

# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>3</b>
<b>POLÉVKY</b> .....	<b>4</b>
Rychlá zelnice .....	4
Frankfurtská polévka .....	4
Fazolová polévka .....	4
Polévka z červené čočky .....	5
Rychlá sýrová polévka .....	5
Krémová česnečka .....	5
Brokolicový krém s nivou .....	6
Polévka z játrové paštiky .....	6
Rychlá jitrnicová polévka .....	6
Smaženicová polévka .....	6
Rychlá polévka na čínský způsob .....	7
Rajčatová polévka s mozzarellou .....	7
Studená jogurtová polévka s koprem .....	7
<b>VEČEŘE Z KUŘECÍHO A KRŮTÍHO MASA</b> .....	<b>8</b>
Pikantní kuřecí (krůtí) směs .....	8
Pikantní kuřecí (krůtí) kostičky .....	8
Kuřecí (krůtí) nudličky na šlehačce .....	8
Kuřecí (krůtí) „katák“ .....	9
Naložené kuřecí (krůtí) masíčko .....	9
Kuřecí (krůtí) nudličky s nivou a pórkem .....	9
Kuřecí (krůtí) tatarské maso .....	10
Kuřecí (krůtí) kostky se sýrem a brokolicí .....	10
Kuřecí (krůtí) rychlovka .....	10
Pivní rarásci .....	11
Kuřecí (krůtí) placičky po čínsku .....	11
Česnekové kuřecí (krůtí) placičky .....	11
Marinované kuřecí (krůtí) řízky .....	12
Kuřecí (krůtí) řízky v marinádě .....	12
Kuřecí (krůtí) řízečky v lupínkách .....	12
Obalované kuřecí (krůtí) proužky .....	13
Kuřecí (krůtí) řízky ve vaječném těstíčku .....	13
Smažené kuřecí (krůtí) řízky v sýrovém obalu .....	13
Česnekové kuřecí (krůtí) nugetky .....	14

Kuřecí (krůtí) maso v těstíčku z nivy .....	14
Kuřecí (krůtí) řízky v pivním těstíčku .....	14
Kuřecí (krůtí) řízky v pikantním jogurtovém obalu .....	15
Plněný kuřecí (krůtí) řízek s hermelínem .....	15
Kuřecí (krůtí) kapsičky s krabími tyčinkami .....	15
Zapečené kuřecí (krůtí) řízky .....	16
Zapečené pikantní kuřecí (krůtí) masíčko .....	16
Kuřecí (krůtí) řízky zapečené se smetanou a sýrem .....	16

## **VEČEŘE Z VEPŘOVÉHO MASA ..... 17**

Pikantní nudličky s čínskou zeleninou .....	17
Pikantní masová směs.....	17
Masové nudličky s nivou .....	18
Katův šleh .....	18
Flamendr s křenem .....	18
Lečový flamendr .....	19
Smažené vepřové válečky .....	19
Vepřový řízek s hermelínem .....	19
Vepřové řízky v jogurtu .....	19
Vepřové řízky s vajíčkem .....	20
Roštěácké řízky .....	20
Majolkové řízky .....	20
Pikantní křenové řízky .....	20
Vepřové řízky zapečené se šunkou a sýrem .....	21
Vepřové plátky s hermelínem .....	21
Vepřové plátky zapečené se žampiony .....	21

## **VEČEŘE Z HOVĚZÍHO MASA ..... 22**

Biftečky se šunkou a křenem .....	22
Bifteky s vejcem .....	22
Bifteky s nivou .....	23
Hovězí plátky plněné hermelínem .....	23
Zbojnické maso se sýrem .....	23
Vařené hovězí maso s jednoduchou žampionovou omáčkou .....	24
Vařené hovězí maso s hořčičnou omáčkou .....	24
Tatarský biftek .....	24

