

KUCHAŘKA

K R A J O V Ý C H R E C E P T Ů

2014





**Vážení příznivci
tradičních moravskoslezských specialit,**

je to již čtyři roky, kdy jste se mohli poprvé setkat s projektem Jak šmakuje Moravskoslezsko, který si u Vás za dobu své existence našel svou oblibu. Od té doby byly Moravskoslezským krajem vyhlášeny čtyři ročníky kulinářské soutěže o nejlepší regionální recept, během nichž bylo sesbíráno 344 regionálních receptů a oceněno několik z Vás, milovníků kvalitního jídla a pití.

V tuto chvíli pročítáte úvodní stránky v pořadí čtvrté kuchařky, která obsahuje neuvěřitelných 101 krajových receptů. A jak jste již zvyklí, ani tato kuchařka není výjimkou – sestává z receptů regionálních specialit, které známe z kuchyní našich maminek, babiček a prababiček.

Všichni, kdo se na realizaci podílejí, mají radost z toho, že zájem o projekt Jak šmakuje Moravskoslezsko neustále vzrůstá jak v rámci kraje, tak na území republiky a rovněž v zahraničí.

V letošním roce jsme opět dodrželi myšlenku putovního gastrofestivalu, a zrealizovali jsme jej v Ostravě, v nově otevřeném Trojhalí, které nám poskytlo velkorysý prostor pro akci, na kterou každoročně zavítají tisíce návštěvníků.

Vážený čtenáři, dovoluji Vám opět poděkovat jménem celého realizačního týmu za Vaši přízeň a podporu, kterou projektu Jak šmakuje Moravskoslezsko projevujete.

Ať Vám šmakuje!

Ing. Ivan Strachoň
náměstek hejtmána kraje



Seznam receptů

POLÉVKY

Kmínová polévka	10
Černá kmiňočka.	10
Cibulačka s kozím sýrem	11
Polévka „mulka“.	12
Slezská mléčná polévka	13
Mléčná polévka s novými brambory	13
Polévka chlebovka	14
Chlebová s houbami	14
Jarní polévka	16
Kyseláky	16
Květáková polévka	17
Švábská polévka	17
Fazolová polévka	18
Sedlácká hrachovka.	19
Zelná polévka	20
Okurková zupa	21
Šťovíková polévka	21
Havířská kulajda	22
Králičí kyselice	23
Polévka z krůtích krků	23
Špenátová polévka s jehněčím masem	24
Hrušková polévka s vínem	25
Vánoční rybí polévka	26

MASOVÉ POKRMY

Ajntopf	30
Kuřecí prsa s višněmi	31
Křídélka s ořechovou náplní	32
Fifejdské kuře	33
Pečené krky s cibulovou omáčkou	34

Svatomartinská husa s hruškou, červeným zelím a pohankovým knedlíkem	34
Babiččina smetanová omáčka	36
Kotlety na šlehačce	36
Frýdecké labužnické kotlety	37
Zapečené zelné listy s masem a rýží	38
Hanácký vrabec se zelím	39
Uzené koleno s křenovou omáčkou	39
Rolky stařenky Resi s klouzky	40
Roláda z Morávky	41
Bůčková roláda nebo kapsa se smaženicí z lesních hub	42
Šalvějové rolky pro čtyři strávníky	44
Rolky z vepřového masa se zelným listem v bránici	46
Mleté vepřové maso v bránici	48
Zabijačková pochoutka	49
Slezská vepřová játra	50
Jehněčí se švestkovou omáčkou	51
Jehněčí maso s dušeným šťovíkem	52
Jehněčí roláda s kozím sýrem	53
Králičí maso na slivovici	53
Šípková omáčka s králíkem	54
Marinovaný králík	54
Králík na smetaně od mé maminky	55
Kapří hranolky podle švagra Milana	56
Bystřický pstruh na mandlích	57

ZELENINOVÉ POKRMY

Bramborák s libečkem	60
Svojski placek	61
Kyselé brambory	62
Bachora	62



Jobra pro jednoho	64
Rýže	64
Pohanka s uzeným bůčkem a sušenými švestkami	65
Fazolový guláš ze Šalamounské kolonie	66
Babiččin zapekáč	67
Smažený celer	68

SLADKÁ JÍDLA

Vypíštěk	72
Borůvkový brutvaniok	73
Mrkvové koule	74
Mrkvance babičky Marušky	74
Koláč z mrkve	75
Želňok – kynutá buchta se zelnou nádivkou a drobenkou	76
Jablečný moučník	78
Šťavnaté jablečné řezy	78
Koláč s ukládanými jablky	80
Štrúdl tety Hanky	80
Jablkové štrúdl babičky Magdaleny	81
Lívanec s jablky	82
Vařený jablečný kompot	83
Strouhaný koláč	83
Strouhaný moučník	84
Meruňkový tvarožník prababičky Anny	84
Tvaroháček	85
Slezský tvarohový koláč	85
Prajzké buchty	86
Minikoblížky z tvarohu	88
Babiččiny tvarohové knedlíky	88
Pustějovské „pohudky“ podle babičky Hely	90

Třená dvoubarevná bábovka	91
Medový věnec	92
Bílkový chlebiček	93
Těstoviny tety Relky	93
Krupicový nákyp	94
Višňová kulička s omáčkou z lesních plodů	95
Povidlové řezy	96
Makuvki	96
Radvanická vařená slivovice	97

CHUŤOVKY

Pikantní tvarůžková pomazánka	100
Tvarůžkový pošmak	101
Frýdecký šmitec	102
Šmírkejy	102
Svatohubertská zvěřinová paštika	103
Houbová směs na topinky	104
Vajíčka pro jednoho	105
Nepizza	105



Moravskoslezské menu z vítězných receptů pro rok 2014

POLÉVKA

Fazolová polévka

Marie Filipová – str. 18

HLAVNÍ CHOD

Svojski placek

Eva Zajacová – str. 61

Králík na smetaně od mé maminky

Dagmar Cilečková – str. 55

DEZERT

Borůvkový brutvaniok

Karel Drápal – str. 73

Šťavnaté jablečné řezy

Marie Filipová – str. 78



Fazolová polévka



Králík na smetaně
od mé maminky



Svojski placek



Šťavnaté jablečné
řezy



Borůvkový
brutvaniok

POLÉVKY

KUCHAŘKA KRAJOVÝCH RECEPTŮ



U tabule je hudba dobrým zkušebním kamenem
– je-li jídlo dobré, neslyšíme ji.

Christian Dietrich Grabbe





Kmínová polévka

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

50 g másla
1,5 l vody
100 g vlasových nudlí
300 g nakrájené mrkve
100 g nakrájeného celeru
1 lžička kmínu
2 lžice hladké mouky
sůl, pepř

Postup

Vymícháme jíšku. Nasypeme kmín. Zalijeme vodou. Přidáme zeleninu a okořeníme. Těsně před koncem varu přisypeme nudle a odstavíme z ohně.



Kdysi dávno jsme to jedli. Bylo to levné a kmín provoněl kuchyni.



Velmi jednoduchá polévka, kterou naše babičky vařily našim dědům jen tak narychlo, aby měli něco teplého v žaludku.

Cibulačka s kozím sýrem

Julie Vilkošová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

60 g domácí uzené slaniny
300 g cibule
100 g kozího sýra
200 ml 12% smetany
0,8 l zeleninového nebo masového vývaru
mletý pepř, drcený kmín, sůl, petrželová nať

Postup

V hrnci na mírném ohni rozškvaříme na proužky nakrájenou slaninu, přisypeme k ní na kolečka nakrájenou cibuli a osmažíme ji dorůžova. Směs ochutíme drceným kmínem, zalijeme vývarem a vše krátce povaříme. Sýr rozmačkáme v míse, po lžících do něj vmícháme smetanu a vyšleháme řídkou kaši, kterou smícháme s cibulovým základem. Polévku dochutíme nasekanou petrželkou, osolíme, opepříme a podáváme s chlebem.



Místo kozího sýra lze kvůli jeho nezvyklé chuti použít brynz.

Černá kmiňočka

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

50 g sádla
50 g hladké mouky
0,8 l vody
1 cibule
1 krajíc tmavého chleba
sůl, pepř, drcený kmín

Postup

Cibuli nakrájíme najemno. Sádlo v hrnci rozežřejeme, přidáme nakrájenou cibuli a zpěníme. Dodáme drcený kmín, přisypeme hladkou mouku a osmahneme dotmava. Zalijeme studenou vodou a pečlivě rozšleháme. Osolíme a necháme důkladně za občasného míchání 20 minut provařit. Krajíček tmavého chleba nakrájíme na kostičky, které pak osmahneme na pánvi na troše sádla dozlatova. Před servírováním dáme do talíře osmažený chléb a přelijeme polévkou.





Polévka „mulka“

Pavla Filová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 větší cibule
4 středně velké brambory
1 l vody
1 l kyselého mléka
2 lžíce hladké mouky
trocha oleje
sůl podle chuti
malé množství mléka nebo smetany na vaření a nadrobno nasekaná pažitka

Postup

Ingredience jsem nenapsala úplně přesně, protože ji vařím tak trochu „podle oka“.

Takže: nejdříve nadrobno nakrájíme jednu větší cibuli a zpěníme na oleji. Přidáme na kostičky nakrájené 3 až 4 středně velké brambory a zalijeme vodou. Trochu osolíme a vaříme. Když jsou brambory měkké, přilijeme kyselé mléko (3/4 l až 1 l). V troše mléka nebo smetany na vaření rozšleháme 1 až 2 lžíce hladké mouky a polévku zahustíme. Podle chuti přidáme sůl. Přisypeme nadrobno nakrájenou pažitku a vaříme ještě tak pět minut. Hotovo! Polévka nám moc chutná a při podávání je možné ji ještě pro zvýraznění chuti posypat na talíři trochou pažitky. Dobrou chuť!



Naučila mě ji moje maminka a tu zase ta její. Dál už nevím, ale určitě se předávala z generace na generaci. Je jednoduchá, levná a dobrá.



Slezská mléčná polévka

Pavel Kořízek

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 ml mléka
500 ml vody
40 g mouky
20 g másla
1 žloutek
špetka soli

Postup

Mléko zředíme se 250 ml vody a přivedeme k varu se špetkou soli (můžeme přidat i kousek skořice). Mouku rozmícháme ve 250 ml studené vody, promícháme a nalijeme do vroucí tekutiny. Po 10 minutách vaření přidáme máslo a rozšlehaný žloutek. Odstavíme polévku z plotny.



Velmi jednoduchý laciný recept, když bylo potřeba dát něco teplého do břicha a nebylo pro samou práci moc času trávit čas v kuchyni velkým vyvařováním.

Mléčná polévka s novými brambory

Julie Vilkošová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

200 g nových brambor
0,5 l vody
125 ml sladké smetany
125 ml kyselá smetana
špetka kmínu
petrželová nať nebo kopr

Postup

Do půl litru osolené vody s kmínem dáme vařit na kostky nakrájené brambory. Když změknou, vmícháme bílek rozšlehaný ve sladké smetaně, polévku odstavíme, vmícháme do ní žloutek rozmíchaný v kyselá smetaně, trochu ji ještě prohřejeme – nevaříme. Na talíři ji ozdobíme jemně sekanou petrželkou či koprem, podáváme vlažnou.



Zajímavá chuť.



Polévka chlebovka

Marie Krawczyková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

4 krajíce suchého chleba
1,5 l vody
150 g žampionů
100 g uzeného bůčku nebo anglické slaniny
1 bujon (masox)
2 vejce
1 zakysaná smetana
kmín

Postup

Suchý chleba necháme namočený půl hodiny ve vodě, mezitím si připravíme nakrájený bůček a na něm podusíme nakrájené žampiony. Do hrnce dáme 1,5 l vody a přidáme bujon, po 15 minutách přidáme směs podušených žampionů a vymačkanou chlebovou směs, necháme převařit asi 5 minut, potom přidáme rozšlehané vejce a vaříme dalších 5 minut. Polévku dochutíme solí a pepřem, na talíř nalijeme tuto hustou polévku a přidáme 1 lžici zakysané smetany.



Jedná se o velice chutnou polévku, která je nenáročná na čas a peníze, rychlý recept z Těšínska.

Chlebová s houbami

Julie Vilkošová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

200 g tvrdého chleba
1,25 l vody
1 cibule
1 masox
3 lžice sušených hub
1 lžička drceného kmínu
2 lžice másla
125 ml smetany
1 vejce
sůl, petrželka, pažitka

Postup

Tvrdý chléb i s kůrkou rozlámeme, přidáme nakrájenou cibuli, sůl, kmín, masox a vše zalijeme 1,25 l vody a chléb rozvaříme. Cibuli vyjme a chléb rozmixujeme. Do polévky přidáme předem namočené houby a uvaříme je doměkka. Nakonec vlijeme vejce rozmíchaná ve smetaně a polévku zjemníme máslem. Na talířích ji zdobíme jemně nakrájenou petrželkou nebo pažitkou.



Polévka je velmi chutná, i když chuť nezvyklá. A také je to dobrý tip na zpracování staršího chleba.





Jarní polévka

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 miska jarní mrkve na plátky
1 miska celeru
1 miska petržele
1 miska jarního zelí
½ misky ovesných vloček
2,5 l vody
50 g másla
1 lžička kmínu
1 miska nových brambor
sůl, pepř

Postup

Vše nakrájíme a nasypeme do osolené a okmínované vroucí vody. Vaříme podle zvyku. Podáváme s krajícem voňavého čerstvého chleba.



Tohle se vařilo
na zahrádkách.

Kyseláky

Ludmila Mořkovská

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

2 lžice sádla
3 lžice hladké mouky
1 l vody
3 bobkové listy
5 kuliček pepře
2 brambory
1 masox
2 ostravské klobásky
sůl, ocet

Postup

Na sádle připravíme světlou jíšku, zalijeme vodou a povaříme. Osolíme, přidáme bobkový list, kuličky pepře, masox a na kostičky nakrájenou ostravskou klobásu a brambory. Vaříme do změknutí brambor. Po odstavení mírně zakápneme octem. Podáváme s chlebem.



Pro vylepšení chuti můžeme
přidat zakysanou smetanu nebo
smetanu, ale dřív než ocet.

Květáková polévka

Marie Filipová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

½ menšího kvěťáku
1 l vody
250 ml mléka
100 ml sladké smetany
3 lžice másla nebo oleje nebo mix
2 lžice hladké mouky
sůl podle potřeby
možno přidat kousek masoxu nebo
polévkového koření
krutony z 1 pečiva
hladkolistá petrželka

Postup

Květák rozebereme na menší růžičky nebo ho na hrubém slzičkovém struhadle nastrouháme, zalijeme jedním litrem vody, přidáme sůl a povaříme. Z másla a hladké mouky uděláme světlou jíšku, zalijeme mlékem, rozšleháme a polévku zahustíme. Přidáme smetanu a necháme zvolna provařit. Můžeme rovněž dochutit troškou polévkového koření, kouskem masoxu nebo špetkou vegety. Těsně před podáváním přidáme na talíř do polévky opraženou housku a zelenou petrželku.

Poměry ingrediencí si každý upraví podle své chuti, jestli mléka a smetany méně nebo více, není třeba vše přesně dodržet.



Na tuto polévku maminka používala květák horší kvality, tj. menší, s řidšími růžicemi nebo ten, co se nesklidil včas a už začal vyrůstat.

Švábská polévka

Jarmila Orlitová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

250 g fazolí maslových (velkých) –
u nás zvaných becoky
1,5 l vody
100 g cukru
1 lžička soli
1 citron
200 g sušených švestek
1 kelímek 33% smetany

Postup

Fazole dáme vařit do 1,5 litru vody, vaříme doměkka. K uvařeným fazolím přidáme sušené švestky a ještě krátce povaříme. Do polévky přidáme cukr, sůl a šťávu z citronu (dáme tolik, jako by měla být jen sladká, jen slaná, jen kyselá – tím dostane tu správnou chuť). Polévku zahustíme smetanou a podáváme. Můžeme podávat s pečivem k obědu jako hlavní chod.



