

OBSAH

Pomazánky

strana

1. Tvarohová s koprem	11
2. Tvarohová s kapií.....	12
3. Tvarohová s mrkví.....	13
4. Tvarohová s vejci.....	14
5. Rozhuda.....	15
6. S Lučinou, ořechy a mrkví	16
7. Sýrová s celerem.....	17
8. Sýrová s nivou.....	18
9. Z taveného sýra.....	19
10. Z tofu jako humrový krém.....	20
11. Z uzeného tofu	21
12. Z kuřecího masa.....	22
13. Z drůbežího masa se sýrem	23
14. Šunková pěna.....	24
15. Vaječná.....	25
16. Sýrová s jáhlami	26
17. Z olejovek	27
18. Z olejovek s Lučinou	28
19. Z olejovek s Lučinou a sýrem.....	29
20. Z rybího filé	30
21. Z rybího filé s čočkou	31
22. Z ryb a taveného sýra.....	32
23. Švédská.....	33
24. Z tresčích jater	34
25. Z uzené ryby	35
26. Pikantní z uzené ryby	36
27. Celerová s tvarohem	37
28. Droždová.....	38
29. Droždová s kapustou a vejcem	39
30. Droždová s ovesnými vločkami.....	40
31. Čočková	41
32. Fazolová.....	42
33. Kapiová.....	43
34. Mrkvová.....	44
35. Rajčatová s vejci	45
36. Špenátová.....	46
37. Zeleninová	47
Přesnídávky, svačiny, večere	
38. Drůbeží salát s celerem a jablky	48
39. Drůbeží salát letní.....	49
40. Drůbeží salát s ořechy.....	50
41. Čočkový salát s krutím masem	51
42. Topinky s krutou a jablky	52
43. Bramborový salát s rybou a zelenými fazolkami	53
44. Rybí salát s jablky.....	54
45. Plněná rajčata po litevsku	55
46. Obložený chléb s rybou	56
47. Teplé rybí chlebičky	57
48. Zelenina na oblohu pro rybí pomazánky	58

Polévky

HAZRO

49. Bramborová	59
50. Bramborová se sýrem	60
51. Celerová	61
52. Cibulová s bramborem	62
53. Cibulová se sýrem	63
54. Česneková	64
55. Česneková s pohankovými nočky	65
56. Z fazolových lusků	66
57. Hráškový krém	67
58. Ze zeleného hrášku	68
59. Kapustová	69
60. Kedlubnová	70
61. Kedlubnová s bramborem	71
62. Koprová (kulajda)	72
63. Květáková	73
64. Květáková s bramborem	74
65. Mrkvová	75
66. Petrželová	76
67. Pórková	77
68. Pórková s kapáním	78
69. Pórková s ovesnými vločkami	79
70. Pórková s vejci	80
71. Rajčatová s kapáním	81
72. Rajčatová s ovesnými vločkami	82
73. Rajčatová s rýží	83
74. Rajčatová s těstovinou	84
75. Špenátová	85
76. Z kysaného zelí	86
77. Z kysaného zelí s krupkami	87
78. Krkonošská zelňačka	88
79. Z jarní zeleniny	89
80. Zeleninová	90
81. Zeleninová s droždovými knedlíčky	91
82. Zeleninová se sýrovým kapáním	92
83. Zeleninová s vejci	93
84. Zimní zeleninová s ovesnými vločkami	94
85. Drožďová	95
86. Drožďová s bramborem	96
87. Jáhlová se zeleninou	97
88. Kmínová s houskou	98
89. Kmínová s kapáním	99
90. Kmínová s vejcem	100
91. Krupicová s vejcem	101
92. Mléčná se strouháním	102
93. Pohanková se zeleninou	103
94. Rýžová	104
95. Rýžová s mlékem a vejci	105
96. Selská I.	106
97. Selská II.	107
98. Z vaječné jíšky	108
99. Vločková	109