## **VEČEŘE Z MLETÉHO MASA..... 25**

Vepřenky .....	25
Pikantní vepřové placičky.....	25
Holandský řízek .....	25



Šištičky s nivou .....	26
Zelné karbanátky .....	26
Pštroší vejce .....	26
<b>RYCHLÉ VEČEŘE Z JATER .....</b>	<b>27</b>
Játra na cibulce .....	27
Smažená játra v těstíčku .....	27
Minutková játra se sýrem .....	27
Pikantní játra .....	28
Kuřecí játra po čínsku .....	28
Játra s mandarinkami a omáčkou z nivy .....	28
Smetanová játra na houbách .....	29
Kuřecí játra s houbami .....	29
Kuřecí játra s vejci .....	29
<b>VEČEŘE Z RYB .....</b>	<b>30</b>
Ryba v pivním těstíčku .....	30
Ryba zapečená se sýrem .....	30
Filé v těstíčku s ostrou omáčkou .....	30
Rybí filé se sýrem .....	31
Rychlé zapečené filé .....	31
Filé zapečené s lečem a jogurtovou zálivkou .....	31
Rybí filé zapečené s nivou .....	32
Filé jako mozeček .....	32
Losos s koprovou omáčkou .....	32
Aljašská treska na roštu .....	32
<b>VEČEŘE Z VAJEC .....</b>	<b>33</b>
Vaječná míchanice se sýrem .....	33
Míchaná vejce se sýrem a kapií .....	33
Ovesné vločky s vejci na způsob mozečku .....	33
Falešný mozeček z droždí.....	34
Vaječná smaženice s houbami .....	34
Vejce po segedínsku .....	34
Tuňák s vejci .....	34
Smažená obalovaná vejce .....	35
Vajíčkové řízky .....	35
Vaječná kolečka s překvapením .....	35
Zapečená volská oka .....	35
Pečená vejce se sýrem .....	36
Zapečená vařená vajíčka .....	36

Pečené houskové nudličky s vejci .....	36
Zapečená vejce s pikantní zálivkou .....	36
Omeleta s debrecínkou a nivou .....	37
Omeleta se šunkou a sýrem .....	37
Obložená vaječná omeleta .....	37
Pizza z pánvičky .....	37
Omeleta plněná kuřecími játry .....	38
Šopské omelety .....	38
Palačinky z hrachové polévky .....	38
Zapečené sýrové palačinky .....	38
<b>SÝROVÉ VEČEŘE.....</b>	<b>39</b>
Smažený sýr .....	39
Sýr z hrníčku .....	39
Sýrová jehla .....	40
Hermelín v mandlovém kabátku .....	40
Šunkové řízečky s hermelínem .....	40
Klatovský řízek .....	41
Rychlé sýrové vdolečky .....	41
Strašáci .....	41
Balkánský sýr zapečený s vejci .....	41
Hermelínová dobrůtka .....	42
Rozpečený hermelín se šunkou .....	42
Raclette.....	42
<b>VEČEŘE Z UZENIN A UZENÁŘSKÝCH VÝROBKŮ .....</b>	<b>43</b>
Párky v sýrovém těstíčku .....	43
Kabanos v pivním těstíčku .....	43
Salámky s nivou .....	44
Rychlá zapékaná pochoutka .....	44
Šunkové závitky s uzeným sýrem .....	44
Šunkové závitky s hermelínem .....	44
Salám zapečený s vejci .....	45
Řízky z lančmítu .....	45
Lančmít s nivou .....	45
Lančmít zapečený se sýrem a vejci.....	46
Smažená vinná klobása.....	46
Smažená vinná klobása v těstíčku .....	46
Zapečená vinná klobása .....	46
Smažený játrový sýr.....	47