Fazolová polévka

Marie Filipová



OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 l vody
200 g tmavých nebo barevných fazolí
4 lžice hladké mouky
0,5 l mléka
200 ml sladké smetany
sůl a ocet podle potřeby

Postup

Fazole předem na několik hodin namočíme ve vodě a pak ve stejné vodě uvaříme doměkka, ale nerozvaříme. V části mléka rozšleháme mouku, polévku zahustíme, osolíme a když zavaří, přidáme sladkou smetanu a podle potřeby zbytek mléka. Polévka má být spíše trochu hustější. Necháme velmi zvolna dobře provařit, zhruba půl hodiny, hlídáme, občas promícháme a odstavíme. Polévka se může mírně okyselit octem, ale nemusí. Nebo si každý přidá pár kapek octa až přímo na talíři. Pokud máme, můžeme do polévky na talíři přidat vařené brambory nakrájené na středně velké kousky.



Obyčejná fazolová polévka, která mě provázela celým dětstvím a z nostalgie ji vařím dodnes. Maminka používala velké a různě barevné fazole, tzv. becoky. Pokud zrovna měla uvařené brambory jako přílohu k druhému jídlu nebo jí zbyly z předešlého dne, každému trochu přidala doprostřed talíře.



Sedlácká hrachovka

Helena Febrová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1,2 l vody
120 g suchého loupaného hrachu
2 větší brambory
1 cibule
½ menšího celeru
100 g uzeného masa
2 lžice vepřového sádla
2 lžice hladké mouky
2 stroužky česneku
sůl, mletý pepř, majoránka, zelená petrželka

Postup

Do poloviny vody dáme přes noc namočit hrách. Před vařením dolijeme zbytek vody a hrách uvaříme skoro doměkka. Přidáme na kostky nakrájené brambory, celer a na polovině sádla jemně opečenou cibulku s kostkami uzeného masa. Osolíme a zahustíme jíškou z mouky a lžice sádla. Ochutíme pepřem, drceným česnekem a majoránkou. Dovaříme doměkka. Před podáváním posypeme sekanou petrželovou natí.



Pro urychlení přípravy polévky můžeme použít hrách předvařený.





Zelná polévka

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g kysaného zelí
2,5 l vody nebo vývaru
300 g paprikové klobásy
100 g sádla
2 lžíce hladké mouky
2 lžičky sladké papriky
1 lžička cukru
pár bobkových listů, pepř, kmín a sůl

Postup

Zkaramelizujeme lžičku cukru. Ze sádla a hladké mouky uděláme jíšku. Přidáme nakrájenou klobásku a sladkou papriku. Promícháme. Zalijeme vodou, nasypeme sáček zelí, přidáme bobkový list, kmín, sůl a pepř. Vaříme, vaříme a vaříme.



S čerstvým chlebem a s chilli papričkou – lahůdka.

Okurková zupa

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

600 g vepřových kostí na vývar
1,5 l vody
400 g okurek kvašáků
2 mrkve
2 petržele
1 menší celer
1 cibule
2 lžičky 33% smetany
6 menších brambor
sůl, snítky kopru

Postup

Z kostí a zeleniny připravíme vývar. Ten sceďíme a přidáme do něj na kostky nakrájené očištěné brambory, které vaříme dopoloměkka. Na hrubém struhadle nastrouháme okurky kvašáky, přidáme do polévky a vaříme doměkka. Nakonec zjemníme polévku smetanou a přidáme najemno nasekaný čerstvý kopr. Dochutíme solí.

Šťovíková polévka

Julie Vilkošová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

4 brambory
2,5 l vody
300 g hovězího masa
150 g kořenové zeleniny
1 cibule
1 bobkový list
4 kuličky nového koření
1 lžička celého pepře
1 špetka soli
1 kostka zeleninového bujonu
3 vejce uvařená natvrdo
1 lžíce hladké mouky
1 svazek mladého šťovíku
1 smetana ke šlehání

Postup

Maso uvaříme v osolené vodě s kořením, kořenovou zeleninou a cibulí. Měkké maso vyjmeme, vývar přecedíme a vložíme do něj na kostky nakrájené brambory. Vaříme je pět minut, poté vývar zahustíme smetanou rozmíchanou s hladkou moukou a chvíli po-vaříme. Pak do polévky vložíme na kousky nakrájené maso, nakrájená vejce a nakonec drobně nasekaný šťovík. Polévku ještě necháme přejít varem.



Je to zajímavá a nezvyklá chuť.





Havířská kulajda

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

400 g vepřových kostí
1,2 l vody
1 mrkev
1 petržel
1 malý celer
1 cibule
400 g brambor
50 g sádla
50 g hladké mouky
250 ml 33% smetany
5 vajec
30 ml octa
1 hrst sušených hub
pepř, kmín, sůl, snítka kopru

Postup

Nejdříve z kostí, mrkve, petržele a cibule ve slupce připravíme silný vývar, který necháme zchladnout. Ze sádla a hladké mouky připraví-

me světlou jíšku, kterou zalijeme připraveným vychladlým vývarem. Dobře metličkou prošleháme a necháme 20 minut provařit. Brambory oškrábeme, nakrájíme na kostičky a přidáme do polévky. Dodáme kmín a vaříme dopoloměkka. Sušené houby spaříme horkou vodou a necháme 10 minut stát. Pak přidáme do polévky. Na závěr přilijeme smetanu a dodáme najemno nasekaný kopr. Dochutíme solí a octem.

Připravíme zastřená vejce. Do naběračky nalijeme vodu, osolíme, dodáme lžici octa, dáme na plamen sporáku a necháme zavařit. Do naběračky pak vyklepneme vejce, při mírném varu je jen částečně uvaříme, žloutek musí zůstat měkký.

Před podáváním položíme zastřená vejce na talíře a zalijeme kulajdou.

Králičí kyselice

Julie Vilkošová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

750 g čerstvých hub
500 g vnitřností a hlava z králíka
2 vejce
1 cibule
1 l vývaru z kostí
250 g sladké smetany
1 lžice hladké mouky
sůl, celý pepř, nové koření, bobkový list, ocet

Postup

Houby a králíka vložíme do hrnce a zalijeme vychladlým vývarem. Osolíme, přidáme dvě lžice octa a koření. Přivedeme k varu a vaříme na velmi mírném ohni asi půl hodiny, průběžně odebíráme pěnu. Přidáme celou cibuli, hladkou mouku rozkvedlanou ve studené vodě a vaříme dalších 20 minut. Mezitím vyndáme králíčí hlavu, obereme z ní maso, které vrátíme do polévky. Za stálého varu vmícháme vejce. Nakonec odstavíme z ohně, přidáme smetanu a ocet podle chuti.

Polévka z krůtích krků

Emilie Strachoňová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

350 g krůtích krků
1,2 l vody
1 mrkev
1 celer
1 petržel
1 cibule
1 stroužek česneku
1 hrst zavařky nebo nudlí
sůl, pepř, majoránka, zelená petržel nebo pažitka

Postup

Do vody dáme krůtí krky a všechny suroviny (kromě zavařky). Krky vaříme doměkka zhruba hodinu. Opatrně je vyndáme, polévku dochutíme kořením. Přidáme zavařku (nudle), povaříme. Se zeleninou zacházíme, jak jsme zvyklí (nastrouhat, nakrájet). Do polévky přidáváme jen část zeleniny. Na talíři dozdobíme sekanou petrželí nebo pažitkou.



Uvařené krky pak dále pečou a připravím k nim cibulovou omáčku. Jako příloha je vařený brambor.



Špenátová polévka s jehněčím masem

Radim Vilkoš

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g jehněčího masa
1,5 l vody
250 g špenátu
60 g tuku
1 cibule
hladká mouka, sůl, pepř a bílý jogurt

Postup

Jehněčí maso odblaníme a nakrájíme na malé kousky, dáme vařit do slané vody. Cibuli nakrájíme nadrobno, osmahneme dorůžova, zaprášíme lžící hladké mouky, přidáme sůl, pepř a necháme ještě osmahnout. Poté světlou cibulovou jíškou rozředíme studenou vodou a vložíme do polévky. Špenát omyjeme, nakrájíme na malé kousky a rozvaříme v kastrůlku. Když je špenát hotový, přidáme do polévky. Necháme přejít varem, podle potřeby dochutíme. Nakonec vmícháme několik lžic jogurtu.

Zvláštní nevšední kombinace, určitě překvapí výsledek.

Hrušková polévka s vínem

Julie Vilkošová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

6 hrušek
0,6 l bílého suchého vína
200 ml vody
60 g moučkového cukru
2 lžice nastrouhané citronové kůry
1 hrst hřebíčku
2 lžice piniových oříšků

Postup

Víno v hrnci promícháme s cukrem, citrónovou kůrou a 200 ml vody a směs přivedeme k varu. Mezitím oloupeme hrušky, nakrájíme je na čtvrtiny a do každého kousku zapícháme 4 hřebíčky. Hrušky 15 minut povaříme ve vinném základu, vyjeme je a vložíme do polévkových misek, kde je přelijeme vinným základem a posypeme oříšky. Polévku podáváme vychlazenou.



Výborná v teplých letních dnech.





Vánoční rybí polévka

Tomáš Fiala

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

Vývar č. 1

1 litr vody
mlíčů ze 3 až 4 kaprů
droby ze 3 až 4 kaprů

Vývar č. 2

1 litr vody
1 velká karotka
1 velká petržel
½ celeru

Vývar č. 3

2,5 litru vody
3 až 4 hlavy kapra
1 zarovnaná lžíce soli

Koření

2 bobkové listy
10 kuliček pepře
10 kuliček nového koření
2 kostky masoxu
½ lžičky estragonu
jiná koření podle vlastní chuti

Postup

Při kuchání kaprů a oddělování hlav pečlivě dbáme, aby se nepoškodila a nerozlila žluč! Uvaříme tři vývary podle ingrediencí. Po uvaření všechny vývary ochutnáme, zda nejsou hořké (hlavně ty rybí).

Vývar z hlav scedíme zvlášť – jsou tam uvolněné kosti. Po scezení vývary slijeme do společného hrnce. Rybí hlavy pečlivě obereme a vyhodíme žábry (jsou hořké) a všechny kosti. Obrané maso – asi ¾ kila – rozelemele v masovém mlýnku. Zeleninu v troše vývaru rozmixujeme do krémové konzistence. Vývary přivedeme ve společném hrnci k varu a pak přidáme koření (viz ingredience).

Asi po půlhodině postupně přidáme rozmixovanou zeleninu, droby a rozeleté maso z hlav. Občas zamícháme a asi za 15 až 20 minut odstavíme.

Nepřikrývat! Výsledkem je asi 5 litrů polévky.



Není-li polévka dostatečně krémově homogenní (bývá to při vaření z menších libových hlav a hlavně při nedostatku mlíčí), zahustíme ji jíškou ze 2 lžic sádla a 1 lžice hladké mouky. Jíšku ne tmavou!

Před vařením je třeba hlavy dokonale očistit. Nejlépe to jde ve vaně v teplé vodě – stačí škopek položený do vany – a bezvadným nástrojem je rýžový kartáč. A chce to trochu síly a trpělivosti.



MASOVÉ POKRMY

KUCHAŘKA KRAJOVÝCH RECEPTŮ



Žádná láska není tak opravdová,
jako láska k jídlu.

George Bernard Shaw





Ajntopf

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

600 g kuřecích prsíček
100 g másla
600 g brambor
250 ml sladké smetany
sůl, pepř, pažitka a voda

Postup

Kuřecí prsíčka dáme do hrnce a na másle opečeme. Osolíme, opepříme. Poté na ně nakrájíme syrové brambory na plátky zhruba 2 cm silné, přidáme trochu vody a dáme pod pokličkou dusit do trouby, až brambory změkknou. Pak osolíme a polijeme sladkou smetanou a dopečeme odkryté. Smetana trochu zahnědne. Posypeme pažitkou.



Dnešní doba je přehlcena vařením, recepty... Všechno se míchá se vším... Je to škoda – unikají vynikající jednoduchá jídla.



Kuřecí prsa s višněmi

Marie Krawczyková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

800 g kuřecích prsou
3 lžíce oleje
2 lžíce másla
1 lžička hladké mouky
250 g čerstvých višní
1,5 lžíce medu
2 hřebíčky
¼ lžičky sušeného zázvoru
(1,5 cm čerstvého)
šťáva z citronu, sůl, pepř

Postup

Kuřecí prsa umyjeme, osušíme, osolíme a opepříme. Višně umyjeme, vypeckujeme, přilijeme 50 ml vody, přidáme hřebíčky a vaříme 10 minut. 15 višní dáme stranou (použijeme později) a zbytek višní rozmixujeme i se šťávou.

Na pánvi rozehejeme olej a na silnějším ohni osmažíme moukou poprášené kuřecí filety zhruba 4 minuty z každé strany. Ztlumíme oheň a přidáme rozmixované višně, máslo, med a zázvor, dusíme pod pokličkou 15 minut. Dochutíme solí a pepřem.

Kuřecí maso vytáhneme, nakrájíme na šikmé plátky a zalijeme omáčkou. Na povrchu plátků poklademe celé višně. Podáváme s rýží, těstovinami nebo noky.



Jedná se o velice chutné dietní jídlo, vhodné i pro děti.





Křidélka s ořechovou náplní

Helena Febrová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 kg kuřecích křidélek
50 g másla
2 rohlíky
100 ml mléka
1 vejce
100 g libové anglické slaniny
70 g mletých vlašských ořechů
3 lžice petrželové natě
kmín, pepř, sůl, špetka muškátového
oříšku a tymiánu

Postup

Očištěná kuřecí křidélka zbavíme špiček, ze spodní strany nařizneme kůži, podebereme ji prsty a vytvoříme „kapsu“, kterou později naplníme. Na másle zesklivatíme jemně nasekanou cibuli a necháme ji trochu zchladnout. Přidáme rohlíky namočené v mléce, vejce, jemně nakrájenou anglickou slaninu, ořechy, sekanou nať, sůl a koření. Vymícháme vláchnou hmotu, kterou naplníme kapsy v křidélkách. Otvor můžeme sepnout párátkem. Křidélka osolíme, podlijeme vodou a upečeme s kouskem másla. Podáváme třeba s bramborovou kaší a míchaným zeleninovým salátem.



Slaninu můžeme nahradit dobrou klobáskou. Při pečení je třeba dát pozor, je lepší péct křidélka spíše náplní dolů – díky ořechům je barva kůže tmavší, při prudkém pečení ráda zčerná. Stejným způsobem se dají připravit i kuřecí stehna.



Fifejdské kuře

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 kuře
100 g másla
150 g cibule
1 rohlík
250 ml piva Ostravar 12°
sůl, pepř, petrželová nať

Postup

Kuře očištíme a nasekáme na čtvrtky, osolíme a opepříme. Cibuli nakrájíme najemno, zpěníme na másle a zalijeme vodou nebo kuřecím vývarem. Čtvrtky kuřat vložíme do pekáčku, podlijeme připraveným cibulovým základem a pečeme v troubě za občasného podlévání 50 minut dozlatova. Po upečení šťávu z kuřat slijeme do kastrůlku, rohlík namočíme do piva a zahustíme jím šťávu. Necháme lehce přejít varem. Šťávu pak přes cedník nalijeme na upečené kuřecí čtvrtky. Podáváme s vařeným bramborem, posypaným nadrobno nasekanou petrželovou natí.