100.	Vločková s bramborem a zeleninou.....	110
101.	Čočková	111
102.	Čočková s kroupami a zeleninou.....	112
103.	Fazolová.....	113
104.	Fazolová bílá.....	114
105.	Fazolová s kysaným zelím.....	115
106.	Fazolová s rajčatovým protlakem.....	116
107.	Fazolová s kysaným zelím a bramborem.....	117
108.	Hrachová.....	118
109.	Hrstková.....	119
110.	Luštěninová.....	120
111.	Z míchaných luštěnin.....	121
112.	Zimní z luštěnin.....	122
113.	Hovězí rychlá s vejcem.....	123
114.	Gulášová	124
115.	Masový krém.....	125
116.	Ruský boršč	126
117.	Ragú s bramborem.....	127
118.	Frankfurtská.....	128
119.	Frankfurtská s bramborem.....	129
120.	Drůbková jemná.....	130
121.	Drůbková s cuketou a rýží.....	131
122.	Drůbková s nudlemi.....	132
123.	Drůbková s rýží.....	133
124.	Drůbeží se zeleninou a žampiony.....	134
125.	Drůbeží francouzská.....	135
126.	Krémová drůbeží s brokolicí.....	136
127.	Kuřecí maďarská.....	137
128.	Kuřecí s květákem	138
129.	Drůbeží vývar s krupkami	139
130.	Drůbeží vývar s ovesnými vločkami	140
131.	Drůbeží vývar se sýrem	141
132.	Drůbeží vývar se sýrovými noky	142
133.	Slepičí krémová	143
134.	Slepičí s pórkem a jáhlami.....	144
135.	Rybí	145
136.	Rybí s hrachem	146
137.	Rybí s knedlíčky	147
138.	Rybí maďarská	148
139.	Rybí šči.....	149
140.	Vánoční rybí.....	150
141.	Z rybího filé	151
142.	Rajčatová s rybím filé	152
143.	Sicilská rybí	153
144.	Hovězí pečeně přírodní.....	154
145.	Hovězí pečeně na česneku.....	155
146.	Hovězí pečeně znojemská.....	156
147.	Hovězí pečeně štěpánská	157
148.	Hovězí pečeně pražská	158
149.	Hovězí pečeně na houbách	159
150.	Hovězí pečeně na žampionech.....	160
151.	Hovězí pečeně protýkaná zeleninou	161

152.	Hovězí pečeně na paprikách	162
153.	Hovězí pečeně na celeru	163
154.	Hovězí pečeně na zelenině.....	164
155.	Svíčková na smetaně.....	165
156.	Ruská hovězí pečeně.....	166
157.	Hovězí pečeně cikánská.....	167
158.	Hovězí plátek (roštěná) přírodní.....	168
159.	Hovězí plátek bratislavský (bratislavská roštěná).....	169
160.	Španělský ptáček	170
161.	Kyjevský závitok.....	171
162.	Hovězí guláš	172
163.	Znojemský guláš.....	173
164.	Karlovarský guláš	174
165.	Mexický guláš.....	175
166.	Hovězí tokáň.....	176
167.	Rajčatová omáčka.....	177
168.	Koprová omáčka	178
169.	Křenová omáčka	179
170.	Žampionová omáčka.....	180
171.	Houbová omáčka	181
172.	Vepřová pečeně.....	182
173.	Selská vepřová pečeně.....	183
174.	Moravský vrabec	184
175.	Vepřová kýta na smetaně	185
176.	Hamburská vepřová kýta	186
177.	Vepřová kýta na paprice.....	187
178.	Poděbradské maso	188
179.	Bratislavské vepřové plecko	189
180.	Vepřový guláš	190
181.	Italský guláš.....	191
182.	Segedínský guláš	192
183.	Vepřové na kmíně	193
184.	Vepřové na houbách.....	194
185.	Vepřové na žampionech.....	195
186.	Vepřové v mrkvi	196
187.	Vepřové v kapustě.....	197
188.	Vepřový řízek přírodní.....	198
189.	Vepřový řízek smažený.....	199
190.	Vepřová roláda	200
191.	Rizoto z vepřového masa.....	201
192.	Srbské rizoto	202
193.	Jáhly na způsob rizota s masem.....	203
194.	Zapečené těstoviny s vepřovým masem a květákem	204
195.	Francouzské brambory	205
196.	Sekaná pečeně.....	207
197.	Štěpánská sekaná pečeně	208
198.	Zahradnická sekaná pečeně	209
199.	Karbanátky pečené.....	210
200.	Masové koule v rajčatové omáčce	211
201.	Holandský řízek	213
202.	Čevabčiči	214
203.	Vepřenky s cibulí	215

204.	Jitřnicový prejt.....	216
205.	Plněný paprikový lusk pečený	217
206.	Kapustové karbanátky s pohankou	218
207.	Kuřecí řízek přírodní	219
208.	Kuřecí řízek v těstíčku	220
209.	Kuře pečené s bylinkovým kořením	221
210.	Kuřecí maso po čínsku	222
211.	Krůtí plátek na houbách.....	223
212.	Krůtí paprikáš	224
213.	Krůtí guláš po myslivecku	225