Smaženky z jitrnic .....	47
Čína ze salámu .....	47
Ostrá salámová směs .....	48
Točený salám s kukuřicí a hráškem .....	48
Chalupářská bašta .....	48
Vuřtguláš .....	49
Pikantní guláš z točeného salámu .....	49
Čertovy buřtíky.....	49
Rychlý guláš z lančmítu .....	50
Farmářské fazole s klobáskou .....	50
Uzené maso v těstíčku.....	50
Slaná žemlovka .....	51
Slaný žemlový trhanec .....	51
Placičky ze zbylého chleba .....	51
<b>TOPINKY, TOASTY .....</b>	<b>52</b>
Vaječný řízek na topince .....	52
Topinky s paprikovou smaženicí.....	52
Topinky s ďábelskou směsí .....	52
Topinky s pikantní salámovou smaženicí .....	53
Topinky s lančmítovo-sýrovou směsí .....	53
Topinky s paštikovou pomazánkou .....	53
Topinky se znojemskou pomazánkou .....	53
Toasty se sýrovou směsí.....	54
Toasty s hermelínem .....	54
Toastíky s houbami a šunkou .....	54
Chlebíčky v pikantním těstíčku .....	54
Pečenky .....	55
Housky s vejci .....	55
Falešné langoše .....	55
Zapečená dobrůtka .....	55
<b>VEČEŘE Z TĚSTOVIN .....</b>	<b>56</b>
Rychlé flíčky s vejci a uzeninou .....	56
Těstoviny s vejci a brokolicí.....	56
Vrtulky s nivou a brokolicí .....	56
Těstoviny s čínskou zeleninou a nivou .....	57
Rychlé těstoviny s nivou .....	57
Těstoviny se sýrovou omáčkou .....	57
Těstoviny se žampiony a zeleným pestem .....	57

Těstoviny s žampionovou omáčkou s nivou .....	58
Těstoviny se žampiony a brynzou .....	58
Houby na kečupu .....	58
Těstoviny s houbovou smaženicí .....	58
Těstoviny zapečené s houbami .....	59
Špagety s česnekem, vejci a sýrem .....	59
Rychlovka s uzeným masem .....	59
Špagety s lečem a vejci .....	59
Mexické špagety .....	60
Špagety s čínskou omáčkou.....	60
Špagety s tuňákem a vejci .....	60
Těstoviny s tuňákem a sýrem .....	60
Čínské kuřecí nudle.....	61
Rýžové nudle se zeleninou .....	61

## **KNEDLÍKY, HALUŠKY..... 62**

Knedlíkové smaženky .....	62
Zapečené houskové knedlíky .....	62
Hrničkové knedlíky se zelím a smaženou cibulkou .....	62
Škvarkové knedlíky s cibulkou a špenátem .....	63
Bramborové chlupačky s uzeným masem .....	63
Halušky s anglickou slaninou a se zelím .....	63
Zelné halušky se škvarky .....	64
Bramborové halušky s brynzou .....	64
Jogurtové nočky .....	64

## **VEČEŘE Z RÝŽE A KUSKUSU ..... 65**

Asijská pánev s rýží a hlívou .....	65
Rýže s pikantní směsí .....	65
Houbové rizoto s lančmítem.....	65
Rizoto s mraženou zeleninou .....	66
Špenátové rizoto se žampiony .....	66
Babiččino zbytkové rizoto .....	66
Rizoto s krabími tyčinkami .....	67
Rizoto s kuřecím masem a zeleninou .....	67
Rychlé rizoto s vepřovým masem .....	67
Kuskus s tuňákem.....	68
Kuskus se žampiony .....	68
Kuskus s paprikou a kukuřicí.....	68



## **BRAMBOROVÉ VEČEŘE ..... 69**

Bramboráčky s uzeninou.....	69
Bramborák se škvarky .....	69
Veselý bramborák .....	69
Bramboráková „pizza“ .....	70
Bramborové řízečky se sýrem .....	70
Bramborové placky s uzeným masem .....	70
Obložená bramborová pánev .....	71
Strašelína .....	71
Hranolková bašta .....	71
Brambory nakyselo .....	71

## **ZELENINOVÉ VEČEŘE ..... 72**

Čínská pánev .....	72
Pestrá letní pánev .....	72
Smaženice z paprik .....	72
Plněné papriky zapečené se sýrem .....	73
Zeleninová buchtička.....	73
Obložené zeleninové placičky .....	73
Cuketové placičky s jogurtem .....	74
Cuketové bramboráčky .....	74
Cukety zapečené se šunkou a sýrem .....	74
Placičky ze syrového květáku .....	74
Smažený květák v syrovém těstíčku .....	75
Brokolice na pánvi s nivou .....	75
Rajčata plněná vejci a sýrem .....	75
Smaženice z pórku .....	76
Kapustičky s omáčkou z taveného sýra .....	76
Zbytkové zelné placky se škvarky .....	76