Pečené krky s cibulovou omáčkou

Emílie Strachoňová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

350 g krútích krků
200 g slaniny na škvaření
2 lžice sádla
1 lžice hladké mouky
1 cibule
250 ml zeleninového vývaru (zeleninový bujon)
300 g brambor
sůl, cukr, ocet

Postup

Uvaříme krútí krky (viz recept na polévku z krútích krků str. 23). Na pekáči vyškváříme slaninu, vložíme uvařené krky, okořeníme. Dáme do trouby rozehřáté na 200 °C na program gril nebo pečení shora na 15 až 20 minut. Krky minimálně jednou obrátíme.

Během pečení krků si připravíme cibulovou omáčku. Do rozpuštěného sádla přidáme nakrájenou cibuli. Když začne cibule růžovět, přidáme hladkou mouku. Smažíme dozlatova. Zalijeme vývarem a na mírném ohni necháme asi 20 minut povařit. Odstavíme, rozmixujeme nebo propasírujeme přes sítko. Dochutíme octem, cukrem, solí. Krátce povaříme. Podáváme s vařeným bramborem.

Touto hruškovo-švestkovou směsí naplníme mladou husu a nití zašijeme. Vložíme do pekáčku a na povrchu osolíme. Pečeme v troubě 3 hodiny při teplotě 140 °C dozlatova, při pečení husu podléváme výpekem.

Červené zelí

Zelí nakrájíme na nudličky, cibuli nakrájíme nadrobno. Na sádle osmažíme cibuli dozlatova, přidáme cukr a necháme zkaramelizovat. Pak přidáme nakrájené zelí, osolíme, okmínujeme a podlijeme svatomartinským vínem. Pomalu dusíme. Když je zelí poloměkké, přidáme nastrouhané jablko a nastrouhané brambory. Dále dusíme vše doměkka. Nakonec červené zelí dochutíme cukrem, solí a octem.

Pohankový knedlík

Pohanku spaříme 2 dl vroucí osolené vody a necháme pod pokličkou stát. Jeden den staré housky nakrájíme na kostičky asi 1 cm, pokropíme mlékem a necháme vsáknout.

Vejce rozklepneme a oddělíme žloutky od bílků. Žloutky rozšleháme s trochou mléka a přilijeme je k navlhčeným houskám. Přidáme spařenou a již studenou pohanku, polohrubou mouku, nejmenno nasekanou petrželovou nať. Směs osolíme, lehce ochutíme strouhaným muškátovým oříškem a opatrně promícháme. Nakonec opatrně vmícháme z bílků ušlehaný sníh. Z těsta tvarujeme šišky – knedlíky o průměru 5 cm, zabalíme je do látkového ubrousku nebo potravinářské folie, upevníme motouzem a vaříme ve vodě 20 minut nebo v páře 25 minut. Po uvaření sejmem ubrousek nebo potravinářskou folii a krájíme na zhruba 1,5 cm silná kolečka.

Při servírování svatomartinské husy postupujeme tak, že do středu talíře nejdříve položíme červené zelí, na něj uložíme porci pečené husy s hruškovo-švestkovou nádivkou, podlijeme výpekem a nakonec přidáme pohankový knedlík.

Svatomartinská husa s hruškou, červeným zelím a pohankovým knedlíkem

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 husa
4 hrušky
200 g sušených švestek
5 ml hruškovice (destilátu)
600 g červeného zelí
1 velká cibule
1 jablko
2 brambory
2 lžice sádla
100 ml svatomartinského vína
100 g pohanky lámanky
4 housky
300 ml mléka

4 vejce

40 g polohrubé mouky
snítka rozmarýnu, sůl, kmín, ocet, cukr krystal, muškátový oříšek, petrželová nať

Postup

Pečlivě očištěnou mladou husu zevnitř osolíme, vytřeme nasekaným rozmarýnem. Hrušky oloupeme, zbavíme jádřinců, nakrájíme na kostky a vložíme do misky. Sušené švestky podélně rozřízneme, přidáme k nakrájeným hruškám, zalijeme destilátem hruškovice a necháme chvíli macerovat.





Babiččina smetanová omáčka

Miroslava Gacková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 kg vepřového masa (bůček, plecko)
2 cibule
3 bobkové listy
2 špetky majoránky
1 lžice sladké papriky
1 špetka kmínu
1 špetka soli
2 lžice oleje
3 lžice hladké mouky
500 ml smetany

Postup

Nakrájenou cibuli zpěníme na oleji. Přidáme maso nakrájené na kostky, pepř, sůl, majoránku, bobkový list, sladkou papriku. Podlijeme vodou a dusíme doměkka. Smetanu smícháme s moukou a vlijeme za stálého míchání na maso a necháme chvíli povařit. Podáváme s kolíčky.



Rychlá a chuťově výborná kombinace bylinek, masa a smetany.

Frydecké labužnické kotlety

Miroslava Gacková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

600 g vepřových kotlet
1 cibule
1 červená paprika
200 g šunky vcelku
150 g tvrdého sýra
50 g slaniny
grilovací koření, sůl, pepř, olej

Postup

Kotlety naklepeme, osolíme, opepříme a posypeme grilovacím kořením. Cibuli nakrájíme nadrobno. V pekáčku rozežřejeme olej, vsypeme cibuli a krátce orestujeme. Na ni položíme plátky masa, posypeme na kostičky nakrájenou šunkou, paprikou, slaninou. Zasypeme strouhaným sýrem a pečeme doměkka. Jako příloha jsou vhodné brambory na jakýkoliv způsob.



Místo grilovacího koření můžete použít tymián nebo mletý kmín. Babičky směsi koření neměly. Koření si drtily v hmoždíři a míchaly si ho samy.

Kotlety na šlehačce

Miroslava Gacková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

4 plátky vepřové kotlety
1,5 kg brambor
200 ml smetany na šlehání
2 cibule
sůl, pepř, česnek, kmín, grilovací koření

Postup

Do pekáče dáme naklepané kotlety, osolíme, opepříme, potřeme rozmačkaným česnekem, posypeme kmínem a grilovacím kořením. Poklademe cibulí nakrájenou na kolečka. Nahoře dáme brambory nakrájené na kolečka, posolíme, pokmínujeme a posypeme cibulí. Dáváme tolik vrstev brambor, kolik sníme. Nakonec vše zalijeme smetanou na šlehání a pečeme pod pokličkou asi 1 až 1,5 hodiny.





Zapečené zelné listy s masem a rýží

Marie Filipová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g vepřového mletého masa
2 lžíce sádla
1 cibule (80 g)
100 g rýže (suché – nevařené)
3 větší vejce
300 g zelných listů
sůl podle potřeby a mletý pepř, trochu sádla na vymazání pekáčku

Postup

Na sádle zpěníme nakrájenou cibuli, přidáme mleté maso, vařečkou mícháme a oddělujeme od sebe. Orestujeme za častého míchání skoro zase do tuku a necháme trochu zchladnout. Rýži propláchneme a běžným způsobem uvaříme nebo dusíme, spíš mírně nedovaříme, připravíme si ji předem. Můžeme použít rýži parboiled. Po zchladnutí přidáme k masu rovněž vejce, vše osolíme, dokořeníme pepřem a smícháme. Pekáček vymažeme sádlem nebo olejem, můžeme použít i papír na pečení, a ten není třeba vymazávat. Do pekáčku rozložíme zelné listy, které jsme chvíli povařili v osolené vodě, na ně rozprostřeme masovou směs a nahoru dáme znovu zelné listy. Pekáček přiklopíme nebo přikryjeme alobalem a vložíme do předehřáté trouby, v polovině pečení odklopíme a dopečeme, ale musíme hlídat povrch, aby se listy nepřipálily. Pečeme přibližně 40 minut, záleží na teplotě trouby. Jako příloha se hodí brambory v různé úpravě a kompot nebo mrkvový salát.

Můžeme dělat rovněž závitky a ukládat je vedle sebe, ale je třeba více zelných listů, je to pracnější a déle to trvá.

Zelné listy s masem, jak je dělávala moje maminka, nyní připravuje ve své domácnosti už i dcera. Nikdy se mi nepřejí, chutnají i za studena s chlebem. Rýže bylo někdy méně a někdy více, podle toho, kolik měla maminka masa.



Hanácký vrabec se zelím

Miroslava Gacková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

4 plátky vepřové krkovičky
200 g bůčku
sádlo
cibule
česnek
hladká mouka
vývar
sůl, pepř, kmín, majoránka

Postup

Plátky masa naklepeme, osolíme a potřeme česnekem, doprostřed dáme na kostičky nakrájený bůček, okořeníme majoránkou, solí, pepřem. Dobře zabalíme a spícháme jehlou nebo párátkem. Dáme dusit na cibulku a dusíme doměkka. Šťávu zahustíme moukou, zalijeme vývarem a lehce povaříme. Podáváme se zelím a chlupatým knedlíkem.

Uzené koleno s křenovou omáčkou

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 uzené koleno
100 g másla
75 g hladké mouky
200 ml mléka
300 ml 33% smetany
100 g křenu
sůl, cukr

Postup

Uzené koleno očistíme a vložíme do hrnce s vařící vodou. Pak zvolna vaříme doměkka. Uvařené koleno vyjmeme, vykostíme a krájíme přes vlákna na plátky.

Křenová omáčka

V hrnci rozejdeme máslo a přisypeme hladkou mouku. Připravíme světlou jíšku, kterou zalijeme prochladlým vývarem z uzeného kolena a mlékem. Metličkou pečlivě rozšleháme. Přivedeme k varu a za častého míchání pozvolna 20 minut provařujeme. Nakonec zjemníme smetanou, dochutíme solí a cukrem. Omáčku pak přecedíme přes hustý cedník. Křen očistíme, nastroháme na jemném struhadle a přidáme do omáčky. Znovu krátce povaříme.

Nakrájené plátky uvařeného uzeného kolena přeléváme hotovou křenovou omáčkou a podáváme s vařeným bramborem nebo knedlíkem.



Na vaření kolena můžeme použít tlakový hrnec, zkrátíme tak tepelnou úpravu.



Rolky stařenky Resi s klouzkou

Jarmila Orlitová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

4 plátky vepřového masa – krkovičky
4 lžičky pesta z medvědího česneku
200 g plátků anglické slaniny
4 plátky hermelínu
250 g bránice
1 špetka soli
1 balíček koření na steak
4 stroužky česneku
1 kelímek 33% smetany
1,5 kg brambor
100 g mouky
100 g bramborové moučky
2 vejce
1 rohlík

Postup

Maso naklepeme, lehce posolíme, okořeníme kořením na steak. Z bránice připravíme čtverce asi 20 x 20 cm. Na ně položíme připravené maso, potřeme pestem z medvědího česneku, položíme plátky slaniny a do prostřed plátek hermelínu. Maso sbalíme do rolky a důkladně zabalíme do bránice. Dáme péct do mísy z varného skla s poklicí. Pečeme přibližně hodinu při 180 až 190 °C. Maso opatrně vyjmeme, do výpeku dáme utřený česnek, nalijeme šlehačku a uvaříme na omáčku. Podáváme rolku s knedlíkem a přelijeme omáčkou.

Roláda z Morávky

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g vepřové kýty
150 g domácí slaniny
200 g vepřové bránice
300 g hlávkového zelí
100 g cibule
20 g česneku
sádlo, sůl

Postup

Hlávkou zelí rozřízneme na polovinu, vyřízeme košťál a jednotlivé listy zelí rozebereme. Vložíme do vařící osolené vody a spaříme. Spařené zelné listy vyjmeme a necháme zchladit. Z vepřové kýty nakrájíme plátky, které naklepeme, nařízneme okraje, osolíme, opepříme a potřeme česnekem. Na plátky masa položíme nakrájenou slaninu. Takto připravené plátky položíme na prochladlé listy zelí. Vše pak svineme do tvaru rolády a pečlivě zabalíme do vepřové bránice. V kastrůlku na sádlo dorůžova osmahneme nejmenno nakrájenou cibuli a zalijeme vodou nebo vývarem. Roládu vložíme do pekáčku, podlijeme připraveným cibulovým základem a pečeme dozlatova při 140 °C. Jako přílohu podáváme vařené brambory.





Bůčková roláda nebo kapsa se smaženicí z lesních hub

Marie Filipová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

2 kg vepřového bůčku – zhruba
sádlo
cibule
lesní houby
několik vajec
sůl, celý i drcený kmín, pepř

Postup

Pokud máme větší kus bůčku, rozkrojíme ho na plát, rozklepeme do co největší šířky, osolíme a mírně opepříme.

Na sádlo dáme nakrájenou cibuli, osmahneme dosklovita, přidáme nakrájené houby, osolíme, přidáme malinko drceného kmínu, pokud je třeba, i lžici vody. Dusíme doměkka. Tekutina musí být

odpařená. Pak přidáme pár vajec a za stálého míchání je necháme ztuhnout. Podle potřeby dosolíme a necháme zchladnout. Pak rozprostřeme na plát masa, srolujeme do rolády, shora trochu osolíme a obmotáme potravinářským provázkem. Můžeme posypat i celým nebo drceným kmínem. Vložíme do pekáčku, přidáme trochu vody, přiklopíme nebo přikryjeme alobalem, dáme do předehřáté trouby a pečeme.

V druhé polovině pečení odklopíme, podle potřeby přidáme vodu a roládu přeléváme výpekem.

Místo rolády můžeme udělat v bůčku kapsu, naplnit a nejlépe zašít. K těmto účelům mám velkou jehlu, kterou provléknu tenký provázek. Plním spíš menší kusy bůčku.

Můžeme jíst teplé nebo studené s chlebem.



Na houby jsme jezdili do Mostů u Jablunkova a později do Horní Lomné. Rodiče neměli moc času, ale na houby jsme vždy jezdili vlakem alespoň jednou v sezoně a pro mě to byl zážitek. O tučné maso, tj. bůček, kdysi nebyla nouze, tak maminka připravovala tyhle rolády. Houby i zavařovala podušené ve vlastní šťávě. Mrazničku jsme neměli.





Šalvějové rolky pro čtyři strávníky

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

700 g vepřového masa (podle oblíbenosti)

150 g slaniny

500 g kysaného zelí

50 g hořčice

100 g sádla

několik šalvějových lístků, pepř, sůl, hladká mouka, cukr, voda

Postup

Vaříme pro čtyři, ale kdyby přišel pocestný, máme i pro něj. Maso rozdělíme na pět plátků, odkrájíme tuk a zbytky kostí a jemně přes potravinovou fólii naklepeme. Každý plátek posolíme, popepříme, potřeme hořčicí, posypeme šalvějí. Na každý plátek nasypeme asi 30 g nadrobno nakrájené slaniny a zhruba 100 g odvodněného kyselého

zelí. Každý plátek vezmeme něžně do dlaně, vytvarujeme roládu, omotáme nití a pak ji obalíme v hladké mouce.

Do hrnce vsypeme lžičku cukru a necháme zkaramelizovat, poté přidáme sádlo a na rozpáleném tuku opékáme rolády ze všech stran. Jsou-li dozlatova, zalijeme je

vodou, do které vmícháme zbylou mouku. Vody tolik, aby byly takřka ponořené. Nasypeme zbylou slaninu, dosolíme a opepříme a dusíme přibližně 40 minut. Těsně před koncem dušení přisypeme zbývající šalvěj. Podáváme s bramborovými knedlíky, bramborovou kaší nebo s bramborovými placičkami.



Pro chlapa šalvějový lektvar!



Maso použijeme raději tučnější. Doporučil bych krkovici, dobře se porcuje a bude měkoučká.