Ryby

214.	Kapr pečený na kmíně	226
215.	Kapr pečený se sýrem.....	227
216.	Kapr smažený	228
217.	Rybí filé smažené.....	229
218.	Rybí filé smažené po čínsku	230
219.	Rybí filé pečené na másle	231
220.	Rybí filé zapečené se zeleninou.....	232
221.	Rybí filé zapečené se sýrem.....	233
222.	Rybí filé na smetaně	234
223.	Mořská štika se žampiony nebo hříbký	235
224.	Makrela pečená se zelenými paprikami.....	236
225.	Makrela po řecku	237
226.	Hejk na česneku s paprikou	238
227.	Hejk na bramborách.....	239
228.	Rizoto z rybího filé	240
229.	Rybí karbanátek.....	241

Drůbež II. část

230.	Kuře pečené	242
231.	Kuře na česneku.....	243
232.	Kuře pečené s nádivkou	244
233.	Kuře na způsob bažanta	245
234.	Kuře po zahradnicku.....	246
235.	Kuře na zelenině	247
236.	Kuře na paprice.....	248
237.	Kuře na nivě.....	249
238.	Rizoto z drůbeže	250
239.	Kuřecí rizoto po japonsku.....	251
240.	Kuřecí špagety se sýrovou omáčkou	252
241.	Kachna pečená.....	253
242.	Krůtí na slanině.....	254

Bezmasé slané a polomasité pokrmy

243.	Grenadýrský pochod.....	255
244.	Květák s vejci jako mozeček	256
245.	Květák smažený	257
246.	Pórek s vejci.....	258
247.	Zeleninové řízky	259
248.	Lečo s vejci.....	260
249.	Kapustové karbanátky.....	261
250.	Kapustové karbanátky s ovesnými vločkami.....	262
251.	Smažený celer.....	263
252.	Jáhly s houbami (hubník)	264

253.	Jáhly se zeleninou.....	265
254.	Zeleninové rizoto.....	266
255.	Šoulet s masem a zeleninou.....	267
256.	Krokety s rostlinnou směsí a sýrem.....	268
257.	Rizoto s uzeným tofu.....	269
258.	Těstoviny zapečené s uzeným tofu.....	270
259.	Zapečené špagety.....	271
260.	Špagety s pórkem.....	272
261.	Špagety s nivou.....	273
262.	Čočka s tofu.....	274
263.	Čočkový salát.....	275
264.	Fazolový salát.....	276
265.	Fazolový salát s balkánským sýrem.....	277
266.	Fazolový salát s bramborem.....	278
267.	Čočka na kyselo.....	279
268.	Čočkový prejt.....	280
269.	Čočka se zeleninou.....	281
270.	Hrachová kaše s cibulkou.....	282
271.	Šoulet.....	283
272.	Houbový Kuba.....	284
Bezmasé pokrmy sladké		
273.	Škubánky s mákem.....	285
	Opečené škubánky.....	285
274.	Bramborové šišky s mákem.....	286
275.	Nudle s mákem.....	287
276.	Žemlovka s jablky.....	288
277.	Žemlovka s tvarohem.....	289
278.	Žemlovka s jablky a tvarohem.....	290
279.	Dukátové buchtičky s krémem.....	291
280.	Domácí buchty plněné mákem.....	292
281.	Smažené vdolky.....	294
282.	Ovocné knedlíky kynuté (Kynuté knedlíčky s povidly).....	295
283.	Švestkové knedlíky (bramborové) s tvarohem.....	296
284.	Ovocné knedlíky z tvarohového těsta se strouhankou.....	297
285.	Palačinky se zavařeninou.....	298
286.	Lívance (sypané moučkovým cukrem se skořicí).....	299
287.	Rýžový nákyp s jablky nebo s ovocem.....	300
288.	Rýžová kaše.....	301
289.	Krupicová kaše.....	302
290.	Kaše z ovesných vloček.....	303
291.	Kukuřičná kaše (polenta) slaná se sýrem.....	304
292.	Jáhlová kaše.....	305
293.	Jáhlový nákyp s jablky.....	306
Přílohy		
294.	Bramborová kaše.....	307
295.	Nastavovaná kaše s cibulkou.....	308
296.	Bramborový salát.....	309
297.	Bramborové knedlíky.....	310
298.	Chlupaté knedlíky.....	311
299.	Houskové knedlíky kynuté.....	312
300.	Knedlíky žemlové jemné (karlovarské - vídeňské).....	313