## **HOUBOVÉ VEČEŘE ..... 77**

Houby v petrželkovém těstíčku .....	77
Houbové řízky v pивním těstíčku .....	77
Houby v nivovém těstíčku .....	77
Houbové placičky se sýrem .....	78
Houbové lívanečky .....	78
Houbové omelety .....	78
Houbový trhanec .....	79
Houbová smaženice s paprikami .....	79

Blesková pikantní houbová směs s točeným salámem .....	79
Houby zapečené se šunkou a vejci .....	80
Houby zapečené s hermelínem .....	80
Houby zapečené s nivou .....	80
Žampiony se sýrem .....	80
Restované žampiony s paprikami .....	81
Žampionová chuťovka .....	81
Lančmít zapečený se sýrem a žampiony .....	81
Omáčka z hlívy ústřičné .....	81

## **STUDENÉ VEČEŘE – pomazánky ..... 82**

Pomazánka z vařeného hovězího masa .....	82
Pomazánka z pečeného vepřového masa .....	82
Masová pomazánka s vejci .....	82
Rychlá pomazánka z vepřové konzervy .....	83
Pomazánka z uzeného masa s křenem .....	83
Paštiková pomazánka s vejci a okurkou .....	83
Škvarková pomazánka s vejci .....	83
Škvarková pomazánka se zeleninou .....	84
Pomazánka ze sardinek .....	84
Pikantní sardinková pomazánka .....	84
Sardinková pomazánka s vejci.....	84
Rybičková pomazánka s paštikou .....	85
Rychlá rybí pomazánka .....	85
Jednoduchá tuňáková pomazánka .....	85
Tuňáková pomazánka s vejci .....	85
Pomazánka z uzenáče s vejci a okurkami .....	86
Npravá humrová pomazánka .....	86
Česneková pomazánka se salámem .....	86
Pomazánka ze salámu a sýra .....	86
Strouhaná salámová pomazánka .....	87
Ostrá zeleninová pomazánka na toasty .....	87
Ševcovský mls .....	87
„Tatarský biftek“ ze salámu .....	87
Vajíčková pomazánka se salámem .....	88
Vaječná pomazánka se žampiony .....	88
Droždová pomazánka.....	88
Droždová pomazánka s vařenými vejci .....	88
Pažitková pomazánka s vejci a sýrem .....	89
Celerová pomazánka s mrkví a sýrem .....	89



Pórková pomazánka se salámem a vejci .....	89
Avokádová pomazánka.....	89

## **STUDENÉ VEČEŘE – saláty..... 90**

Rajčatový salát s vajíčkem .....	90
Rajčatový salát se sýrem .....	90
Rajčatovo-paprikový salát .....	90
Salátová večeře.....	90
Zdravá zeleninová večeře .....	91
Květákový salát .....	91
Brokolicový salát s tuňákem .....	91
Těstovinový salát.....	92
Barevný těstovinový salát .....	92
Těstovinový salát se šunkou a hermelínem .....	92
Hermelínový salát .....	93
Vajíčkový salát se šunkou a hráškem .....	93
Vajíčkový salát se sýrem .....	93
Tlačenkový salát .....	93
Špekáčkový salát .....	94
Sloní mls .....	94
Salát z krabích tyčinek .....	94

## **SLADKÉ VEČEŘE ..... 95**

Rychlé hrníčkové lívance .....	95
Lívance z kyselého mléka .....	95
Tvarohové lívanečky .....	95
Tvarohové lívanečky s jablky .....	96
Hrníčkové palačinky .....	96
Palačinky s tvarohem, medem a ořechy .....	96
Palačinkové šátečky s ořechy a šlehačkou .....	97
Banánové palačinky .....	97
Tvarohový trhanec .....	97
Šmorn .....	98
Smažené tvarohové noky .....	98
Ovocné knedlíky z tvarohového těsta .....	98
Vaničkové ovocné knedlíky .....	99
Knedlíčky s jablky .....	99
Krupičkové ovocné knedlíky .....	99
Rychlé bramborové šišky s mákem .....	100
Sladké nudle .....	100
Dukátové buchtičky s krémem .....	100