Rolky z vepřového masa se zelným listem v bránici

Marie Filipová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g vepřové kýty
120 g anglické slaniny
150 g vepřové bránice – vepřové tukové blány
200 g zelných listů
150 g cibule
česnek podle chuti, sůl, hrubě mletý pepř, trochu sádla

Postup

Nejdříve spaříme zelné listy, můžeme i chvilku povařit, a necháme je trochu zchladnout. Plátky vepřové kýty naklepeme, osolíme, opepříme a potřeme česnekem. Tyto plátky položíme na zelné listy a na maso dáme anglickou slaninu. Vše dohromady stočíme

do rolky a rolku zabalíme do bránice, nahoře ještě trochu osolíme a opepříme. V pekáčku si na tuku lehce osmahneme nakrájenou cibuli, přidáme rolky a malé množství vody. Pekáček přiklopíme nebo použijeme alobal a vložíme do předehřáté trouby. Pečeme

zhruba 45 minut, ke konci pečení pekáček odklopíme a rolky necháme zezlátnout, hlídáme. V průběhu pečení podle potřeby doléváme vodu a rolky přeléváme výpekem. Výpek se nezahušťuje, přelévají se pak jím na talíři brambory.



Recept není můj vlastní, z mé kuchyně, převzala jsem ho z regionální kuchařky vydané v roce 1978 s názvem 100 + 10 receptů slezské, valašské a hanácké domácí kuchyně. Stojí ale za to se s ním podělit.





Mleté vepřové maso v bránici

Marie Filipová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g hrubě mletého vepřového masa
1 vejce
4 stroužky česneku
80 g bránice – přesněji vepřové tukové blány
1 cibule
sůl, mletý pepř, drcený kmín, trochu mléka – podle potřeby

Postup

Mleté maso smícháme s vejcem, solí, pepřem, rozetřeným česnekem, špetkou drceného kmínu, podle potřeby přidáme trochu mléka. Blánu rozprostřeme a rozdělíme na čtyři díly. Z masa vytvoříme čtyři placičky, zabalíme je do bránice a stlačíme do šířky. Při pečení se stáhnou. Naskládáme do pekáčku na nahrubo nakrájenou cibuli, malinko posypeme kmínem, přidáme trochu vody, přiklopíme a vložíme do vyhřáté trouby. Zhruba po půlhodince odklopíme a dopečeme. Podle potřeby přidáváme horkou vodu a přeléváme výpekem. Placičky chutnají se zelím ve všech úpravách nebo jen s bramborovou kaší, a taky studené s chlebem. Tuková blána dá tomuto jídlu specifickou chuť a vůni. Taký můžeme mleté maso dát na plátek vepřového masa a celé zabalit do bránice, nebo do mletého masa vložit plátek vepřových jater a zabalit.

U nás je pro tuto blánu zažitý název bránice, i když nesprávně.

Bránici jsme mívali i při domácí zabijačce, ale většinou se z ní dělaly tzv. svíčky. Do asi 1 až 1,5 kg vepřového mletého masa se zabalila panenka, to vše pak do bránice a upeklo se.

Zabijačková pochoutka

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

200 g vepřové panenské svíčkové
500 g vepřové plece
150 g vepřové bránice
1 vejce
50 ml bílého vína
300 g cibule
česnek, pepř, kmín, sůl, strouhanka

Postup

Vepřovou plec pomeleme na masovém stroju. Přidáme vejce, sůl, pepř, utřený česnek, bílé víno a strouhanku a dobře promícháme. Vepřovou bránici rozprostřeme a na ni rozložíme ochucenou směs masa. Na směs položíme vepřovou panenku, kterou jsme potřeli česnekem a osolili. Bránici pečlivě svineme. Do pekáče vložíme jemně krájenou cibuli a na ni svinutou bránici. Posypeme kmínem, podlijeme vodou a pečeme v troubě dozlatova.

Po upečení zabijačkovou pochoutku krájíme přes vlákna na plátky a podáváme se šťouchanými brambory.





Slezská vepřová játra

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g vepřových jater
200 g vepřové plece
120 g vepřové bránice
70 g sádlo
30 g domácí slaniny
1 vejce
1 rohlík
50 g strouhanky
50 g hladké mouky
150 g cibule
20 g česneku
100 ml mléka
pepř, kmín, sůl

Postup

Vepřová játra nakrájíme na asi 50gramové plátky, lehce je naklepeme a nařízneme okraje. Na části sádla je pak z obou stran opečeme. Poté je mírně osolíme a opepříme. Necháme zchladnout. Na masovém strojku pomeleme vepřovou plec, přidáme v mléce namočený rozlámaný rohlík, část najemno pokrájené cibule, utřený česnek, strouhanku, mouku, vejce, pepř, kmín, špetku soli. Vše dobře

promícháme. Tuto sekanou směs nanese na polovinu opečených plátků jater a pak je přikryjeme dalšími plátky jater. Z vepřové bránice nařežeme čtverce a připravené porce jater do nich pečlivě zabalíme. Slaninu nakrájíme na kostičky, zbylou cibuli nadrobno. V pekáčku rozškvaříme nakrájenou slaninu, přidáme část sádla a nakrájenou cibuli, kterou osmažíme dozlatova. Lehce podlijeme vodou. Na tento základ poklademe připravená plněná játra. Vložíme do trouby a upečeme dozlatova. Podáváme s vařenými brambory a zeleninovým salátem.

Jehněčí se švestkovou omáčkou

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

5 jehněčích kotlet
80 g špeku
5 snítek rozmarýnu
100 g slaniny
300 g švestkových povidel
200 g sušených švestek
1 lžice másla
mletý pepř, sůl, olej na opečení, pivo
Radegast, trocha vody

Postup

Jehněčí hřbet rozdělíme na čtyři kusy, prošpikujeme slaninou a snítkou rozmarýnu, do masa vetřeme sůl a pepř. Kotlety opékáme na rozpáleném oleji z obou stran, při pečení zastříkneme pivem. Vložíme do trouby předehřáté na 180 °C a necháme dotáhnout, dokud není maso měkké.

Švestková omáčka: slaninu nakrájenou na kostičky vypečeme, přidáme povidla, popřípadě trochu vody, svaříme a na závěr vložíme sušené švestky a lžici másla, ochutíme špetkou soli.

Podáváme s knedlíkem nebo vařenými brambory.





Jehněčí maso s dušeným šťovíkem

Julie Vilkošová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

800 g jehněčího masa
400 g šťovíkových listů
80 g másla
2 stroužky česneku
10 cibulek
1 sklenice bílého vína
1 šálek vývaru
1 lžička hladké mouky
4 lžice smetany
muškátový oříšek na vůni, pepř a sůl podle chuti

Postup

Jehněčí maso nakrájíme na kostičky a osolíme, opepříme a osmažíme na půlce másla. Přidáme očištěné cibulky, osmažíme a přidáme rozdrčený česnek. Celou směs zalijeme vínem a dusíme doměkka. Poté zalijeme vývarem s rozmíchanou hladkou moukou a chvíli povaříme. Ze šťovíku odstraníme tužší řapíky, šťovík očištíme, na zbylém masle podusíme, osolíme a okořeníme. Nakonec zalijeme smetanou a prohřejeme. Doporučená příloha – vařené brambory.



Pokud není k dispozici šťovík, lze nahradit rebarborou.

Jehněčí roláda s kozím sýrem

Radim Vilkoš

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

600 g jehněčího krku
50 g česneku
1 lžička soli
1 lžička černého pepře
150 g krémového kozího sýra
100 g piniových oříšků
400 g jablek
20 g čerstvé máty
50 g hladké mouky
200 ml calvadosu
1 snítky rozmarýnu

Postup

Jehněčí krk odblaníme a takto očištěný ho nakrojíme tak, abychom vytvořili rovnoměrně tenký plátek masa, který se nám bude snadno naklepávat. Maso lehce rozklepeme, osolíme a opepříme. Oloupaný česnek nadrobno nasekáme a smícháme

s kozím sýrem. Touto směsí potřeme maso, posypeme na hrubém struhadle nastrohanými jablky a piniovými oříšky a nakonec posypeme nadrobno nakrájenou čerstvou mátou. Takto připravené maso balíme do rolády, kterou pevně utahujeme, aby se nerozbalila. Zabalíme ji do alobalu, dáme do pekáče, lehce podlijeme vodou a pozvolna pečeme 45 minut při teplotě 180 °C. Pečené maso vyndáme z pekáče a z výpeku uděláme šťávu na podlévání rolády, přidáme trochu vody a necháme přejít varem. Pro chuť opečeme na másle kolečko jablka na pánvi, zalijeme calvadosem, na talíři jablko ozdobíme snítkou rozmarýnu. Jako omáčka se hodí výpek z jehněčí rolády nebo připravený mátový jogurt.



Neobvyklá společná chuť masa, jablek a sýra.

Králičí maso na slivovici

Radim Vilkoš

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

4 králičí stehna
200 g anglické slaniny
1 cibule
1 mrkev
0,1 l slivovice
sůl, mletý pepř, tymián, bobkový list, nat' petržele, palice česneku, solamyl

Postup

Maso vykostíme, nakrájíme na kousky, osolíme a opepříme. Anglickou slaninu nakrájíme na kostky a orestujeme v hrnci, přidáme nakrájenou cibuli a mrkev, bobkový list a tymián. Společně s masem opečeme, zalijeme slivovicí – asi 1 dcl – a dusíme. Podle potřeby podlijeme vývarem z kostí, které uvaříme s česnekem a petrželovou natí. Když je maso měkké, zahustíme solamylem a povaříme.



Králík se slivovicí je pochoutka hlavně pro pány.





Šípková omáčka s králíkem

Julie Vilkošová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

600 g králíciích stehen
0,5 l červeného suchého vína
50 g anglické slaniny
1 mrkev
¼ celeru
1 velká cibule
2 bobkové listy
5 kuliček nového koření
5 jalovčinek
5 kuliček celého pepře
¼ lžice tymiánu
1 citron
1 lžice rajského protlaku
4 lžice šípkové zavařeniny
2 lžice másla
50 g hladké mouky
2 lžice cukru
skořice

Postup

Maso vložíme do hlubší nádoby a zalijeme červeným vínem. Přikryjeme a necháme v chladu několik hodin odležet. Během marinování maso otočíme. Pak je osušíme a zprudka opečeme v kastrolu na rozehřátém oleji, aby se zatáhlo. Maso dáme stranou a ve výpeku osmahneme plátky kořenové zeleniny, cibuli, celé koření, tymián, kousek citronové kůry a vše opečeme dorůžova. Vmícháme protlak, šípkovou zavařeninu, vložíme opečené maso, zastříkneme citronovou šťávou, mírně podlijeme vodou, dusíme na mírném ohni pod poklicí doměčka a podle potřeby otáčíme a podléváme. Maso vyndáme a dáme stranou, omáčku zahustíme světlou jíškou z másla a hladké mouky, rozředíme horkou vodou, osolíme, přidáme trochu skořice, cukr, promícháme a vaříme, dokud omáčka nezhoustne, přecedíme. Poté přidáme opečenou slaninu, dosolíme.

Králík na smetaně od mé maminky

Dagmar Cilečková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 naporcovaný králík
1 velká cibule
2 mrkve
1 petržel
1 lžička celého pepře
1 lžička nového koření
5 bobkových listů
100 ml oleje
1 malinký celer
200 ml mléka
1 kelímek smetany
citronová šťáva, sůl, pepř

Postup

Na oleji necháme zesklovatět cibulku, opečeme kousky masa, přidáme na kousky nakrájenou zeleninu a koření a dusíme doměčka. Podléváme vodou. Vyjmeme maso i s kořením. Šťávu s rozvařenou zeleninou rozmixujeme ponorným mixérem. Dříve se pasírovalo přes cedník. Omáčku provaňujeme, přidáme 2 dl mléka se 2 lžicemi hladké mouky a vaříme za stálého míchání 10 minut. Na konec přidáme citronovou šťávu podle chuti a smetanu. Omáčku odstavíme, vrátíme do ní masíčko a po 10 minutách servírujeme s knedlíkem. Knedlík se dělal domácí s nakrájeným rohlíkem.



Dříve bývalo v každé chalupě více dětí. Nakrmit celou rodinu tak, aby byli všichni spokojeni a s plným břichem, jsme si mohli dovolit pouze v neděli a ve svátek. Na každém dvorku se chovalo několik slepiček na vejce a mladí králíci na maso. V zahrádce se pak vypěstovala mrkvička, petrželka, cibulka a česnek. Tato zelenina byla vždy po ruce.

Často se sourozenci vzpomínáme na tu dobrotu a umění naší maminky.

Marinovaný králík

Šárka Grigoriadisová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

200 ml vody
200 ml oleje
1 lžička soli
1 lžička pepře
2 lžičky kečupu
2 lžičky plnotučné hořčice
5 stroužků česneku
5 cibulí
1 králík

Postup

Uděláme si marinádu z vody, oleje, soli, pepře, kečupu, hořčice a česneku, kterého můžeme dát i víc, kdo jak má rád. Do hotové marinády naložíme naporcovaného a osoleného králíka a dáme do lednice dva dny marinovat. Pak na dno pekáče dáme na kolečka nakrájenou cibuli, kterou rozebereme na kroužky. Na cibuli položíme marinovaného králíka i s marinádou, přikryjeme a pečeme jednu hodinu. Potom odkryjeme, můžeme podle potřeby přidat vodu a dopečeme odkryté. Podáváme se zelím a bramborovým knedlíkem.



3. MÍSTO





Kapří hranolky podle švagra Milana

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

600 g kapra bez kostí
200 ml oleje na smažení
3 stroužky lisovaného česneku
10 g soli
30 g škrobové moučky
50 g hladké mouky
1 lžička sladké papriky
mletý zázvor, mletý kmín

Postup

Kapra zbavíme kostí a nakrájíme na stejně dlouhé hranolky. Z rozetřeného česneku, zázvoru, mletého kmínu a soli připravíme marinádu. Kapří hranolky v ní promícháme a necháme v marinádě odležet. Před přípravou je obalíme ve směsi hladké mouky, papriky a škrobové moučky. Hranolky smažíme v rozpáleném oleji dozlatova, po usmažení necháme okapat na sítku nebo ubrousku, pak podáváme.



Bystřický pstruh na mandlích

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

5 pstruhů
100 ml 12% smetany
70 g pražených mandlí
140 g másla
hladká mouka

Postup

Pstruhy vykucháme a důkladně omyjeme. Poprášíme moukou, na pánvi rozežřejeme máslo a pstruhy opékáme z každé strany asi 6 minut. Opečené pstruhy vyjmeme, do másla na pánvi přidáme smetanu a mandle, které jsme opražili na druhé pánvi. Podáváme s opečenými brambory.



ZELENINOVÉ POKRMY

KUCHAŘKA KRAJOVÝCH RECEPTŮ



Houby pojídá žena vždy společně s mužem,
protože nechce umřít sama.

Ramón Gómez de la Serna





Bramborák s libečkem

Julie Vilkošová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g brambor
2 stroužky česneku
1 vejce
1 svazek libečku
sůl, pepř

Postup

Do mísy nastroujeme brambory, přidáme sůl, pepř, vejce, prolisovaný česnek a nasekaný libeček. Těsto vstřebá asi polovinu chuti, můžeme tedy kořenit víc, než jsme zvyklí, aby měl bramborák chuť, promícháme a necháme stát. Po chvíli slijeme vodu, kterou brambory pustily. Na pánvi rozpálíme sádlo a bramboráky opečeme z obou stran dozlatova.



Svojski placek

Eva Zajacová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g kobzole
4 lyžky hladké mouky
2 vejce
1 špetka soli
1 špetka pepře
1 snítky čerstvé majoranky
2 uvařené kobzole
250 g svojského tvarohu
1 malá cibule
1 snítky čerstvého tymiánu
2 lyžky sádla
1 l kyšky
2 stroužky česneku
1 hrst špeka na kostičky
špetka soli, pepř na dochucení naplně

Postup

Kobzole na placek nejmenno nastrožeme, k tomu přidáme čtyři lyžky hladké mouky, zámíšame dva vejce a osolíme, opepříme a očesnekujeme rozmačkánym česnekem. Do toho přidáme čerstvu majoranku. Smažíme na dvouch lyžkach rozpuščeného sádla.

