

OBSAH

PŘÍRODOU SE PLÍŽI HLAD	5
NAŠI PŘEDKOVÉ RÁDI JEDLI A PILI	6
POHÁDKOVÉ HOSTINY	9
JAK JE TO S POHÁDKAMI	11
TVŮJ PRVNÍ OHĚŇ	12
PŘÍPRAVA PODPALU A TOPIVA	14
STVOŘENÍ OHNĚ	15
UČIME SE U INDIÁNŮ	17
PLAMENY NA VĚŘENÍ – ŽHAVÉ UHLÍ NA PEČENÍ	21
TVŮJ NŮŽ	23
LESNÍ KUCHAR POTŘEBUJE SEKERKU	28
VRAŤME SE K INDIÁNŮM	36
OHŇOVÁ DŘÍVKA	37
KŘESÁNÍ OHNĚ	40
ČOČKY A SLUNCE	42
ZÁLESÁCKÁ OHNIŠŤE	42
DÁME SE DO VĚŘENÍ	46
Opečený řízek s pečenými bramborami	46
Řízek s kukuřicí na žhavém uhlí	47
Velká móda – šiškebab	48
Ryby pečené s houbami	49
Pečené kuře s rajčaty	49
RAŽNÍME, ROŠTÍME, POTOM S TÍM PRAŠTÍME	51
OPEČTE SI ŠPEKÁČKY NA HLÍDKOVÉM OHNĚ	57
PAGODA NENÍ JEN SLAVNOSTNÍM OHNĚM	58
DALŠÍ ZÁLESÁCKÉ OHNĚ PRO KUČAŘE	61
PEČEME V ALOBALU	68
ŠEST DALŠÍCH PŮVODNÍCH RECEPTŮ	70
Hamburger à la foil	70
Foil stew	71
Foil-broiled steak with lyonnaise potatoes	71
Fried chicken and roast corn	72
Baked fruit for dessert	72

NÁPADY TRAMPA BERNÁŠKA	72
ČESKÝ CESTOVATEL MÁ NĚKDY STAROSTI	76
ZÁLESÁCKÝ ZÁPISNÍK POKRAČUJE	77
JAK ZAVĚŠUJEME A PODKLÁDÁME NÁDOBY	82
RŮZNÉ KUCHARSKÉ POMŮCKY	85
TEČE VODA, TEČE	91
TEPELNÁ ÚPRAVA POTRAVIN	93
PRO ŠPATNÉ POČASÍ	107
BYLI INDIÁNI ROMANTIČTÍ?	116
CO NÁM ČESKÁ PŘÍRODA NABÍZÍ ZDARMA K JÍDLU	120
MALÝ ZÁLESÁCKÝ HERBÁŘ	122
TLUSTÍ A ŠTÍHLÍ	140
MAMINKA NENÍ DOMA	142
Vejce na měkko	142
Vejce na hniličku	142
Vejce na tvrdo	142
Míchaná vejce	142
Vejce na cibulce	143
Vejce nastavená krupicí	143
Sázená vejce – volská oka	143
Sázená vejce na slanině, na šunce, se salámem	143
Vejce jako muchomůrky	144
Brambory	144
Nové brambory s tvarohem	144
Opečené nebo šťouchané brambory	145
Bramborové topinky	145
Nastavovaná kaše	145
Strouhané brambory do zlatova	145
Bramborové placky	146
Bramborák	146
Bramborové guláše	146
Zapečené brambory	146
Brambory zapečené s houbami	147
Krupicová kaše	148
Rýže	148
Sladká rýžová kaše	149
Lívance	149

Palačinky	149
Omelety	150
Vdolky	151
KUČAŘ-ZÁLESÁK NAKUPUJE POTRAVINY	152
DNEŠNÍ ZÁLESÁK NENÍ POŘÁD V LESE	159
MALÝ RECEPTÁŘ	160
Polévky	160
Argentinské pučero	160
Boršč	161
Bramborová	161
Česnečka, oukrop	161
Čočková, hrachová	161
Chlebová	161
Krupicová	162
Květáková	162
Polévky z jarních bylinek	162
Rajská z čerstvých jableček	162
Rajská z protlaku	162
Slovenská mléčná	162
Studená z ptáčnic	163
Šťovíková	163
Vločková	163
Zeleninové polévky	163
Zelná	163
Žinčicová	163
Omáčky	164
Cibulová	164
Česneková	164
Houbová	164
Hořčicová	165
Kmínová	165
Koprová	165
Koprovka s vejci	165
Křenová	165
Okurková	165

Rajská	165
Smetanová, mléčná	166
Zeleninová	166
Povidlová	167
TÁBORNICKÉ POCHOUTKY	167
Biftek na suché pánvi	167
Cibule jako z pohádky	168
Cikánský guláš	168
Čevabčiči	168
Drůbež na rožni	169
Hovězí pečeně na zelenině	169
Játra na cibulce	169
Párek s bramborem po americku	170
Pistolnický guláš	170
Ražniči	170
Slanina s vejci	170
Táborská roštěná	171
Telecí pečeně na slanině	171
Vepřová pečeně	171
Vepřové steaky s pečenými rajčaty	172
Živánská pečínka	172
Máte rádi divočinu?	173
Dušený tetřev	173
Pečená koroptev, bažant a divoká kachna	173
Srnčí a jelení maso	174
Zajíc, divoký králík	174
Ani pečené ryby nejsou k zahození	175
Pečená ryba s vařenými rajčaty	175
Pečený pstruh	175
Pečený úhoř	175
Přílohy a příkrmy	176
Bramborové knedlíky	176
Houskové knedlíky	176
Chlupaté knedlíky	177
Kynuté knedlíky	177

Nezapomeňte na zeleninu	178
Dušené zelí české a moravské	178
Špenát	178
Vařené zelí, kapusta, květák	179
I prostá jídla chutnají	179
Zapečené fleky	179
Jednoduchý bramborový salát	179
Kalorka	179
Kuba s houbami	180
Kukuřice dušená	180
Kukuřice vařená	180
Ovesná kaše	180
Rozhuda	180
Škubánky	181
Zálesácké sladkosti	181
Buchty, koláče, vdolky	181
Jitrocelové křupinky	182
„Kouzelný“ puding	182
Lesní ovoce	182
Puškvorec v cukru	183
Smažené bezinky, kosmatice	183
Smažené švestky	183
Čeho se napijeme?	183
Čaje z bylin	183
Obilná káva	184
Jak si poradíme s houbami	184
Bramboračka s houbami	186
Dušení hub	188
Houbový guláš	188
Houbové karbanátky ze směsi různých jedlých hub	188
Houby na proutku	188
Houby na smetaně	188
Houbová polévka	188
Houbové rizoto ze směsi různých jedlých hub	189

