazánka.....	84
Rychlá pomazánka z krabích tyčinek.....	86
Pomazánka z krabích tyčinek a ananasu.....	86
Pomazánka z oček.....	86
Pomazánka z rybích jiker.....	88
Pomazánka z tresčích jater.....	88
Krevetová pomazánka.....	88

## **„TATARÁK“ NA RŮZNÉ ZPŮSOBY..... 90**

Klasický tatarský biftek.....	90
Lososový tatarák.....	90
Salámový tatarák.....	92
Tatarák z vařených brambor.....	92
Pohankový tatarák.....	94
Tatarák z cukety.....	94

## **ČESNEKOVÉ POMAZÁNKY..... 96**

Česneková pomazánka z tvrdého sýra.....	96
Česneková pomazánka z taveného sýra.....	96
Česneková pomazánka na jednohubky.....	96
Česneková pomazánka z nivy.....	96
Česneková pomazánka ze žervé.....	98
Česnekovka z pomazánkového másla.....	98
Ostrá česneková pomazánka.....	98
Česneková pomazánka se salámem.....	100
Česneková pomazánka se sýrem a mrkví.....	100
Česneková pomazánka s bylinkami.....	100

## **TVAROHOVÉ POMAZÁNKY..... 102**

Domácí tvarohová rozhuda.....	102
Domácí lučina.....	102
Domácí tavený sýr z tvarohu.....	102

Naložený tvaroh s kmínem .....	104
Pikantní tvarohová pomazánka s pivem .....	104
Tvarohová pomazánka s pažitkou .....	104
Pažitková pěna .....	104
Budapešťská pomazánka .....	106
Výborná tvarohová pomazánka s vejci a mrkví .....	106
Řeřichová pomazánka.....	106

## **ZELENINOVÉ POMAZÁNKY .....108**

Mrkvová pomazánka s celerem.....	108
Mrkvová pomazánka se sýrem, salámem a vejci .....	108
Pikantní zeleninová pomazánka .....	108
Rychlá ředkvičková pomazánka .....	110
Ředkvičková pomazánka s vejci .....	110
Pórková pomazánka se salámem a vejci.....	110
Bruschetta .....	112
Pomazánka z rajčat a paprik .....	112
Pomazánka z pečených paprik .....	114
Pomazánka tzatziki .....	114
Brokolicová pomazánka.....	114
Hrášková pomazánka.....	116
Pomazánka ze sterilovaného zelí .....	116
Pomazánka z kyselého zelí .....	116
Pomazánka z červené řepy .....	118
Pomazánka ze sterilované červené řepy s křenem .....	118
Pomazánka z vařené červené řepy se sýrem.....	118
Pomazánka z dýně Hokkaidó.....	120
Cuketová pomazánka .....	120
Baklažánová pomazánka .....	120
Rychlá pomazánka z avokáda.....	122
Pomazánka z avokáda s vejci.....	122
Ostrá avokádová pomazánka .....	122

## **LUŠŤENINOVÉ POMAZÁNKY ..... 124**

Cizrnová pomazánka.....	124
Pomazánka z červené čočky .....	124
Pikantní fazolová pomazánka.....	124

## **SLADKÉ POMAZÁNKY ..... 126**

Domácí čokoládová pomazánka.....	126
Domácí nutella.....	126
Nutella z avokáda.....	126
Čokoládová pomazánka s kokosem .....	128
Oříšková pomazánka s ovesnými vločkami.....	128
Arašídová pomazánka.....	128
Sladká banánová pomazánka .....	130
Tvarohová pomazánka s kiwi.....	130
Pomazánka ze žervé s jablky .....	130
Tvarohová pomazánka s jahodami.....	132
Ovocná tvarohová pomazánka .....	132
Tvarohová pomazánka s mrkví .....	132

## **STERILOVANÉ POMAZÁNKY ..... 134**

Pomazánka z vepřové pečeně.....	134
Sterilovaná škvarková pomazánka.....	134
Čertovská salámovka .....	136
Lečovka.....	136
Pomazánka z paprik .....	138
Pomazánka z cuket .....	138
Houbová pomazánka na topinky.....	138

## **DOMÁCÍ PEČIVO K POMAZÁNKÁM.....140**

Jednoduché sýrové pečivo .....	140
Slané krekry z nivy.....	140
Krekry z tvarohového těsta .....	140
Košíčky na pomazánky z lineckého těsta.....	142
Pikantní košíčky na pomazánky.....	142
Lámané sezamové sušenky .....	142
Domácí tortilly .....	144
Chipsy z tortilly .....	144
Nachos .....	144
Domácí chlebičková veka.....	146
Domácí housičky a rohlíky .....	146
Semínkový chléb v misce .....	148
Domácí celozrnné bagetky .....	148