Uvařené kobzole na naplně rozmačkame, zámíšame s najemno nakrajenu cibulu, přidáme tvaroh a vymíšame s trochu pepře a soli. Upečený placek folujeme naplně a přehněmy. Polívame špekem nakrajenym na kostičky, uškvařenym se snítku tymiánu.

Podávame s vychlazenou kyškou.



Starý rodinný recept.
(recept je psaný v nářečí)





Kyselé brambory

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

3 cibule
600 g syrových brambor
50 g másla
bramborový škrob, bobkový list, pepř, sůl, ocet nebo citronová šťáva

Postup

Na másle napatrně osmažíme nakrájenou cibuli. Přidáme trochu vody, nakrájené syrové brambory, bobkový list, pepř, sůl a vaříme (dusíme). Když je vše měkké, přidáme podle své chuti ocet nebo citronovou šťávu a kávovou lžičku bramborového škrobu.

Do trochy vody nasypete spoustu škrobu a pokuste se míchat rychle a poté pomalu. Vnímáte rozdíl v chování roztoku? Tak se chovají neneutronovské kapaliny!

na množství brambor, nesmí to pak být příliš řídké), osolíme a přidáme majoránku, případně trochu pepře a pořádně promícháme. Těsto, jímž budeme plnit střeva, máme hotové.

Vymažeme hluboký plech silnou vrstvou sádla, zavážeme jeden konec střeva a naplníme ho bramborovou směsí, nejlepší na plnění je uříznutá 0,5l PET lahev se širokým hrdlem, neplníme úplně po okraj, druhý konec střeva opět zavážeme. Zbytek bramborové směsi nalijeme na plech mezi střeva. Před pečením na plechu všechna střeva popícháme jehlou, aby nedošlo k přílišnému

popraskání, ale pokud střevo praskne, není to na škodu, směs je i tak výborná. Můžeme ještě nahoru přidat trochu sádla. Pečeme při 180 až 200 °C do zezlátnutí asi 1,5 až 2 hodiny. V polovině pečení přidáme ke střevům ještě masové škvarky. U nás bachory neotáčíme, ale záleží na každém, jak je chce mít propečené.

Podle chuti osolíme a můžeme mírně opepřit. Všechna množství jsou pouze orientační, u nás děláme bachora – jak se říká – „podle oka“ a hlavně podle chuti.



Plněné střevo podáváme společně s masovými špyrkami, nejlepší na pití je k tomu mírně teplý mátový čaj.

Někoho možná odradí tlustá střeva, ale doporučuji překonat odpor a ochutnat, já tohle jídlo zbožňuji.

Bachora

Petra Dyrčíková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

2,5 kg brambor
1 balíček vepřových tlustých střev
0,5 l mléka
3 stroužky česneku
1 kostka vepřového sádla
1 sklenice masových „špyrek“ škvarek
2 snítky majoránky
sůl, pepř

Postup

Střeva, která si přineseme od řezníka převrácená naruby, otočíme, propláchneme a otrháme z nich masné výrůstky, silné konce střev odřízneme. Opět propláchneme pořádně vodou, a pokud jsme je ještě otáčeli, otočíme je ven stranou, na níž byly masné výrůstky. Na čištění doporučuji někoho, komu nevádí ta nelibá vůně, lze se jí pak zbavit umytím rukou citronem.

Syrové brambory oloupeme a nastrouháme na struhadle na bramborové placky, přidáme prolisovaný česnek podle chuti, radím moc nepřehánět, a spaříme brambory horkým mlékem, aby pustily škrob (množství záleží





Jobra pro jednoho

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

200 g brambor vařených ve slupce a poté oloupaných
5 lžic smetanového jogurtu
3 lžičky nasekané pažitky nebo cibulky
sůl

Postup

Oloupané brambory pokryjeme jogurtem. Posypeme pažitkou nebo cibulkou a osolíme. Ono se to nezdá, ale je to výborné jídlo.



Brambory bych doporučil rozkrájet a vše promíchat, nebude to sice jobra, ale dobrý lehký bramborový salát.

Rýže

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 hrnek rýže
200 g vlasových nudlí
80 g slunečnicového oleje
1 cibule
2 hrnky vody
sůl, malý kousíček krájené červené papriky

Postup

Na oleji dozlatova opečeme vlasové nudle. Zasympeme rýží a nakrájenou cibulí. Osolíme a zalijeme vodou. Vaříme, aby rýže změkla. Ke konci přisypeme nakrájenou červenou papriku – pro krásu.

Podáváme jen tak – pro vegetariány. Pro masožrouty doplníme plátkem masa.



Dnes se tomu říká arabská rýže.

Pohanka s uzeným bůčkem a sušenými švestkami

Marie Krawczyková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

400 g pohanky
150 g uzeného bůčku
150 g sušených švestek bez pecek
1 lžička soli

Postup

Pohanku osolíme a zalijeme dvojnásobným množstvím vody. Vaříme 30 minut, až se voda vyvaří. Pohanku necháme přikrytou pokličkou.

Švestky opláchneme, na 1 minutu zalijeme horkou vodou, vodu scedíme a švestky nakrájíme. Uzený bůček nakrájíme na centimetrové pásky a smažíme na pánvi, až je dozlatova a křupavý, poté ho vytáhneme a přidáme k pohance. Na vytopený tuk přidáme nakrájené švestky, které na mírném ohni smažíme 4 minuty. Přidáme je i s tukem ke kaši, zamícháme a popřípadě dosolíme. Podáváme jako hlavní jídlo.



Jedná se o starý slezský recept.





Fazolevý guláš ze Šalamounské kolonie

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

250 g bílých fazolí
200 g cibule
80 g sádla
10 g mleté sladké papriky
500 g brambor
50 g hladké mouky
300 g ostravské klobásy
sůl, pepř, majoránka, kmín

Postup

Bílé fazole namočíme přes noc. Druhý den je pak ve vodě, ve které byly namočené, uvaříme doměkka. Oloupanou cibuli nakrájíme nadrobno, na sádle ji osmahneme dorůžova, zaprášíme mletou paprikou a zalijeme vodou, ve které jsme vařili fazole. Přidáme sůl, pepř a kmín a necháme přejít varem. Brambory oškrábeme, nakrájíme na větší kostky a přidáme do provařujícího se cibulového základu a vaříme dopoloměkka. Ze sádla a mouky připravíme světlou jíšku, kterou základ zahustíme, a necháme provařit. Pak přidáme uvařené bílé fazole. Ostravskou klobásu podélně rozřízneme, nakrájíme na měsíčky, které na zbytku sádla osmahneme a přidáme do guláše. Nakonec fazolevý guláš dochutíme majoránkou. Podáváme s krajícem chleba.

Babiččin zapekáč

Eva Vévodová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

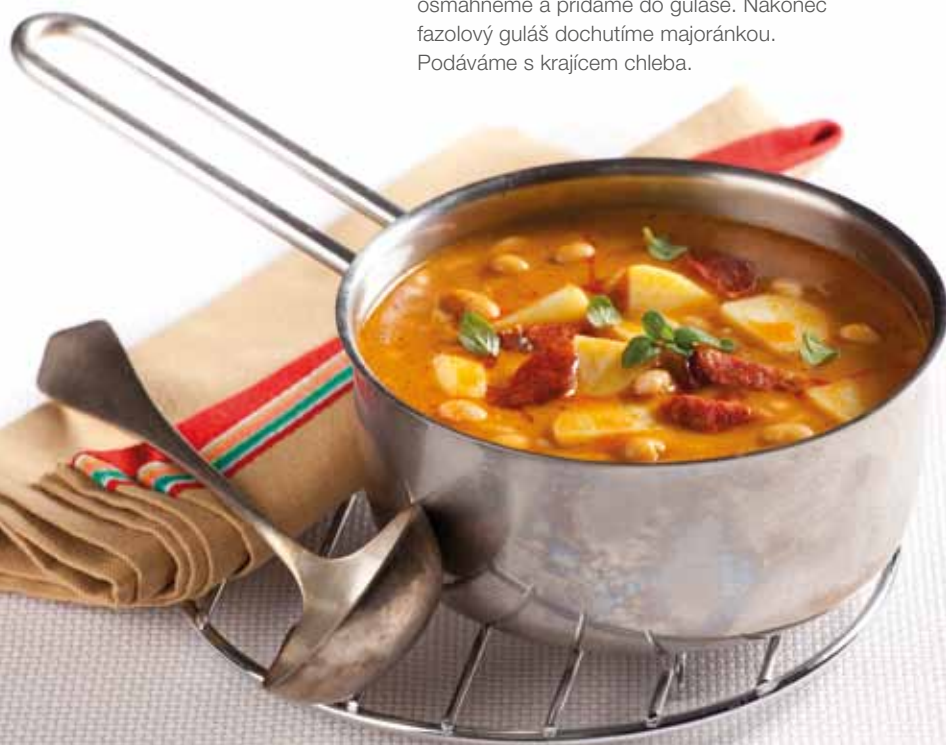
1 kg brambor
500 g jablek
100 g krystalového cukru
1 lžíce octa
sůl
50 g sádla
75 g cibule

Postup

Chladné uvařené brambory hrubě umeleme, oloupaná jablka bez jádřinců uvaříme v octové vodě a části cukru dopoloměkka a vychladíme. Pak ušleháme s brambory, solí a zbylým cukrem, naplníme pekáček, pokryjeme plátky cibule a zapečeme v troubě při 160 °C.



Lze podávat i jako přílohu k masu.





Smažený celer

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

700 g celeru
2 vejce
80 g hladké mouky
100 ml mléka
150 g strouhanky
150 ml oleje
sůl

Postup

Celer očistíme, opláchneme a rozřízneme na polovinu. Pak z něj nařežeme plátky silné asi 5 mm. Plátky celeru vkládáme do vařící osolené vody a vaříme dopoloměkka. Pak je z vody vyjmeme a necháme dobře vychladit. Do mléka rozklepneme 2 vejce, osolíme,

metličkou rozšleháme a postupně zašleháváme mouku, až vznikne řídké těstíčko (panierung). Vychlazené celery pak namáčíme v těstíčku, vkládáme do strouhanky a obalíme jako řízek.

Na pánvi rozežřejeme olej a obalené celery osmažíme z obou stran dozlatova.

Vhodnou přílohou je bramborová kaše nebo vařené brambory a zeleninový salát.



Smažený celer je vhodným pokrmem pro krásné letní dny.



SLADKÁ JÍDLA

KUCHAŘKA KRAJOVÝCH RECEPTŮ



Po českém obědě jest seděti a tupě zírati.

Karel Poláček





Vyplíšťok

Miroslav Klimek

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

6 syrových brambor
2 vařené brambory
1 špetka soli
25 švestek
2 lžičky sádla
1 kostka másla
1 miska moučkového cukru
2 lžice hladké mouky

Postup

Oloupeme syrové a vařené brambory, nastrouháme podobně jako těsto na placky, osolíme, přidáme hladkou mouku, zamícháme, vylijeme přebytečnou vodu. Plech vymastíme sádlem a těsto na plech roztáhneme v tenké vrstvě.

Vypeckované švestky položíme dužinou nahoru, mírně do těsta zatlačíme a vložíme do trouby rozehřáté na 180 °C na zhruba 30 minut. Pečeme do chvíle, kdy začne chytat zlatavou barvu. Nakrájíme na obdélníky, přidáme máslo, které se krásně roztopí, a pocukrujeme. Jíme zásadně teplé. Dobrou chuť!



Jedná se o typický letní recept z Beskyd, starý více než 100 let. Recept jsem probíral s naší 87letou babičkou, paní Janou Golovou, která se narodila a dětství prožila v legendární hospůdce U Veličků v Malenovicích. V létě to patřilo k jejím pochoutkám stejně jako u nás doma.



Borůvkový brutvaniok

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

900 g brambor
500 g borůvek
2 vejce
150 g hladké mouky
50 g moučkového cukru
20 g sádla
sůl

Postup

Syrové brambory opláchneme a pečlivě oškrábeme. Pak je nastrouháme na jemném struhadle. Přidáme vejce, špetku soli a mouku. Důkladně promícháme. Pekáček (brutvanu) vymažeme sádlem, vložíme připravené bramborové těsto. Na těsto klademe borůvky a povrch pocukrujeme. Vkládáme do předehřáté trouby a pečeme dozlatova. Ještě teplý pak posypeme moučkovým cukrem a krájíme na úhledné porce.





Mrkvové koule

Ludmila Mořkovská

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

400 g hrubé mouky
1 prášek do pečiva
1 vejce
250 g Hery
200 g nadrobno nastrohané mrkve
500 g meruňk – náplň
1 vanilkový cukr – na obalování

Postup

Z přísad vypracujeme těsto a dáme na hodinu do ledničky.

Poté z něj vyválíme váleček o průměru zhruba 8 cm a nakrájíme ho na dílky. Na každý položíme půlku meruňky, kterou těstem potáhneme a vytvoříme koule. Pečeme na plechu s pečicím papírem při 180 °C do zlatova. Po upečení ještě teplé obalujeme ve vanilkovém cukru.



Udělejte si k nim dobrou vanilkovou omáčku jako na buchtíčky nebo jinou, třeba karamelovou.

Koláč z mrkve

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

300 g mrkve
250 g polohrubé mouky
220 g moučkového cukru
2 vejce
150 ml oleje
15 g prášku do pečiva
15 g margarínu na vytření formy
10 g vanilkového cukru

Postup

Celá vejce třeme s cukrem a po částech přidáváme olej, až vymícháme bělavou hmotu. Po částech přidáváme střídavě mouku smíchanou s práškem do pečiva a na jemném struhadle nastrohanou mrkev. Vlijeme do margarínem vymazané a moukou vysypané formy. Vložíme do trouby předehřáté na 170 °C a pečeme do zlatova. Po upečení posypeme vanilkovým cukrem.

Mrkvance babičky Marušky

Marie Křenková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

250 g hladké mouky
250 g mrkve nastrohané najemno
250 g Hery
1 skořicový nebo vanilkový cukr
1 žloutek
3 lžičky krystalového cukru

Žloutek ani 3 lžičky cukru být nemusí. Babička přidává žloutek, aby těsto bylo hutnější, a cukr přidávám já, protože mám raději sladší těsto.

Postup

Všechny suroviny smícháme dohromady. Rukou vypracujeme těsto. Necháme 15 minut odpočinout a pak na pomoučeném vále vytváříme do požadovaného tvaru (vyválíme, uplácneme – co je komu libo). Můžeme dělat šátečky plněné povidly nebo marmeládou, taštičky nebo klasickou buchtu sypanou jablčky a skořicovým cukrem nebo také štrúdl. Fantazii se meze nekladou. Pečeme v troubě předehřáté přibližně na 180 °C asi 20 minut. Babička říká, až buchetky zůžou jako prasátko.



Recept je „starožitnost“ babičky Marušky, která pochází z hor. Je rychlý, chutný a výtvar nikdy nevydrží do dalšího dne.





Želňok – kynutá buchta se zelnou nádivkou a drobenkou

Marie Filipová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

Těsto

400 g polohrubé mouky
50 g moučkového cukru
½ vanilkového cukru
80 g másla
1 žloutek
18 g čerstvého droždí
180 ml vlažného mléka
2 špetky soli

Nádivka

500 g nakrouhaného zelí
2 špetky soli
40 g másla
60 g cukru
60 g rozinek
2 špetky mleté skořice

Drobenka

200 g polohrubé mouky
140 g másla
100 g moučkového cukru
2 lžičky rumu do drobenky

Postup

Z části vlažného mléka, větší špetky cukru, rozdrobeného droždí a trošky mouky připravíme kvásek, který necháme v teple pod utěrkou vykynout. Mouku smícháme se solí, cukrem a vanilkovým cukrem, přidáme rozpuštěné vlažné máslo, žloutek, kvásek, vlažné mléko podle potřeby a vypracujeme vláčné a nelepivé těsto. Povrch poprášíme moukou, přikryjeme utěrkou a necháme v teple vykynout. Pak ho ještě jednou vařečkou krátce propracujeme, opět poprášíme moukou a necháme vykynout.

Nádivku si připravíme tak, že jemně nakrouhané zelí spaříme vařící vodou, scedíme, přidáme malé množství vody, malinko soli a necháme dusit doměkka, častěji promícháme. Vodu necháme úplně odpařit, přidáme cukr podle chuti, rozinky, poprášíme mletou skořicí a přidáme kousek másla. Je možné, že bude třeba i malinko dosolit. Necháme zchladnout.

Drobenku připravíme tak, že ztuhlé máslo nakrájíme na kousky a promneme společně s cukrem a moukou, přidáme dvě lžičky rumu.

Vykynuté těsto lehounce zpracujeme do bochánku, ten rukama rozválíme a vytáhneme do šišky a pak už válečkem rozválíme na plochu velkého plechu. Plech musíme vymazat tukem, nejraději 100procentním, já ale používám papír na pečení. Těsto se dá dobře vyválet přímo na něm a přenést na plech. Povrch těsta posypeme dobře ochuceným zelím a nahoru přidáme drobenku. Buchtu přikryjeme utěrkou a ještě necháme kynout. Pak vložíme do středně vyhřáté trouby a upečeme.



Tento recept pochází od mé babičky z Dolní Lutyně. Jako dítě jsem želňok neměla ráda, na chuť jsem mu přišla až v dospělosti a občas ho upeču i mému 85letému tatínkovi. Je rád, ale přece jen vzpomíná na ten od své maminky. Tak jako maminka ho nemůže upéct nikdo jiný, a taky to jsou vzpomínky na dětství a mládí, které ale neměl lehké. Babička měla v kuchyni kachlovou pec s troubou, ve které pekla, bylo tam vždy teplo, na okraji plotny uvařený čaj a taky větší hrnec, ve kterém se ohřívala voda.





Jablečný moučník

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

150 g moučkového cukru
150 g polohrubé mouky
3 vejce
1 prášek do pečiva
3 lžice kakaa
500 g jableček

Postup

Těsto umícháme z moučkového cukru, polohrubé mouky, vajec, kakaa, prášku do pečiva a nastrouhaných jableček. Dáme na hluboký vymazaný a vysypaný plech, pečeme při 170 °C přibližně dvacet minut.



Buchta má příjemně osvěžující nakyslou chuť.

Nastrouhaná jablka smícháme s pudinkovým práškem, vanilkovým cukrem a dosladíme podle potřeby. Jablkovou náplň (jablka i se šťávou, kterou „pustila“) rozprostřeme na těsto a přikryjeme druhým, menším rozváleným dílem těsta. Kolem obvodu – na krajích – přimáčkneme a na několika místech koláč propícháme špejlí a vložíme do vyhřáté

trouby. Pečeme zhruba 45 až 50 minut. Po upečení necháme důkladně vychladnout a ztuhnout, nejraději do druhého dne. Povrch pocukrujeme a nakrájíme na řezy.

Do jablečné náplně můžeme přidat i skořici, rozinky, nasekané ořechy, co kdo má rád, a pudink může být i s jinou příchutí.



Měli jsme zahradu a několik ovocných stromů. V době sklizně jablek, obzvláště letních odrůd, které dlouho nevydržely, se často pekly různé jablečné buchty, koláče a záviny. Maminka jablka taky zavařovala, nakrouhaná na řezy, ve vlastní šťávě.



Šťavnaté jablečné řezy

Marie Filipová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

400 g hladké mouky
250 g 100% tuku, např. Omega
1 prášek do pečiva
1 vejce
1 lžice octa
11 lžic studené vody
1,5 kg nahrubo nastrouhaných jablek
3 vanilkové pudinky – v prášku
1 vanilkový cukr
100 g cukru – podle potřeby
trošku mouky na podsypání válu a trochu moučkového cukru na posypání povrchu

Postup

Mouku smícháme s práškem do pečiva, přidáme na hrubém slizčkovém struhadle nastrouhaný tuk, vodu, ocet a vejce. Zpracujeme těsto, nejdříve v míse a pak na moukou lehce podsypaném vále. (Nastrouhaný tuk jsem nechala chvíli mírně změknot.) Těsto rozdělíme na dva díly, zhruba na dvě třetiny a jednu třetinu. Větší díl rozválíme a dáme do hlubokého plechu s okraji, který jsme vyložili papírem na pečení. Těsto vytáhneme i trochu do stran – do výšky, to je velmi důležité. Uděláme prostě takovou vanu, do které dáme náplň.





Koláč s ukládanými jablky

Simona Linartová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

275 g polohrubé mouky
150 g másla
100 g cukru
1 vejce
50 g mletých ořechů
1 lžička mleté skořice
1 vanilkový cukr
1 sklenka marmelády z bílých švestek
1 kg jablek
špetka soli, kůra z jednoho citronu

Postup

Z mouky, másla, cukru a vejce vytvoříme těsto, které roztlačíme na vymazaný plech (s vyvýšeným okrajem), propícháme vidličkou a posypeme směsí ořechů, skořice, vanilkového cukru a citronové kůry. Pak ukládáme pěkně za sebou (ne naplocho, ale nastojato) osminky jablek, které byly předem očištěné a pokapané šťávou z jednoho citronu. Pečeme v troubě při 175 °C. Po upečení potíráme rozehřátou marmeládou. Marmeláda nemusí být jen z bílých švestek, ale také meruňková nebo z mirabelek.

Recept mám od mé maminky. Je to spíš dezert, ke kterému by se hodil kopeček šlehačky. Pro vylepšení se může hned po upečení a namazání polít calvadosem a zapálit.

Štrúdl tety Hanky

Tatána Lasotová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

400 g hladké mouky
2 vejce
9 lžic mléka
100 g Hery
100 g moučkového cukru
1 prášek do pečiva
0,5 lžičky soli
4 jablka
1 vanilkový cukr
troška skořice, trocha másla

Postup

Do mouky přidáme vejce, vlažné mléko, změkklou Heru, cukr, prášek do pečiva a sůl. Vše vypracujeme v hladké těsto. To rozdělíme na dva díly. Každý díl vyválíme do obdélníku přibližně 40 x 30 cm, na střed do pásu uložíme dvě nastrohaná jablka na šířku asi 12 cm, posypeme polovinou vanilkového cukru a troškou skořice. Naplněná těsta zabalíme do obdélníku, položíme na plech vyložený papírem na pečení, potřeme rozšlehaným vejcem a v předehřáté troubě upečeme dozlatova. Po upečení štrúdlů potřeme rozpuštěným máslem.

Recept mám od manželovy tety Hanky, vyhlášené rodinné kuchařky. Štrúdlů pečou často, protože chutnají nejen mně, ale celé rodině. Zvládá je i má 13letá dcera.

Jablkové štrúdlly babičky Magdaleny

Jana Bartošková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

200 g polohrubé mouky
200 g hladké mouky
100 g másla (nebo Hery)
100 g moučkového cukru
2 vejce
1 prášek do pečiva
3 lžice mléka
1 špetka soli
1 kg jablek
1 lžice skořice
1 balíček rozinek (můžou se namočit do rumu)
1 hrst mletých nebo sekaných vlašských ořechů
50 g hladké mouky
50 g polohrubé mouky
100 g moučkového cukru
80 g másla

Postup

Těsto

Na vále vypracujeme těsto z obou druhů mouky, cukru, másla, 2 vajec, prášku do pečiva, 3 lžic mléka a špetky soli a necháme chvíli odpočinout. Podobá se těstu na mřížkovou buchtu. Jablka oloupeme a nastroujeme a necháme chvíli odstát, ať pustí šťávu, kterou z nich pak lehce vymačkáme.

Drobenka

Vypracujeme ji z obou druhů mouky, cukru a másla.

Z těsta vyválíme dva pláty na štrúdl široké zhruba 20 až 25 cm, na pláty poklademe vymačkaná jablka, posypeme skořicí, mletými nebo drcenými ořechy a rozinkami a okraje těsta přehneme směrem dovnitř tak, aby se dotýkaly. Uprostřed uděláme po celé délce štrúdlu důlek, do kterého nasypeme drobenku. Nohavice přemístíme na plech a pečeme při 180 °C dozlatova. Po vychladnutí posypeme cukrem a krájíme na řezy.

Štrúdlů pekla moje babička Magdalena a miluje je celá naše rodina.





Lívanec s jablky

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

150 g hladké mouky
200 ml mléka
3 jablka
3 vejce
100 g másla
1 lžice medu
sůl, práškový cukr

Postup

Jablka oloupeme, zbavíme jádřinců a nakrájíme na tenké plátky. Posypeme vrchovatou lžicí cukru, aby všechny plátky byly obaleny, a necháme macerovat (nasáknout).

Zatím připravíme těsto: do mísy dáme mouku, sůl, tři vejce a mícháme, až je všechna mouka vejci absorbována. Teprve potom přidáme studené mléko a umícháme trochu hustší lívancové těsto. Dobrou polovinu másla dáme do hlubší pánve, když je horké, nalijeme na ně naběračku těsta, až se zespodu trochu opeče, rozetřeme na lívanec jablka a potom zalijeme zbytkem těsta. Pečeme na středně silném ohni a pánvi pohybujeme tak, aby se lívanec zespodu nepřichytil. Když je spodní strana dozlatova opečená, obrátíme lívanec nadhozením pánve a opečeme opět dozlatova i druhou stranu, a to velmi pomalu, aby se vnitřek dobře propekl.

Lívanec podáváme posypaný cukrem a pomazaný medem.



Vařený jablečný kompot

Marie Filipová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

200 g nakrájených oloupaných jablek
2 lžice krupicového cukru – podle potřeby
500 ml vody nebo i méně
kousek celé skořice
možno i 1 až 2 hřebíčky
a 1 hodně malinký kousek badyánu

Postup

Oloupaná jablka nakrájíme na kousky, přidáme vodu, cukr, koření a dáme vařit, až jsou jablka měkká. Necháme vychladit, podáváme jako kompot k hlavnímu jídlu a pokud přidáme více vody, tak máme i nápoj.



Při nadúrodě jablek jsme tento kompot měli snad každý den. Maminka jablka nakrájela do velkého hrnce, dala vždy více vody a uvařila. Hrnec pak stál na stole i s naběračkou a kdo chtěl, tak si nabral. Buď jablka, nebo šťávu k napití. Měli jsme i jednu odrůdu rozvařejících se jablek, takže se nedá říct, že byly v kompotu nějaké pevnější kousky.

Strouhaný koláč

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

450 g polohrubé mouky
750 g tvarohu
250 g Hery
2 vejce
4 žloutky
200 g krupicového cukru
50 g másla
200 ml mléka – podle vodnatelnosti tvarohu

Postup

Těsto vytvoříme z polohrubé mouky, Hery, cukru a čtyř žloutků a rozdělíme ho na tři díly. Jeden dáme do chladničky a zbylé dva na hrubém struhadle nastrouháme na namaštěný plech. Na to nalijeme vrstvu směsi z tvarohu smíchaného se dvěma celými vejci, krupicovým cukrem a přibližně čtvrtlitrem mléka. Vše pokryjeme nastrouhanou třetinou zbylého těsta a zakapeme rozpuštěným máslem.

Pečeme v předem vyhřáté troubě při zhruba 180 °C asi 40 minut.



Strouhaný moučník

Marcela Pavelková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

400 g hladké mouky
250 g rostlinného tuku
150 g mletého cukru
1 vanilkový cukr
1 prášek do pečiva
1 žloutek
2 lžice kakaa

Náplň

750 g tvarohu
250 g mletého cukru
1 vanilkový cukr
1 lžice solamylu
3 žloutky
4 bílky – sníh

Postup

Z uvedených surovin zpracujeme těsto. Dvě třetiny nastrouháme na plech, jednu třetinu odložíme. Poté z uvedených ingrediencí uděláme náplň. Tu rozetřeme na těsto na plechu a zbytek těsta nastrouháme na náplň. Potom dáme vše do trouby, kde pečeme asi při 180 °C 45 až 50 minut. Po upečení vytáhneme z trouby, necháme vychladit a naporcujeme. Můžeme dozdobit šlehačkou nebo pocukrovat mletým cukrem.



Tento recept pochází od mojí prarady a v naší rodině se peče od nepaměti.

Meruňkový tvarožník prababičky Anny

Lenka Starečková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 kg tvarohu
4 lžice dětské krupice
4 vejce
20 g krupicového cukru
1 prášek do pečiva
1 vanilkový cukr
10 meruňek
160 g rostlinného tuku
160 g krystalového cukru
250 g polohrubé mouky

Postup

Tvaroh, vejce, krupicový cukr, dětskou krupici, prášek do pečiva a vanilkový cukr smícháme dohromady. Vzniklou hmotu nalijeme na vymazaný a vysypaný hluboký plech. Na povrch vložíme meruňky, které posypeme drobenkou z rostlinného tuku, krystalového cukru a polohrubé mouky. Pečeme při 200 °C dorůžova.



Recept se v naší rodině dědí z generace na generaci. Má prababička jej předala své dceři (mé babičce), ta jej předala své dceři (mé mamince) a nyní jsem recept převzala já. Doufám, že ho budu jednou moci i já předat své dceři.

Tvaroháček

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 balíček pudinku
2 lžice cukru
0,5 l mléka
250 g tučného tvarohu

Postup

Uvaříme vanilkový pudink. Do horkého pudinku šleháním vmícháme tvaroh. Podáváme vychlazené.

Slezský tvarohový koláč

Pavel Kořízek

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g polohrubé mouky
75 g krupicového cukru
125 g másla
3 žloutky
250 ml mléka
42 g droždí
1,5 kg tvarohu
200 g cukru
6 žloutků
4 bílky
6 lžic krupice
230 g polohrubé mouky
230 g másla
125 g cukru
20 ml mléka
1 lžička cukru
špetka soli do těsta

mléka. Posypeme špetkou mouky a zakryté necháme vykynout asi 20 minut na teplém místě. Přidáme zbývající vlažné mléko, sůl, cukr, rozehřáté máslo a žloutky. Těsto zpracováváme 10 minut, až je pružné a hladké. Necháme ho odležet na teplém místě, až zdvojnásobí svůj objem.

Z bílků vyšleháme sníh s cukrem. Žloutky smícháme s tvarohem a zamícháme s krupicí do sněhu.

Dvě třetiny těsta rozhrneme na plech (propícháme vidličkou na několika místech). Na těsto rozprostřeme tvarohovou směs. Třetinu kynutého těsta vyválíme a opatrně přeneseme na tvaroh. Povrch těsta potřeme mlékem s cukrem.

Postup

Mouku prosejeme do velké mísy. Vytvoříme důlek, kde smícháme droždí s trochou cukru a trochu teplého

Rozpustíme máslo a uhněteme s moukou a cukrem. Ještě teplou posypku rozdělíme na kousky (2 x 2 cm) a rozložíme na těsto. Pečeme asi 30 až 40 minut při 180 °C.



Prajzské buchty

Gertruda Wollinová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

250 g hladké mouky
250 g polohrubé mouky
0,5 droždí
1 lžice rumu
2 vejce
1 žloutek
0,5 l mléka
100 g krupicového cukru
1 rozpuštěné máslo
1 lžice rozpuštěného sádla
1 lžice oleje
1 špetka soli

Tvarohová nádivka

1,25 kg tvarohu (ne vanička)
2 žloutky
1 balíček rozinek namočených v rumu
1 strouhaná kůra z citronu
2 hrsti cukru – podle chuti
4 lžice rozškvářeného másla
1 špetka soli

Maková nádivka

800 g jemně pomletého máku
300 g cukru
250 ml mléka
1 citron
4 lžičky škvářeného másla
rum
mandle nebo ořechy nakrájené
nahrubo

Posypka

1 máslo
1 vanilkový cukr
1 žloutek
1 lžice rumu
1 špetka soli
250 g moučkového cukru
400 g hladké mouky

Postup

Těsto

Prosejeme mouku, cukr, sůl a zamícháme. Necháme udělat kvásek. Do mouky pak vlijeme kvásek a zbytek ingrediencí, mléko doleváme podle potřeby. Těsto musí být vláčné a pružné. Necháme kynout a v průběhu kynutí ještě těsto dvakrát přepracujeme.

Tvarohová nádivka

Tvaroh zabalíme do čisté utěrky, aby se zbavil přebytečné vody. Pak smícháme s ostatními ingrediencemi a dosladíme cukrem podle chuti i kvality tvarohu.

Maková nádivka

Jemně pomletý mák a cukr spaříme mlékem. Přidáme rum, nastrouhanou kůru z 1 citronu, 4 lžičky škvářeného másla, mandle nebo ořechy nakrájené nahrubo, a to vše smícháme dohromady.

Posypka

Všechny ingredience smícháme do kompaktního těsta tak, aby nebylo tuhé, ale ani se nedrolilo.

Postup

650 g těsta vyválíme a na válečku přeneseme na tukem vymazaný plech. Pěkně roztáhneme až k okrajům a na to pokládáme nádivky přibližně 1 cm od okraje plechu. Dále rozválíme 350 g těsta a opět na válečku přeneseme na nádivky a pěkně roztáhneme až k okrajům. Válečkem těsto poválíme tak, aby se nádivky dostaly až k okrajům. Pomažeme vejcem a propícháme vidličkou na několika místech. Posypku pokládáme jako hrudky mezi prsty pěkně v řadách. Pečeme zhruba 35 minut při 200 °C.

Servírujeme posypané moučkovým cukrem.



Tato slavnostní buchta se peče zejména při slavnostních příležitostech z důvodu její finanční, ale i zpracovatelské náročnosti. Má se za to, že tuto tradiční buchtu pečou pouze velmi zručné hospodyňky.

Buchta bývá servírována na svatbách, ale také při křtinách či jiných slavnostních příležitostech. Žádaná je také pro svou dlouhou trvanlivost, je velice chutná a křehká i po několika dnech. Tradičně se peče buchta s tvarohovou či makovou náplní, ale také s povídky či jablky.

Tento um upéci pravou prajzskou buchtu se pomaličku mezi mladou generací vytrácí, ale já pevně doufám, že si maminky opět udělají čas a od svých tetiček, maminek či babiček se ji naučí dělat tak, jak se má správně dělat – křehká, jemná, lahodná při každém zakousnutí.





Minikoblížky z tvarohu

Lenka Pryczková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

200 g hladké mouky
250 g měkkého tvarohu
4 vejce
5 lžic mléka
1 prášek do pečiva
1 vanilkový cukr
moučkový cukr na obalení
tuk na smažení

Postup

Smícháme vejce, mléko, tvaroh, cukr, a pak přidáme mouku s práškem. Zamícháme v hladké těsto. V hlubším hrnci nebo fritovacím hrnci rozežřejeme tuk a malou lžičkou do něj klademe hromádky těsta. Musí být ponořené. Smažíme z obou stran a ještě teplé obalujeme v moučkovém cukru.



Rychlý jednoduchý moučník. K minikoblížkům můžeme podávat teplou ovocnou omáčku podle sezonního ovoce.

Babiččiny tvarohové knedlíky

Miroslava Gacková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

250 g tvarohu v kostce
3 lžice krupice
3 lžice strouhanky
1 vejce
1 lžička másla
sůl
ovoce – nejlépe jahody
kousek másla a moučkový cukr na posypání

Postup

Všechny suroviny kromě ovoce smícháme dohromady, těsto necháme chvíli odpočinout. Pak děláme knedlíky, do kterých dáváme jahody. Vaříme 6 až 7 minut v osolené vodě. Hotové polijeme rozpuštěným máslem a pocukrujeme.





Pustějovské „pohudky“ podle babičky Hely

Jana Bartošková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g hladké mouky
70 g moučkového cukru
100 g másla, případně Hery
2 žloutky
1 balení droždí (případně sušené)
200 ml mléka (můžeme přidat podle potřeby)
1 špetka soli
4 kostky tvarohu
4 vejce
200 g moučkového cukru
1 balíček rozinek (namočit do rumu)
1 špetka mletého (drceného) badyánu
1 kůra z citronu
1 vanilkový cukr
1 vejce na potřetí těsta před pečením

Postup

Kynuté těsto

Snad všichni máme doma nějaké pomocníky, mezi které se řadí i domácí pekárny. Ty umí krásně zadělat kynuté těsto. Proto dáme do pekárny ingredience na těsto, postupně tekuté a syké – mléko, žloutky, máslo, mouku smíchanou s cukrem, droždím a špetkou soli a zaděláme těsto. Kdo pekárnu nemá, zadělává klasickým způsobem, mouku na vál a kvásek do rendlíku a pak hněteme, až je těsto pěkně hladké. Necháme kynout. Těsto by mělo být trochu vláčnější.

Náplň

Kostky tvarohu vymícháme s cukrem, vanilkou, vejci, rozinkami (nasáklými rumem), citronovou kůrou a badyánem.

Vykynuté těsto rozdělíme na dva díly a lehce je necháme ještě vykynout, pak je rozválíme, ne moc do široka. Na těsto rozetřeme tvaroh a okraje těsta srolujeme směrem dovnitř proti sobě, přendáme šikovně na plech, potřeme rozšlehaným vejcem a pečeme ve vyhřáté troubě při 180 °C dozlatova.

Vychladlé posypeme cukrem a krájíme jako štrúdlu.



Tuto sladkou buchtu pekla babička mého manžela. V Pustějově se pekly snad v každé chalupě a možná je ještě i dnes, kromě nás, někde pečou.

Třená dvoubarevná bábovka

Marie Filipová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

260 g krupicového cukru
180 g másla
5 vajec
1 vanilkový cukr
370 g polohrubé mouky
1,5 lžice kakaa
1 lžice rumu
8 lžic vlažného mléka – podle potřeby
3/4 balíčku prášku do pečiva
trochu citronové kůry
špetka soli
trochu másla nebo 100% tuku na vymazání formy a hrubá mouka nebo strouhanka na vysypání

Postup

Utřeme žloutky se změkklým máslem, cukrem, vanilkovým cukrem a kůrou do pěny. Špetku soli zamícháme do mouky. Pak přidáváme střídavě po trochách a vždy rozmícháme mouku a vlažné mléko, do zbytku mouky – asi jedné třetiny – zamícháme prášek do pečiva a přidáme nakonec. Pak už jen zlehka vmícháme sníh z bílků. Při šlehání bílků přidávám malinkou špetičku soli. Odebereme třetinu těsta a vmícháme do ní kakao a trochu rumu. Bábovkovou formu vymažeme 100% tukem, např. Omegou nebo máslem, a vysypeme hrubou moukou nebo strouhankou. Dáme polovinu světlého těsta, pak tmavé a zbytek světlého. Vložíme do středně předehřáté trouby, teplotu zmírníme a zvolna upečeme. Zhruba 45 minut, nenapišu stupně, troubu mám plynovou, ale bábovka se peče pozvolna.



Tuto bábovku maminka pekla dost často a dávala ji v rodině i jako dárek k svátku nebo narozeninám. Z menšího množství dělala na Velikonoce beránka. Dost často jsme ji mívali v neděli a já jako dítě jsem s otcem měla úkol – dostali jsme mísu s vařečkou a ručně jsme třeli žloutky s cukrem. A maminka dělala jinou práci.





Medový věnec

Helena Febrová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

220 g polohrubé mouky
50 g jemně mletých liskových ořechů
150 g mletého cukru
1 prášek do pečiva
1,2 dl medu
160 g másla
3 vejce
180 g zakysané smetany
máslu na vymazání a hrubá mouka
na vysypání formy

Postup

Smícháme mouku, ořechy, cukr a prášek do pečiva. V jiné misce dobře promícháme med, rozehřáté máslo, vejce a smetanu. Pak obě směsi smícháme dohromady a nalijeme do vymazané a vysypané formy ve tvaru věnce. Pečeme asi 30 minut při 180 °C. Vychladlé můžeme polít citronovou polevou nebo čokoládou nebo také z obou vytvořit mramorování.



Bílkový chlebiček

Ludmila Mořkovská

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

10 vaječných bílků
320 g moučkového cukru
140 g vlašských ořechů – nahrubo nasekaných
160 g rozinek
80 g másla
140 g hrubé mouky
50 g rozpuštěného másla
1 lžice rumu

Postup

Ušleháme z bílků sníh a postupně přidáváme: cukr, kakao smíchané s moukou, rozpuštěné máslo, rum, předem namočené rozinky a nakonec nasekané vlašské ořechy. Těsto vylijeme do vymazané a strouhankou vysypané formy na srnčí hřbet. Pečeme v troubě předehřáté na 170 °C.



Tento klasický jednoduchý recept je možno obohatit o křížaly nakrájené na menší kousky, které tak jako rozinky namočíme v rumu nebo v dobré domácí pálence.

Těstoviny tety Relky

Marie Krawczyková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

200 g těstovin (široké nudle)
100 g másla
2 lžice dětské krupičky
1 lžička soli
1 kompot podle chuti

Postup

Těstoviny uvaříme ve slané vodě doměčka. Na másle opražíme dětskou krupičku dorůžova. Okapané těstoviny přidáme do opražené krupičky a dobře zamícháme. Opražená krupička obalí uvařené těstoviny a dodá jim vynikající chuť. Tento pokrm lze konzumovat i s jakýmkoliv kompotem, ale lze jíst i samostatně.



Recept z okolí Těšínska.



Krupicový nákyp

Jarmila Orlitová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

- 4 vejce
- 4 lžice dětské krupice
- 4 lžice cukru
- 1 hrnek vlažného mléka
- 1 kelímek 33% smetany
- 400 g čerstvého ovoce podle sezony, popř. kompot
- 1 kousek másla na vymazání plochy

Postup

Oddělíme žloutky a bílky. Žloutky utřeme s cukrem do pěny, přidáme dětskou krupici a vymícháme těsto. Z bílků ušleháme tuhý sníh a opatrně přidáme k těstu. Vymažeme formu a nalijeme těsto. Pečeme dozlatova zhruba 30 minut při 185 °C. Upečené těsto pomocí lžice opatrně polijeme vlažným mlékem a ještě asi 5 minut pečeme.

Podáváme s ovocem a zdobíme šlehačkou.



Višňová kulička s omáčkou z lesních plodů

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

- 800 g brambor
- 1 vejce
- 75 g krupice
- 220 g hrubé mouky
- 150 g moučkového cukru
- 100 g borůvek
- 100 g malin
- 100 g lesních jahod
- 1 šlehačka
- 1 čokoládová poleva
- 1 bonboniéra višně v čokoládě

Postup

Brambory uvaříme ve slupce, oloupeme je a necháme vychladnout. Studené brambory jemně umeleme nebo nastrouháme. Přidáme sůl, vejce, krupici, prosátou hrubou mouku a dobře propracujeme v tužší těsto. Těsto ihned rozválíme na tenčí plát, nakrájíme na čtverce asi 3 x 3 cm a na ně položíme bonbony višně v čokoládě. Pečlivě zabalíme do kuliček. Vkládáme do vařící vody a zvolna vaříme (krátce po zavaření je opatrně zamícháme, aby se nepřichytily ke dnu). Uvařené višňové kuličky vyjme.

Čerstvé nebo mražené lesní plody vložíme do kastrolu, pocukrujeme a necháme přejít varem. Na talíři servírujeme višňovou kuličku položenou na teplém ovoci a ozdobenou šlehačkou a čokoládovou polevou.





Povidlové řezy

Lenka Pryczková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g hladké mouky
300 g švestkových povidel
1 lžice kakaa
1 lžice jedlé sody
1 lžice skořice
100 g rozpuštěného másla
1 vejce
0,5 l mléka

Postup

Všechny suroviny dáme do mísy a vymícháme v hladké těsto. Pekáč s vyšším okrajem vymažeme tukem a vysypeme hrubou moukou, vlijeme těsto a pečeme ve středně teplé troubě. Po upečení nakrájíme na kostky a ozdobíme kopečkem šlehačky.

Makuvki

Pavel Kořízek

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

500 g mletého máku
2 l mléka
200 g cukru
100 g rozinek
60 g másla
6 housek nebo rohlíků

Postup

Rohlíky nakrájíme na silnější plátky a dáme na velký talíř. Polijeme trochou horkého mléka a pocukrujeme. Zbytek mléka s cukrem, mákem, rozinkami a máslem dusíme asi 10 minut. Vrstvíme postupně těsto a makovou hmotu. Necháme zchladit. Před podáváním promícháme. Můžeme posypat mletými ořechy nebo mandlemi.

Radvanická vařená slivovice

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

200 ml slivovice
60 g kostkového cukru
1 celá skořice
4 hřebíčky
5 g citronové kůry
5 g pomerančové kůry
1 citron nebo pomeranč
200 ml vody

Postup

Vezmeme menší kastrůlek, do kterého vložíme cukr, celou skořici, hřebíček, citronovou a pomerančovou kůru a zalijeme 2 dl vody. Přivedeme k varu. Kastrůlek odstavíme ze sporáku, zalijeme slivovicí. Pak opět vrátíme na sporák a přivedeme k bodu varu, nesmí již vařit. Horký nápoj podáváme s plátkem citronu nebo pomeranče.

Tento nápoj připravujeme v chladných podzimních či zimních dnech pro zahřátí.



CHUŤOVKY

KUCHAŘKA KRAJOVÝCH RECEPTŮ



Hlad je prý nejlepší kuchař
– ať mi tedy něco uvaří, když ho mám!

Jiří Suchý





Pikantní tvarůžková pomazánka

Helena Febrová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



PORCE



Ingredience

200 g olomouckých tvarůžků
140 g másla
100 g tvarohu
300 ml mléka
2 stroužky česneku
pepř, sůl, sladká paprika

Postup

Tvarůžky, tvaroh a česnek umeleme v masovém strojků. Spolu s máslem, mlékem, solí a kořením dobře vyšleháme.



Máslo můžeme nahradit ramou a kdo má rád ostré, ať si přidá více česneku nebo pálivou papriku. Pomazánka je výborná na čerstvém dalamánku nebo ještě teplém chlebu.



Tvarůžkový pošmak

Simona Linartová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



PORCE



Ingredience

3 balení tvarůžků (100g balení)
250 ml zakysané smetany
1 červená paprika (čerstvá kapie)
1 balení jarní cibulky
1 malá cibule
sůl a chilli pasta nebo chilli koření

Postup

Tvarůžky nakrájíme na kostičky nebo protlačíme přes kolečko, na kterém se dělají brambory do bramborového salátu. Na kostičky nakrájíme i papriku a cibuli (stačí i půl cibule, je tam jen na doladění chuti), jarní cibulku rovněž nakrájíme (nemusí se nakrájet celý svazek, záleží na velikosti). Přimícháme zakysanou smetanu a chilli pastu, zamícháme a necháme odležet nejlépe do druhého dne.



Je to ideální pochoutka k čepovanému pivu. Dělal jsem to hlavně v létě, když se sejdeme se známými u piva.





Frydecký šmítec

Miroslava Gacková

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



PORCE



Ingredience

1 balení tvarůžků
1 pomazankové máslo
1 kapie
2 kostky taveného sýra
1 kyselá okurka
1 cibule
sůl, mletá paprika, bageta

Postup

Tvarůžky, cibuli a okurku nastrouháme. Pomazankové máslo utřeme se sýry, ochutíme solí a paprikou, přidáme nastrouhané suroviny a drobně nakrájenou kapii. Promícháme a necháme v ledničce chvilku uležet. Mažeme na krájenou bagetu. Možno ozdobit kyselou okurkou nebo krájenou kapií.

Šmírkejy

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



PORCE



Ingredience

1 balíček tvarůžků
250 g tvarohu
sůl, drcený kmín, celý kmín

Postup

Tvarůžky hranou vidličky vmícháme s drceným kmínem do tvarohu. Poté posypeme celým kmínem a položíme na jeden až dva dny na teplé místo. Mažeme na čerstvý chléb.

Svatohubertská zvěřinová paštika

Karel Drápal

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 kg srnčí plece
200 g slaniny
400 g cibule
1 žloutek
2 lžíce vína
1 lžička koňaku
80 g slaniny na formu
0,25 l zvěřinového vývaru
sůl, bílý pepř, paštikové koření

Postup

Připravíme paštikové koření:

5 g černého pepře, 5 g nového koření, 5 g hřebíčku, 5 g muškátového květu, 10 g muškátového ořechu, 3 bobkové listy, 5 g tymiánu, 5 g majoránky, 5 g bazalky, 10 lístků

rozmarýnu, 5 g papriky, 5 g zázvoru. Tuto směs utlučeme na moučku a prosejeme hustým sítem.

Srnčí plec očistíme a nakrájíme na větší kousky. Slaninu nakrájíme na kostičky a rozškvaříme. Cibuli nakrájíme a osmažíme ji na slanině. Přidáme nakrájené srnčí maso, zalijeme zvěřinovým vývarem a dusíme doměkka. Měkké maso dvakrát na masovém stroju umeleme nebo rozmixujeme, osolíme, opepříme, přidáme paštikové koření, žloutky, víno, koňak a vše dobře umícháme. Formu vyložíme slaninou, naplníme připravenou směsí asi do tří čtvrtin výšky a zakryjeme alobalem. To celé postavíme do vodní lázně a dáme do trouby při 150 °C na hodinu a půl. Po upečení vychladíme. Podáváme po úplném zchladnutí, nakrájíme na tenké řezy, doplníme brusinkami.





Houbová směs na topinky

Šárka Grigoriadisová

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

1 kg čerstvých nakrájených hříbků
200 g nakrájené cibule
300 g nakrájených zelených paprik
400 g nakrájených rajčat
1 plechovka malého rajčatového protlaku (kečup)
3 menší nakrájené feferonky
1 lžice červené sladké papriky
1 lžice kari
1 špetka pepře
1 špetka soli
děláme na řepkovém oleji nebo sádle

Postup

Dáme s trochou vody dusit hříbky, dokud nezměknou. Voda by se měla vyvařit. Zvlášť na tuku zpěníme cibuli, pak postupně přidáváme rajčatový protlak, červenou sladkou papriku, zelené papriky, feferonky, kari, rajčata, sůl, pepř a vše podlijeme trochou vody a dusíme. Směs je hotová, když je pěkně na skus a voda je vyvařená. Měkké hříbky smícháme se směsí. Připravíme si topinky a klademe na ně směs.

Pokud směsi máme hodně, můžeme ji dát do sklenic a sterilizovat 20 minut při 80 °C. Pak ji máme celoročně k dispozici, je výborná.



Vzpomínám na tento recept, dělávala ho moje maminka.



Vajíčka pro jednoho

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

2 vejce natvrdo
3 lžice zakysané smetany
1 špetka soli a pepře
1 hrst nakrájené natě jarní cibulky

Postup

Oloupaná vejce podélně rozpůlíme, dáme na talíř. Navršíme na ně zakysanou smetanu, osolíme, opepříme a vydatně posypeme nakrájenou natí jarní cibulky. S trochou bílého pečiva – mňam.

Nepizza

Petr Pavlíček

OBTÍŽNOST



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



PORCE



Ingredience

200 g hladké mouky
50 g vepřového sádla
1 vejce
3 rajčata
3 papriky
3 stroužky česneku
1 lžička mleté sladké papriky
sůl, pepř

Postup

Těsto: Mouku smícháme s vejcem, sádlem a trochou soli. Vznikne polotuhé těsto, které vtlačíme do vymaštěného pekáče.

Náplň: Nakrájíme rajčata, papriky, česnek a cibuli. Vše osolíme a vmícháme mletou papriku.

Touto směsí pokryjeme těsto v pekáči a pečeme při 180 °C asi 30 minut.



Partnerské restaurace

Níže je seznam restaurací, které mají ve své nabídce vybrané pochoutky uvařené podle receptů z našich kuchařek. Není tedy nic jednoduššího, než si naplánovat výlet na některou z atrakcí regionálního cestovního ruchu, cestou se zastavit v jedné z partnerských restaurací a zjistit, Jak šmakuje Moravskoslezsko.

- 1. Horský hotel Sepetná**
Ostravice 0956
739 14 Ostravice
Tel.: 558 682 108
www.hotel.sepetna.cz
- 2. Hotel Grůň**
Mosty u Jablunkova 1112
739 98 Mosty u Jablunkova
Tel.: +420 737 245 490
www.hotelgrun.cz
- 3. Kotelna Bowling**
17. listopadu 2
747 06 Opava-Kylešovice
Tel.: +420 776 851 807
www.kotelnabowling.cz
- 4. Penzion a restaurace U Kata**
Brothánkova 338/1
792 01 Bruntál
Tel.: 554 211 749
www.restaurace-u-kata.cz
- 5. Hostinec Lhotka**
Petřkovičká 125
725 28 Ostrava-Lhotka
Tel.: +420 596 628 662
www.hostineclhotka.cz
- 6. Hotel a restaurace Jaškovská krčma**
Horní Těrlicko 242
735 42 Těrlicko
Tel.: +420 602 269 734
www.jaskovsakrcma.cz
- 7. Hospoda Pod Borovou**
Malenovice 333
739 11 Malenovice
Tel.: +420 730 623 404
www.podborovou.cz
- 8. Horský hotel Kopřivná**
Malá Morávka 122
793 36 Malá Morávka
Tel.: +420 777 745 371
www.koprivna.cz
- 9. Hotel Čeladenka**
Čeladná 809
739 12 Čeladná
Tel.: +420 591 160 160
www.celadenka.cz
- 10. Hotel Roubenka**
Dolní 327
742 66 Štřamberk
Tel.: +420 556 852 566
www.roubenkahotel.cz
- 11. Hotel Slunce**
Jesenická 4
795 01 Rýmařov
Tel.: +420 554 212 790
Tel.: +420 777 273 776
www.hotelsslunce.jeseniky.com



Seznam je aktuální v době vydání kuchařky. Aktuální seznam partnerských restaurací je dostupný na www.jaksmakuje.cz.



Vítězné recepty 4. ročníku kulinařské soutěže



Cena odborné komise

1. místo: Svojský placek (autorka: Eva Zajacová)
2. místo: Borůvkový brutvaniok (autor: Karel Drápal)
3. místo: Králík na smetaně od mé maminky (autorka: Dagmar Cilečková)

Cena médií

Fazolová polévka a Šťavnaté jablečné řezy (autorka: Marie Filipová)



Poděkování

Děkujeme vám všem, kteří nám zasíláte recepty, navštěvujete naše akce a podporujete nás v naší činnosti!

Neobešli bychom se bez spolupráce s profesionály z oblasti gastronomie.

Pánové Karel Mathias a Roman Bielez všechny recepty pročetli, ohodnotili a sestavili z nich tzv. Moravskoslezské menu pro rok 2014. Karel Mathias navíc do kuchařky přispěl svými tipy, jak některé vámi zaslané recepty uvařit ještě nezapomenutelněji.

Děkujeme, kuchařky, kuchaři, servírky, číšníci a provozovatelé partnerských restaurací! Bez vás a vaší vstřícnosti by projekt Jak šmakuje Moravskoslezsko nežil a nebyl by aktivní po celý rok.





Partneři kulinářské soutěže

Hlavní mediální partner



Rejstřík receptů

Ajntopf	30
Babiččin zapekáč	67
Babiččina smetanová omáčka	36
Babiččiny tvarohové knedlíky	88
Bábovka třená dvoubarevná	91
Bachora	62
Bilkový chlebiček	93
Borůvkový brutvaniok	73
Bramborák s líbečkem	60
Brambory kyselé	62
Bůčková roláda nebo kapsa se smaženíc z lesních hub	42
Buchty prajzské	86
Bystřický pstruh na mandlích	57
Celer smažený	68
Cibulačka s kozím sýrem	11
Černá kmiňočka	10
Fazolová polévka	18
Fazolový guláš ze Šalamounské kolonie	66
Fífejdské kuře	33
Frýdecké labužnické kotlety	37
Frýdecký šmítec	102
Guláš fazolový ze Šalamounské kolonie	66
Hanácký vrabec se zelím	39
Haviřská kulajda	22
Houbová směs na topinky	104
Hrachovka sedlácká	19
Hrušková polévka s vínem	25
Husa svatomartinská s hruškou, červeným zelím a pohankovým knedlíkem	34
Chlebiček bilkový	93
Chlebová s houbami	14
Chlebovka – polévka	14
Jablečné šťavnaté řezy	78
Jablečný lívanec	82
Jablečný moučník	78
Jablečný vařený kompot	83



Rejstřík receptů

Jablkové štrůdlly babičky Magdaleny	81
Jarní polévka	16
Jehněčí maso s dušeným šťovíkem	52
Jehněčí roláda s kozím sýrem	53
Jehněčí se švestkovou omáčkou	51
Jobra pro jednoho	64
Kapří hranolky podle švagra Milana	56
Kmínová polévka	10
Koláč s ukládanými jablky	80
Koláč slezský tvarohový	85
Koláč strouhaný	83
Koláč z mrkve	75
Kotlety na šlehačce	36
Králičí kyselice	23
Králičí maso na slivovici	53
Králík marinovaný	54
Králík na smetaně od mé maminky	55
Králík se šípkovou omáčkou	54
Krupicový nákyp	94
Krůtí pečené krky s cibulovou omáčkou	34
Křídélka s ořechovou náplní	32
Kulajda havířská	22
Kuře fifejdské	33
Kuřecí křídélka s ořechovou náplní	32
Kuřecí prsa s višněmi	31
Květáková polévka	17
Kynutá buchta se zelnou nádivkou a drobenkou – želňok	76
Kyseláky	16
Kyselé brambory	62
Kyselice králičí	23
Lívanec s jablky	82
Makuvki	96
Marinovaný králík	54
Medový věnec	92
Meruňkový tvarožník prababičky Anny	84

Rejstřík receptů

Minikoblížky z tvarohu	88
Mléčná polévka s novými brambory	13
Mleté vepřové maso v bránici	48
Moučník jablečný	78
Moučník strouhaný	84
Mrkvance babičky Marušky	74
Mrkvové koule	74
Mrkvový koláč	75
„Mulka“ – polévka	12
Nákyp krupicový	94
Nepizza	105
Okurková zupa	21
Omáčka babičina smetanová	36
Omáčka šípková s králíkem	54
Paštika svatohubertská zvěřinová	103
Pečené krky s cibulovou omáčkou	34
Pikantní tvarůžková pomazánka	100
Placek svojski	61
Pohanka s uzeným bůčkem a sušenými švestkami	65
Polévka – okurková zupa	21
Polévka „mulka“	12
Polévka černá kmiňočka	10
Polévka fazolová	18
Polévka hrušková s vínem	25
Polévka chlebová s houbami	14
Polévka chlebovka	14
Polévka jarní	16
Polévka kmínová	10
Polévka květáková	17
Polévka mléčná s novými brambory	13
Polévka slezská mléčná	13
Polévka špenátová s jehněčím masem	24
Polévka šťovíková	21
Polévka švábská	17
Polévka vánoční rybí	26



Rejstřík receptů

Polévka z krůtích krků	23
Polévka zelná	20
Pomazánka tvarůžková pikantní	100
Povidlové řezy	96
Pražské buchty	86
Pstruh bystrický na mandlích	57
Pustějovské „pohudky“ podle babičky Hely	90
Radvanická vařená slivovice	97
Roláda jehněčí s kozím sýrem	53
Roláda nebo kapsa z bůčku se smaženicí z lesních hub	42
Roláda z Morávky	41
Rolky stařenky Resi s klouzky	40
Rolky šalvějové pro čtyři strážníky	44
Rolky z vepřového masa se zelným listem v bránici	46
Rýže	64
Řezy povidlové	96
Sedlácká hrachovka	19
Slezská mléčná polévka	13
Slezská vepřová játra	50
Slezský tvarohový koláč	85
Slivovice radvanická vařená	97
Smažený celer	68
Smetanová babiččina omáčka	36
Strouhaný koláč	83
Strouhaný moučník	84
Svatohubertská zvěřinová paštika	103
Svatomartinská husa s hruškou, červeným zelím a pohankovým knedlíkem	34
Svojski placek	61
Šalvějové rolky pro čtyři strážníky	44
Šípková omáčka s králíkem	54
Šmírkejy	102
Špenátová polévka s jehněčím masem	24
Šťavnaté jablečné řezy	78
Šťovíková polévka	21
Štrúdl tety Hanky	80

Rejstřík receptů

Štrúdl jablkové babičky Magdaleny	81
Švábská polévka	17
Těstoviny tety Relky	93
Topinky s houbovou směsí	104
Třená dvoubarevná bábovka	91
Tvaroháček	85
Tvarohové babiččiny knedlíky	88
Tvarohový slezský koláč	85
Tvarožník meruňkový prababičky Anny	84
Tvarůžková pikantní pomazánka	100
Tvarůžkový pošmak	101
Uzené koleno s křenovou omáčkou	39
Uzený bůček z pohankou a sušenými švestkami	65
Vajíčka pro jednoho	105
Vánoční rybí polévka	26
Vařený jablečný kompot	83
Vepřová bůčková roláda nebo kapsa se smaženicí z lesních hub	42
Vepřová roláda z Morávky	41
Vepřová slezská játra	50
Vepřová zabijačková pochoutka	49
Vepřové frýdecké labužnické kotlety	37
Vepřové kotlety na šlehačce	36
Vepřové maso mleté v bránici	48
Vepřové rolky se zelným listem v bránici	46
Vepřové rolky stařenky Resi s klouzky	40
Vepřové rolky šalvějové pro čtyři strážníky	44
Vepřové uzené koleno s křenovou omáčkou	39
Vepřový hanácký vrabec se zelím	39
Vepřový uzený bůček z pohankou a sušenými švestkami	65
Višňová kulička s omáčkou z lesních plodů	95
Vyplíšťok	72
Zabijačková pochoutka	49
Zapečené zelné listy s masem a rýží	38
Zelná polévka	20
Želňok – kynutá buchta se zelnou nádivkou a drobenkou	76

Vydal: Moravskoslezský kraj
Krajský úřad
28. října 117
702 18 Ostrava
Česká republika

**Redakční
zpracování:** Agentura API s.r.o.
Ema Havelková

Fotografie: Zdeněk Lhoták

**Grafický design
a realizace:** Agentura API s.r.o.

Foodstyling: Vladislav Stuparič

Rok vydání: 2014

ISBN: 978-80-87503-52-2



Moravskoslezský kraj – Krajský úřad

28. října 117

702 18 Ostrava

www.jaksmakuje.cz

www.msregion.cz

ISBN: 978-80-87503-52-2

© 2014

NEPRODEJNÉ



Investice do vaší budoucnosti
Evropská unie
PODPOROVÁNO Z EVROPSKÉHO FONDU
PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ

