

STUDENÁ KUCHYNĚ

Příprava pokrmů studené kuchyně
s využitím (nejen) regionálních potravin



Marcela Rubášová

Publikace vznikla jako studijní materiál ke kurzu dalšího vzdělávání „Příprava pokrmů studené kuchyně“ v rámci projektu „Příprava pokrmů a moučníků z regionálních potravin“, reg. č. CZ.1.07/3.2.02/04.0032.

Nositelem projektu je Úhlava, o.p.s. a partnerem Střední škola zemědělská a potravinářská, Klatovy.

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem ČR.

Marcela Rubášová

STUDENÁ KUCHYŇ
Příprava pokrmů studené kuchyně
s využitím (nejen) regionálních potravin

© 2014 Úhlava, o.p.s., Klatovy

ISBN 978-80-905087-2-9
(online: pdf, www.uhlava.cz)

STUDENÁ KUCHYNĚ

Příprava pokrmů studené kuchyně
s využitím (nejen) regionálních potravin

Marcela Rubášová

OBSAH

Úvod	5	Pomazánky z uzenin, masa a drůbeže	25
Obecná část	6	Různé pikantní pomazánky	27
■ Stravovací služby	6	Vaječné pomazánky	29
■ Hygienické požadavky na provoz a zařízení gastronomické výroby	6	Pomazánky z ryb a mořských živočichů	29
■ Přejímka potravin a jejich uchování	6	Sladké pomazánky	31
■ Požadavky na teploty a lhůty pro uchovávání polotovarů, rozpracovaných pokrmů a pokrmů včetně cukrářských výrobků	7	Chuťovky	31
■ Prostory na přípravu potravin	8	Chuťovky sýrové	31
■ Výrobní úsek gastronomických středisek	8	Chuťovky pomazánkové	33
■ Provozní hygiena, úklid, sanitace, odstraňování tuhých odpadů	9	Chuťovky ostatní	33
■ Požadavky na šatny	10	Obložené chlebíčky	34
■ Ochrana zdraví a bezpečnost práce v gastronomické výrobě	10	Zálivky (dresinky)	38
■ Požadavky na zdravotní stav pracovníků	10	Hlavní potraviny a pochutiny na přípravu zálivek	38
■ Gastronomické vybavení	12	Jednoduché zálivky	38
■ Normování	14	Složitě zálivky	39
Příprava pokrmů studené kuchyně	16	Samostatné zálivky	39
Studené omáčky	16	Zeleninové studené pokrmy a předkrmy	39
■ Krycí (rosolové) omáčky	16	Zeleninové a luštěninové saláty	40
■ Majonézy	16	Ovocné studené pokrmy a předkrmy	41
■ Majonézové omáčky	18	Vaječné studené pokrmy a předkrmy	41
Přírodní rosol (aspik)	18	Příprava vajec před tepelnou úpravou	42
Paštiky	19	Zdobená obložená vejce	42
■ Galantina	21	Vejce obložená	42
■ Terinka	21	Studené koktejly a poháry	45
Pomazánky	21	Různé speciality studené kuchyně	46
Ochucená másla	22	Producenti regionálních potravin v Plzeňském kraji	48
Zeleninové pomazánky	22	Seznam použité literatury	52
Tvarohové a sýrové pomazánky	23	Seznam doporučené literatury	52

V textu jsou používány níže uvedené symboly



K probíranému tématu je k dispozici instruktážní video



Více k dané problematice naleznete v e-learningových materiálech



ÚVOD

Pokrmý studené kuchyně konzumujeme v zaměstnání k přesnídávkám, místo oběda, k svačině nebo k večeři. Připravujeme je a podáváme při různých, často i výjimečných slavnostních, příležitostech. Studený předkrm je zpravidla první chod, který se podává po aperitivu a před polévkou, někdy i místo polévky, jako první pokrm při složitějším způsobu stolování. Toto pořadí odpovídá vžitým gastronomickým pravidlům.

Studené předkrmy připravujeme z potravin jemné i výraznější chuti, často i z potravin vzácnějších (z dovozu) a dražších. Mnohé předkrmy vyžadují složitou a dlouhou přípravu, často je připravujeme den předem. Některé studené předkrmy lze zase upravit a podat velmi rychle, neboť jsou součástí u nás oblíbených obložených mís, předkládaných při různých příležitostech. Podáváme je vždy v malém množství. Nemáme se jimi nasytit, ale spíš povzbudit chuť na hlavní pokrm. Jsou-li však studené pokrmy určeny k hlavnímu jídlu večeře, podáváme je zpravidla ve dvojnásobném množství než předkrmy. Měly by upoutat celkovou úpravou, vkusným barevně výrazným obložením.

Studené předkrmy podáváme většinou na menších dezertních (moučníkových) talířích, jsou-li určeny ke studené večeři, pak na velkých talířích. Do pohárů typu šampaňské misky dáváme jemnější druhy salátů, bohatě je obkládáme a takto upravené podáváme zejména při slavnostních příležitostech. Základy pro přípravu některých studených pokrmů a předkrmů, jako jsou ochucená másla, majonézy, majonézové omáčky, ochucená šlehačka, saláty a další, využijeme i v rodině při přípravě jednoduchých i složitějších studených večeří.

Potraviny, které používáme na přípravu studených pokrmů a předkrmů, musí být naprosto čerstvé a vysoce kvalitní. Před použitím je pečlivě čistíme, omýváme pod tekoucí vodou a mechanicky zpracováváme krájením, strouháním, mletím, lisováním apod. Podáváme je za syrova nebo předem tepelně zpracované. Studené pokrmy ochucujeme zelenými natěmi a různými druhy koření, ale vždy tak, abychom nenarušili charakteristickou chuť základní potraviny, ze které se pokrm připravuje.

Tato publikace, stejně jako vzdělávací program, pro který je určena, je zaměřena na přípravu pokrmů studené kuchyně převážně ze surovin a výrobků mající charakter regionální potraviny. Regionální potravina je produkt (potravinářský nebo zemědělský výrobek), který je vyroben v příslušném regionu, pochází zejména z tuzemských surovin a vykazuje nezaměnitelné regionální charakteristiky.

K rozšíření znalostí účastníků kurzu budou použity e-learningové materiály včetně instruktážních videí.



Stravovací služby

Zákon 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví, nově definuje pojem stravovací služba. Stravovací službou je výroba, příprava nebo rozvoz pokrmů za účelem jejich podávání v rámci provozované hostinské živnosti, ve školní jídelně, menze, při stravování zaměstnanců, při stravování vojáků v činné službě, fyzických osob ve vazbě a výkonu trestu, v rámci zdravotních a sociálních služeb včetně lázeňské péče, při zotavovacích akcích a jiných podobných akcích pro děti, při podávání občerstvení a při podávání pokrmů v rámci ubytovacích služeb, služeb cestovního ruchu a při hromadných akcích.

Hygienické požadavky na provoz a zařízení gastronomické výroby

Ten, kdo poskytuje stravovací služby, musí splňovat při své činnosti podmínky uložené zákonem. Zákon stanoví, že „stravovací službu lze poskytovat pouze v provozovně, která vyhovuje hygienickým požadavkům na umístění, stavební konstrukci, prostorové a dispoziční uspořádání, zásobování vodou, vytápění, osvětlení, odstraňování odpadních vod, větrání a vybavení (Vyhláška Ministerstva zdravotnictví č. 107/2001 Sb.).

O hygienických požadavcích na stravovací služby stanoví v § 15, že charakter a rozsah poskytovaných stravovacích služeb musí odpovídat prostorové kapacitě a vybavení provozovny a nesmí porušovat zásady správné výrobní praxe. Dále poskytovateli stravovacích služeb ukládá povinnost zabezpečit odběr vzorků stravy, jestliže se v provozovně vyrábějí zchladené a zmrazené pokrmy s prodlouženou dobou spotřeby a pokrmy pro stravování vojáků v činné službě (způsob odběru vzorků upravuje příloha č. 6 uvedené vyhlášky).

Hygienické požadavky při gastronomické výrobě jsou zaměřeny na vytvoření takových podmínek, které by co nejvíce omezily zdravotní rizika nejen pro strávníky, ale i pro pracovníky zařízení společného stravování. Hygienické a potřebné provozní podmínky jsou v následujícím textu uvedeny z hlediska jednotlivých úseků výroby pokrmů.

Požadavky zákona a prováděcích předpisů kladou důraz především na zdravotní nezávadnost potravin, nezávadnost a dostatek pitné a teplé vody, dobrý zdravotní stav personálu, jeho znalosti a správné hygienické návyky. Další zvláštní požadavky jsou kladeny na prostory, ve kterých se uskládají potraviny a kde probíhá gastronomická výroba.

Stavební a provozní oddělení jednotlivých činností závisí na poskytovaných službách a rozsahu výroby dle přílohy č. 1 již zmíněné vyhlášky. V platnosti zůstávají dosavadní požadavky na oddělení některých činností, zejména pro uskladnění potravin, hrubou přípravu potravin, tepelné zpracování, mytí stolního a provozního nádobí. Stavební řešení

má umožnit plynulost výrobního procesu a návaznost jednotlivých výrobních prostor, rovněž musí zabránit, aby kterákoliv fáze výroby byla nepříznivě ovlivněna.

Přejímka potravin a jejich uchování

Nakupované potraviny musí mít především v plném rozsahu vlastnosti charakteristické pro příslušný druh. U balených potravin je zákonem předepsáno, které informace musí být na obalu uvedeny. Tyto informace vypovídají o charakteru potraviny a o tom, jak s potravinou zacházet.

U všech potravin (balených i nebalených) dodávaných nebo nakupovaných k přípravě pokrmů je nezbytné, abychom znali původ potraviny), výrobce, případně dovozce nebo prodejce potraviny. U spotřebitelsky balených poživatin musí být uvedena doba použitelnosti případně doba minimální trvanlivosti. Na obalu poživatiny musí být vyznačeny další předepsané údaje (název výrobku, výrobce a místo výroby, hmotnost, způsob použití). Rovněž musí být uveden způsob uchovávání, především rozsah teplot, pokud jde o výrobky, které by se mohly nesprávným skladováním znehodnotit, nebo by mohla být narušena jejich jakost. Uskladnění potravin vyžadujících chladírenské nebo mrazírenské teploty se řídí údaji výrobce u nebalených potravin podle požadavků prováděcích předpisů zákona o potravinách (zákon č. 110/1997 Sb.). U dovážených výrobků je předepsáno, aby etiketa obsahovala základní údaje v českém jazyce.

Balené potravinářské výrobky již ve většině případů mají vyznačeny též energetickou hodnotu, obsah hlavních živin a některé další údaje. Je nutno varovat před nákupem poživatin, které nemají na obalu uvedeny základní identifikační údaje zaručující jejich jakost. Tyto výrobky je možno považovat za potraviny neznámého původu, které mohou přinést nečekaná rizika. Kontrolní orgány mohou pozastavit jejich prodej, případně je zkonfiskovat. Finanční výhodnost takového nákupu se může v případě zdravotní závadnosti přeměnit v citelné ztráty.

U dodavatelů potravin denní spotřeby, choulostivých potravin s krátkou dobou trvanlivosti si všímáme i způsobu jejich přepravy, způsobu manipulace při dodávce a čistoty hromadných přepravních obalů (přepravek na pekárenské, masné a cukrářské výrobky a výrobky studené kuchyně).

Jedním ze základních požadavků, které sledujeme u dodavatelů choulostivých potravin denní spotřeby (potravin živočišného původu, cukrářských a lahůdkářských výrobků), je skutečnost, zda při jejich přepravě jsou dodrženy podmínky chladicího řetězce. Pod pojmem chladicí řetězec rozumíme soubor opatření, který umožní, aby choulostivá potravina byla od výroby až po spotřebu uložena v chlazeném prostoru. Chlazené prostory jsou chladírny, chladicí boxy, chladicí vozidla, chladicí skříně,

chlazené prodejní a nabídkové vitríny. Na chlazené přepravní prostředky musí navazovat v zařízení společného stravování chladné sklady a uměle chlazené prostory.

Důležitým hlediskem při přejímce potravin od dodavatele i před vlastním technologickým zpracováním je jejich smyslové hodnocení. Všechny potraviny posuzujeme smyslově nejprve zrakem, pak podle potřeby čichem a hmatem. Poživatiny, u nichž si nejsme naprosto jistí jejich zdravotní nezávadností, nechutnáváme.

Potraviny po převzetí od dodavatele (u menších zařízení po nákupu v obchodní síti) ukládáme podle specifických nároků jednotlivých potravinových skupin. Teplota prostředí je jedním z nejdůležitějších činitelů, které ovlivňují zdravotní nezávadnost potravin i zpracovávaných součástí pokrmů. Pro uskladnění jednotlivých druhů potravin jsou stanovena rozmezí teplot, při kterých je omezen růst mikroorganismů. Dalším požadavkem je zabránit vzájemnému nepříznivému ovlivnění nesourodých potravin, které mohou zhoršit jejich senzorické vlastnosti. To by mohlo především ohrozit jejich zdravotní nezávad-

nost. Za vzájemně nesourodé potraviny považujeme především na jedné straně ty, které jsou určeny k přímé spotřebě, a na straně druhé ty, které jsou určeny pro další, zejména tepelné technologické zpracování. Jednotlivé druhy především nebalených potravin mohou být nepříznivě ovlivněny mechanickým znečištěním (prachem, zeminou), ale také přímým přestupem mikrobů z povrchu společně uskladněných jiných potravin.

Zhoršení jakosti a zdravotní ohrožení z následně zkažených potravin může však také způsobit napadení potravin hmyzem nebo škodlivými hlodavci. Další významné zhoršení jakosti může nastat při přestupu pachů z výrazně aromatických poživatin na jiné potraviny (pachy uzenin, ryb, zvěřiny, aromatického ovoce a zeleniny, koření, základů pro polévky a omáčky).

Požadavky na teploty a lhůty pro uchovávání polotovarů, rozpracovaných pokrmů a pokrmů včetně cukrářských výrobků (Příloha č. 3 k vyhlášce č. 107/2001Sb.)

Potravina, pokrm	Způsob užití	Maximální teplota (°C) – lhůta uchování (h)			* Poznámka
		do +4°C	do +8°C	do +2°C šokově zchladené	
Nespotřebovaný obsah konzerv po otevření * (například ovoce, zelenina, protlaky, houby, olejovky, šprotky, losos)	TZ	48 h	0	0	* neskladovat v plechu, náhradní uzavíratelný obal (sklo, nerez, plast), paštiky a masové konzervy se po otevření neskladují, lhůty se nevztahují na kaviár
Originální obaly majonéz, studených omáček, dresinků – po otevření	SK	48 h	0	0	uvádí-li výrobce na obalu dobu spotřeby po otevření, pak platí tato lhůta (zák. č. 306/2000 Sb.)
POLOTOVARY					
Maso krájené, plněné, mleté	TZ	3 h ⁺	0	24 h*	* balené, označené + jde-li o kulinářský požadavek
Naložené maso (např. zvěřina), špízy, maso ke grilování	TZ	24–48 h	0	72 h*	* balené, označené a kde to technologie umožňuje
Obalovaná masa, drůbež, ryby, sýry, zelenina, houby	TZ	3 h	0	24 h*	* balená, označená
Očištěná krájená zelenina	TZ	6 h	3 h	72 h*	* balená, vakuovaná nebo s řízenou atmosférou, označená
„Cukrářská“ těsta	TZ	24 h	12 h	72 h*	* balená, označená
Litá těsta na bramboráky, palačinky, lívance apod.	TZ	1 h	0	0	
Formovaná těsta, případně zdobená (pizza, bramborák)	TZ	0	0	72 h*	* balená, označená
Knedlíky plněné (ovocné a masové)	TZ	3 h	0	72 h*	* balené, označené
ROZPRACOVANÉ POKRMY					
Studená kuchyně					
Pokrmů ochucené, plněné, v aspiku	SK	24 h	0	0	
Nakládané sýry, uzeniny apod.	SK	48–72 h	0	0	
Zelenina očištěná, omytá, okrájená, určená na saláty, přízdobu*	SK	3 h	0	72 h*	* balená, vakuová nebo s řízenou atmosférou, označená
Vařené těstoviny, rýže, brambory, luštěniny, vejce pro další zpracování	SK, TZ	12 h ⁺	0	24 h	+ šokově zchladené
Teplá kuchyně					
Čisté polévkové vývary	TZ	24 h	0	72 h*	* balené, označené
Tepelně opracovaná masa z více než 50 % (předpečená, restovaná)	TZ	24 h* / +	0	72 h*	* balená, označená + šokově zchladená

ROZPRACOVANÉ CUKRÁŘSKÉ VÝROBKÝ

Plněné korpusy, potahované polevou, agarem apod.	CV	24 h	0	0	
Krémy, polevy, náplně	CV	24 h	0	0	
POKRMY					
Teplé pokrmy					
Maso pečené, vařené, dušené vcelku, smažené pokrmy	SK	24 h ⁺	0	48 h*	* balené, označené + šokově zchlazené
Teplé a studené pokrmy					
Polévky, omáčky (např. ovocné), zeleninové a obilné pokrmy (karbanátky, sekaná)	SK**	24 h ⁺	0	*	* balené, označené + šokově zchlazené ** možnost mikrovlnného ohřevu
Studené pokrmy					
Kusové (chlebičky, bagety, chleby, mísy)	SK	6 h	0	72 h*	* balené bagety, chleby
Saláty – zeleninové, luštěninové, těstovinové, ovocné, rybí a ostatní	SK	12 h	0	0	
Krémy, pěny, pomazánky, dresinky (vlastní výroby)	SK	12 h	0	0	
Nakládané sýry, uzeniny apod. vlastní výroby, po otevření	SK	48 h	0	0	
Cukrářské výrobky					
Zdobené, plněné krémy a náplněmi, šlehačkou	CV CV	24 h 12 h	12 h 0	48 h* 48 h*	* zchlazené speciality

Vysvětlivky: TZ – tepelné zpracování, SK – studená kuchyně, CV – cukrářský výrobek

Prostory na přípravu potravin

Technické vybavení a vnitřní členění gastronomického provozu je z hlediska provozního i po stránce splnění hygienických požadavků závislé na rozsahu poskytovaných stravovacích služeb, požadované výrobní kapacitě zařízení a sortimentu připravovaných pokrmů. Základní hygienické požadavky jsou platné pro všechny typy zařízení a pro všechny jeho části:

- **jednosměrnost postupu** surovin, rozpracovaných součástí výroby, přes tepelné zpracování až po kompletaci a expedici pokrmů. Do vzájemného styku nesmí přijít potraviny syrové s potravinami tepelně zpracovanými,
- **oddělená manipulace** s jednotlivými potravinami a surovinami spočívá v dočasně odděleném uskladnění, oddělené hrubé přípravě i v opatrnosti v konečném zpracování. Při práci v kuchyni oddělujeme jednotlivé technologické fáze přípravy pokrmů časově, prostorově, vyhrazením pracovních ploch, porcovacích desek a náčiní a dále včasným odstraňováním odpadu. Oddělená musí být manipulace s použitým stolním nádobím, jeho mytí. Mytí stolního a provozního nádobí musí být zásadně odděleno. Porušení těchto zásad je hrubou hygienickou závadou a označuje se jako **křížení provozu**.

V návaznosti na chladné a chlazené sklady se zřizují **hrubé přípravny**:

- **hrubá přípravná masa** má navazovat na chladírnu. Podlaha hrubé přípravny se vždy navrhuje v nekluzné úpravě a stěny mají být opatřeny keramickým obkladem nejlépe světlého odstínu, doporučuje se do minimální výše 1,8 m.
- **hrubá přípravná brambor a zeleniny** musí být zřízena i u provozovny s nejnižší kapacitou, která připravuje pokrmy ze surovin. Místnost musí být vždy stavebně oddělena od ostatního provozu. U zařízení s vyšší výrobní kapacitou je vhodné, aby byla oddělena i část, která slouží jako hrubá přípravná zeleniny.
- **přípravná vaječ** je místem s charakterem hrubé přípravny, kde se vytloukají vejce, podle velikosti provozovny a charakteru výroby se stavebně zcela nebo částečně odděluje.

Pracoviště pro čistou přípravu **v klasické velké kuchyni jsou**:

- čistá přípravná zeleniny,
- čistá přípravná masa,

- přípravná těsta a výroba moučných pokrmů,
- studená kuchyně,
- přípravná cukrářských výrobků – studená dílna.

Potraviny přicházejí k tepelnému zpracování do hlavní varné kuchyně (varny) z denního skladu nebo z čistých příprav. Čisté přípravny jsou ve výrobní části navrhovány jako provozně oddělená pracoviště (u menších zařízení) nebo polopříčkami stavebně oddělené prostory navazující na vlastní prostor kuchyně (varny) nebo se jedná o samostatné pracovní úseky. Výjimku tvoří přípravná těsta, studená kuchyně a studená cukrářská dílna. Tato pracoviště musí být u středních a velkých zařízení zřizována jako samostatné místnosti, a to pro potřebnou vyšší teplotu k přípravě těsta a naopak předepsanou nižší teplotu při přípravě výrobků studené kuchyně a dokončování cukrářských výrobků. U stravovacích zařízení s velkou kapacitou je z hygienického hlediska žádoucí, aby studená kuchyně byla rozdělena alespoň polopříčkou na čistou a nečistou část. V nečisté části se loupu brambory vařené ve slupce a otevírají konzervy.

Výrobní úsek gastronomických středisek

Tato část gastronomického závodu nebo střediska je nejnáročnější z hlediska vzájemného skloubení hygienických požadavků s požadavky racionálního využití obestavěného prostoru a účelného technologického vybavení. Potřeba plochy pro jednotlivé úseky výrobní části je závislá především na celkové požadované kapacitě zařízení, na sortimentu technologického vybavení a na míře využití opracovaných surovin a součástí pokrmů. Podstatné rovněž je, zda

jde o kuchyni úplnou nebo pouze o kuchyň dokončovací. U dokončovací kuchyně jsou dodávány jednotlivé části nebo celé pokrmy ve stavu, který požaduje pouze finální tepelné dokončení, u zchlazených pokrmů tepelnou regeneraci, dochucení či kompletaci.

Teplá kuchyně (varna) je k tepelnému zpracování pokrmů a k jejich porcování vybavena technologickým zařízením a pracovními plochami tak, aby hlavní součásti jídel (maso, moučné pokrmy, přílohy) mohly být zpracovávány odděleně. Tepelné spotřebiče se soustřeďují do skupin, ke kterým se instalují energetické přívody, rozvody vody, kanalizace. Nad zařízeními pro tepelné zpracování se instaluje odsávání par a zplodin z tepelné úpravy pokrmů.

Prostor výdeje pokrmů musí provozně navazovat na varnu, studenou kuchyni (pokud je zřízena) a umývárnu stolního nádobí. Prostor výdeje se stavebně odděluje od varny a u gastronomických závodů a středisek s obsluhou navazuje na výdej pokrmů, kde musí být zařízení k udržení pokrmů v teplém stavu. Po dobu výdeje a přepravy pokrmů musí být zachována teplota pokrmu +70°C s možností poklesu nejvýše o 3°C.

Mytí použitého stolního nádobí a kuchyňského nádobí musí být odděleno.

Umývárna kuchyňského nádobí je určena k mytí nádob, náradí a náčiní z varny a z připraven. Myjí se zde i vyjímatelné součásti strojního a technologického zařízení. U menších zařízení slouží umývárny též k uložení těchto předmětů. Ve velkých nově zřizovaných stravovacích zařízeních se umývárny vybavují mycím strojem na kuchyňské nádobí, ve všech ostatních případech potřebným počtem dřezů a regálů. V malých stravovacích zařízeních se mytí nádobí děje ve vhodně odděleném prostoru kuchyně. U velkých zařízení je účelné, aby umývárna navazovala na příruční sklad kuchyňského nádobí. Zbytky z přípravy jídel, shromážděné v umývárně, se přepravují nejkratší cestou do prostoru manipulace s odpady, nebo přímo do skladů odpadků.

Umývárna přepravních nádob včetně regálů pro jejich uskladnění se zřizuje u provozoven, kde se provádí hromadný výdej většího počtu pokrmů mimo objekt, v němž byly vyrobeny.

Umývárna stolního nádobí musí být situována co nejbližší výdejních míst – expedice. Provozní uspořádání umýváren je nutno řešit tak, aby byl zajištěn hygienicky nezávadný odběr použitého nádobí a příborů od strážníků nebo obsluhy a to odběr tak rychlý, aby vyhovoval rychlosti výdeje jídel. Tomu musí odpovídat i velikost podávacího okénka a manipulační plochy s prostorem pro příslušný počet pracovníků. U podnikových jídelen – personálních restaurací i školního stravování s větším počtem stravovaných je účelná instalace odkládacího pohyblivého zařízení (transportního pásu nebo karuselu) pro použité nádobí, v návaznosti na tunelovou myčku.

Z hygienického hlediska je nejvýhodnější strojní mytí stolního nádobí. Aby bylo dobře umyté, je třeba posoudit tvrdost vody, používat správný, výrobcem předepsaný mycí prostředek a kontrolovat teplotu mycí lázně. S ručním mytím se počítá jen u zcela malých provozoven. Ruční mycí linka musí být zabezpečena větším počtem kuchyňských dřezů s možností opláchnout umyté nádobí v tekoucí vodě. U ručního i strojního mytí musí být zajištěn tento postup prací: odstranění zbytků, hrubé mechanické mytí, samostatné odmaštění a důkladné opláchnutí. Ručně myté nádobí se odkládá do odkapávacích zařízení ve vhodné poloze a zásadně se neutírá.

Provozní hygiena, úklid, sanitace, odstraňování tuhých odpadů

Místnosti výrobní části gastronomického zařízení mají nejvyšší nároky na čistotu prostředí. Úklid, sanitace a odstraňování odpadů jsou nejdůležitějšími součástmi provozní hygieny. Rozmístění technologického vybavení a pracovních ploch musí vždy umožnit provádění účinného úklidu i sanitace a zachovávat podmínky bezpečné práce.

Úklid se provádí vždy vlhkou cestou, proto jsou vyšší nároky na úpravu povrchů stěn, podlah a jejich izolace. Podlahy musí být rovné, spíše s mírným spádem kolem obvodových zdí a přiček. U varných kotlů a smažících pánví se navrhuje místo podlahových výpustí sběrné kanálky, kryté kovovými rošty. Samostatné podlahové vpusti nejsou vhodné.

Při úklidových pracích je důležité užívat jiných (nejlépe označených) úklidových prostředků pro úklid podlah a jiných pro úklid pracovní plochy. Pro úklid provozovny předepisuje vyhláška zřízení úklidové komory nebo výklenku (niky) s přívodem tekoucí pitné vody a teplé užitkové vody vybavené výlevkou a policí, případně skřínkou pro uložení čisticích a mycích prostředků.

I když vyhláška vysloveně neukládá zpracování provozního a sanitačního řádu, v dobře vedených, zejména větších provozovnách jsou pokládány za velmi užitečné pro řízení celého procesu výroby i pro stanovení povinností na jednotlivých provozních úsecích. Sanitační řád pak upřesňuje rozsah úklidu a použití druhu a koncentrace čisticích prostředků. Sanitace spočívá v provádění průběžného, denního, týdenního a velkého úklidu. Pro velký úklid se využívají sanitární dny. Podle charakteru činnosti zařízení se přerušuje na nezbytnou dobu provoz (sanitární den je však možno uskutečnit i mimo provozní dobu). O provádění údržby (včetně malování), velkého úklidu a odborné dezinfekce, dezinfekce a deratizace je vhodné vést evidenci.

Pro výkon činností epidemiologicky závažných při výrobě a oběhu potravin a ve stravovacích službách stanoví vyhláška tyto zásady provozní hygieny:

- a) náčiní, nádobí, pracovní plochy, strojné technologické zařízení, přepravní obaly a rozvozní prostředky musí být udržovány v čistotě a v takovém stavu, aby nedocházelo k ohrožování jakosti a zdravotní nezávadnosti potravin a pokrmů;
- b) úklid všech pracovišť a prostor se provádí průběžně za použití mycích, popřípadě dezinfekčních prostředků podle povahy technologického procesu a zpracovávaných potravin a návodu výrobce;
- c) hygienická zařízení (zejména záchody) musí být udržována v čistotě a provozuschopném stavu;
- d) pomůcky a prostředky určené k hrubému úklidu je třeba používat takto označené či barevně odlišené a ukládat je odděleně od pomůcek na čištění pracovních ploch a zařízení přicházejících do přímého styku s potravinami a pokrmy;
- e) musí být prováděna likvidace organického a anorganického odpadu;
- f) předměty nesouvisející s výkonem pracovní činnosti nelze přechovávat v provozovně včetně jiného zařízení stravovacích služeb;
- g) preventivně je nutno působit k zamezení výskytu hmyzu a hlodavců a průběžně musí být prováděna běžná ochranná dezinfekce, dezinfekce a deratizace;
- h) do zázemí provozovny, prodejny a do výrobního prostoru nelze připustit vstup nepovolaných osob a zvířat; do konzumační části provozovny a do prodejny mohou vstupovat vodící psi doprovázející

nevidomé osoby; vstup psů do konzumační místnosti provozovny, která poskytuje služby v rámci hostinské živnosti, je možný jen se souhlasem provozovatele;

- i) osobní věci, občanský oděv a obuv lze odkládat pouze v šatně nebo ve vyčleněném prostoru;
- j) pro úklid lze používat jen takové mycí, čisticí a dezinfekční prostředky, které jsou určeny pro potravinářství;
- k) potraviny a pokrmy zaměstnanců lze skladovat jen v samostatném a označeném chladicím nebo mrazicím zařízení, které se umísťuje mimo provoz výroby, přípravy a oběhu potravin nebo pokrmů (například v kanceláři, denní místnosti nebo šatně);
- l) v místnostech, kde se skladují, vyrábějí, připravují a vydávají potraviny a pokrmy a myje se nádobí, nelze kouřit.

Kuchyňský odpad vzniká při skladování, hrubé přípravě, výrobě, výdeji a konzumaci pokrmů. Pro sběr odpadů v provozu je předepsáno používat vhodné nádoby s víkem, řádně označené nádoby se musí pravidelně čistit. V čisté části provozu není vhodné používat nádoby, ve kterých se odpad skladuje a odváží. Pro kuchyňský odpad, pokud se neodváží denně, se zřizuje chlazený sklad odpadků. V gastronomických zařízeních s malou kapacitou je možno likvidovat kuchyňský odpad pomocí drtičů odpadků.

Tuhý odpad vzniká především z obalů potravin. Jedná se o nevratné obaly z dřeva, plastů, lepenky, plechu a skla. Likvidace těchto odpadů se děje podle ustanovení zákona o odpadech.

Požadavky na šatny

Šatny a umývárny pro pracovníky gastronomických provozů mají značný význam v komplexu vytváření hygienických podmínek pro zdravotně nezávadnou přípravu pokrmů. Jsou i velmi důležité z hlediska péče o zaměstnance. Uspořádání šaten, které svými kapacitami musí odpovídat počtu pracovníků, musí stavebním řešením, vnitřním vybavením a technickým zařízením umožňovat udržení pořádku a dokonalé čistoty. Šatny zaměstnanců je předepsáno vybavit dvoudílnými šatními skřínkami k oddělení ukládání pracovního a občanského oděvu. Nároky na řešení šaten, denních místností, umýváren, záchodů, hygienických kabin žen vychází z ustanovení výše uvedené vyhlášky č. 107/2001 Sb.

Ochrana zdraví a bezpečnost práce v gastronomické výrobě

Výroba potravin, jejich doprava, prodej, poskytování stravovacích služeb a některé další činnosti náleží podle zákona č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví, mezi činnosti epidemiologicky závažné. Označují se tak proto, že mohou způsobit vznik hromadného infekčního onemocnění – epidemie. V posledních letech je u nás každoročně hlášeno více než 50 000 akutních průjemových onemocnění, z nichž naprostá většina má svoji souvislost s konzumovanou potravou. Proto osoby, které jsou zaměstnány v potravinářství, kam patří podle evropské legislativy i poskytování stravovacích služeb, se musí řídit požadavky zákona a prováděcích předpisů k tomuto zákonu (vyhlášek). Porušení těchto zákonem stanovených požadavků může vést k poškození zdraví spotřebitelů a může mít i ty nejzávažnější důsledky. Řada závažných epidemií začala z neznalosti požadavků, nedbalosti při zacházení s potravinami, nedodržováním zásad osobní a provozní hygieny nebo z nedůslednosti při vyžadování těchto hygienických požadavků.

Požadavky na zdravotní stav pracovníků

Osoby poskytující stravovací služby musí splňovat předpoklady stanovené zákonem. Musí mít zdravotní způsobilost, kterou dokládá zdravotní průkaz, a znalosti nutné k ochraně veřejného zdraví. Tyto znalosti musí při

práci uplatňovat a dále také musí dodržovat zásady osobní a pracovní hygieny.

Zdravotní způsobilost a zdravotní průkaz

Zdravotní průkaz se vydává:

- pro fyzickou osobu, která je podnikatelem, a pro její spolupracující rodinné příslušníky (např. manželku, družku, vlastní děti, vlastní rodiče podnikatele) praktický lékař, který fyzické osoby registruje;
- pro ostatní fyzické osoby státní nebo nestátní zdravotnické zařízení vykonávající závodní preventivní péči.

Zákon ukládá osobám vykonávajícím činnosti epidemiologicky závažné (kterým byl vydán zdravotní průkaz) zejména tyto povinnosti:

- podrobit se v případech upravených prováděcím právním předpisem nebo rozhodnutím příslušného orgánu ochrany veřejného zdraví lékařským prohlídkám a vyšetřením, které provede praktický lékař registrující fyzickou osobu,
- informovat praktického lékaře, který fyzickou osobu registruje, o druhu a povaze své pracovní činnosti,
- mít u sebe při výkonu pracovní činnosti zdravotní průkaz a na vyzvání ho předložit orgánu ochrany veřejného zdraví,
- uplatňovat při pracovní činnosti znalosti nutné k ochraně veřejného zdraví a dodržovat zásady osobní a provozní hygieny v rozsahu upraveném v prováděcím právním předpise.

Znalosti nutné k ochraně veřejného zdraví

Fyzickým osobám vykonávajícím činnosti epidemiologicky závažné, které svým jednáním prokázali neznalost zásad nutných k ochraně veřejného zdraví nebo ignorovali povinnosti uložené zákonem, může orgán ochrany veřejného zdraví příslušný dle místa činnosti odebrat zdravotní průkaz a udělit pokutu.

Znalosti o ochraně veřejného zdraví je oprávněn prověřit orgán ochrany veřejného zdraví příslušný podle místa činnosti. Pokud podle rozhodnutí orgánu ochrany veřejného zdraví fyzická osoba znalosti nemá, nemůže vykonávat činnosti epidemiologicky závažné a to až do doby úspěšného složení zkoušky před komisí, kterou zřizuje orgán ochrany veřejného zdraví. Zákon nejen, že vyžaduje mít znalosti o ochraně veřejného zdraví, ale v § 20 ukládá, aby je fyzická osoba při pracovní činnosti uplatňovala. Stejně tak je stanovena povinnost dodržovat zásady osobní a provozní hygieny.

Osoba vykonávající pracovní činnosti při výrobě a oběhu potravin a ve stravovacích službách k ochraně veřejného zdraví z hlediska prevence alimentárních nákaz by měla znát (příloha 3, vyhlášky MZdr č. 440/2000 Sb.):

- požadavky na zdravotní stav osob vykonávajících příslušnou činnost,

- zásady osobní hygieny při práci,
- zásady hygienicky nezávadného čištění a dezinfekce, technologie výroby, hygienicky nezávadný režim přepravy, skladování a uvádění do oběhu epidemiologicky rizikových výrobků,
- alimentární nákazy a otravy z potravin (základní znalosti o jejich epidemiologii a zásadách předcházení jejich vzniku a šíření),
- speciální hygienickou problematiku podle příslušné pracovní činnosti.

Rozsah požadovaných vědomostí je závislý na zařazení a pracovní náplni konkrétní osoby.

Okolnosti, za kterých je fyzická osoba vykonávající činnosti epidemiologicky závažné povinná dostavit se k lékaři (§ 4 vyhlášky Ministerstva zdravotnictví č. 440/2000 Sb.), jsou následující:

- je-li postižena průjmovým, hnisavým nebo horečnatým onemocněním nebo jiným infekčním onemocněním anebo je-li podezřelá z nákazy – zde se uvedená vyhláška odvolává na § 2, odst. 7, písm a) zákona č. 258/2000 Sb.;
- vyskytne-li se průjmové onemocnění na pracovišti, v domácnosti nebo v místě pobytu fyzické osoby vykonávající činnosti epidemiologicky závažné.

Zásady osobní hygieny při práci

S požadavky na zdravotní způsobilost osob souvisejí i některé požadavky na osobní hygienu vyplývající z § 50 vyhlášky Ministerstva zdravotnictví č. 107/2001 Sb. Na jejich dodržování by měl být kladen velký důraz ze strany vedení provozovny (gastronomického závodu) i ze strany kontrolních orgánů.

Vyhláška stanoví tyto zásady osobní hygieny:

- je nutno pečovat o tělesnou čistotu a před započetím vlastní práce, při přechodu z nečisté práce (například úklid, hrubá příprava) na čistou, po použití záchodu, po manipulaci s odpady a při každém znečištění je nutno si umýt ruce v teplé vodě s použitím vhodného mycího (případně dezinfekčního) prostředku;
- je nutno nosit osobní ochranné prostředky, zejména pracovní oděv, pracovní obuv a pokrývku hlavy při výrobě potravin. Pracovní oděv musí být udržován v čistotě a podle potřeby měněn v průběhu směny. Při pracovní činnosti vyžadující vysoký stupeň čistoty (například při plnění tablet, gastronomických, při kompletaci zchlazených a zmrazených pokrmů, při přípravě kojenecké stravy) musí být používány jednorázové ochranné rukavice a ústní rouška;
- nelze opouštět provozovnu v průběhu pracovní doby v pracovním oděvu a v pracovní obuvi;
- je nutno zdržet se jakéhokoliv nehygienického chování na pracovišti (například konzumace jídla, kouření, úpravy vlasů a nehtů);
- je nutno mít na rukou krátce ostříhané a čisté nehty a ruce bez ozdobných předmětů;
- použitý pracovní oděv i oděv občanský je nutno ukládat na místo k tomu vyčleněné; pracovní oděv a občanský oděv se ukládají odděleně.

V osobní hygieně je zvláště velký důraz kladen na pečlivé mytí rukou. Je to jednoduché, ale přitom z hlediska protiepidemické prevence zásadní požadavek. I když vybavenost našich kuchyní moderním zařízením a náčiním stoupá, mnoho pokrmů stále vyžaduje značný podíl ruční práce. V každé provozovně musí být proto vytvořeny řádné předpoklady k umytí rukou pod tekoucí teplou vodou s použitím vhodného mycího (případně dezinfekčního) prostředku, osušovače rukou nebo ručníků na jedno použití. Nedbalé nebo nedostatečné mytí rukou (např. po použití záchodu, po manipulaci s odpady) je nejen hrubým prohřeškem, ale i neekologickým počínáním a potenciálním ohrožováním zdraví strávníků.

Ruce myjeme vždy důkladně. Po namydlení omýváme nejen dlaň, ale i hřbet ruky, kůži mezi prsty, konce prstů a kůži na vnějším předloktí. Ruce

osušíme ručníkem najedno použití nebo pomocí elektrického osušovače. Použité textilní ručníky mohou být zdrojem opětovného znečištění pokožky. Zcela nepřipustné je osušovat si ruce o součásti pracovního oděvu.

Zásady ochrany zdraví a bezpečnosti při práci

Podmínky bezpečnosti práce jsou vytvořeny již technickým řešením pracoviště. Patří mezi ně dostatek plochy pro pracovní místa a pro manipulaci se surovinami a hotovými pokrmy. Důležitou podmínkou pro výkon práce je i zabezpečení výměny vzduchu a zamezení růstu plísní na stěnách a stropech. Ve všech místnostech závodu musí být také zabezpečena dostatečná intenzita osvětlení místa přejímky potravin, pracovních míst výroby i výdeje pokrmů. Dostatečné osvětlení je důležité pro posouzení jakosti zpracovávaných potravin, snižuje zrakovou námahu při práci, zabezpečuje včasné postřehnutí nežádoucích příměsí a snižuje možnost vzniku úrazů.

Pracovníci jsou povinni seznámit se s provozním řádem a návodem k obsluze technologických zařízení. Důležitým opatřením proti vzniku úrazu je povinnost udržovat na pracovišti pořádek, zejména zachovávat neustále volné uličky. Síře volné plochy pro pohyb zaměstnance (průchozí ulička mezi předměty a technologickými zařízeními) nesmí být v žádném případě užší než 1 metr.

Pracovníci poskytující stravovací služby mají povinnost nosit předepsaný pracovní ochranný oděv, vhodnou obuv a pokrývku hlavy. Ochranný oděv musí být udržován v čistotě a podle potřeb v průběhu směny měněn. Při pracovní činnosti vyžadující vysoký stupeň čistoty (plnění tablet, gastronomických, kompletace zchlazených a zmrazených pokrmů) musí být používány sterilní nebo jednorázové ochranné rukavice a ústní rouška. Používané ochranné prostředky musí být přiměřené prováděné pracovní činnosti. Složení předepsaného oblečení je závislé na druhu vykonávané práce. V zásadě jde o dvoudílný pracovní oděv pro muže (jednobarvný – bílý, nebo dvoubarevný – blůza a kalhoty rozdílné barvy) a bílé šaty pro ženy. U žen i mužů je pracovní oblek vždy doplněn zástěrou a pokrývkou hlavy. V mokrých provozech (hrubá příprava, umývárny nádobí) se používají ochranné nepropustné zástěry a nepropustná obuv. Pro práci ve skladu potravin se používá barevný nebo bílý plášť.

Pro návštěvy (kontrolní orgány, exkurze), které vstupují do provozních místností, kde se manipuluje s potravinami nebo probíhá výroba pokrmů, by měl být připraven čistý ochranný bílý plášť.

Kuchaři a kuchařky vydávající pokrmy strávníkům se před výdejem musí převléci do čisté soupravy, včetně zástěry. Pro porcování a výdej se používá vhodná náčiní. Pokud je nutné při výdeji pokrmu a jeho úpravě na talíři použít rukou, pak musí být ruce opatřeny plastovými rukavicemi pro jedno použití.

Při přípravě stravy nejsou vzácné drobné i závažnější úrazy. Některé vznikají při používání nekvalitního nebo nevhodného náčiní a jiné kvůli chybné úpravě podlahy, zanedbané údržbě či z nedostatku prostoru ve varné kuchyni. Nikdy nelze podceňovat ani vlastní neopatrnost a porušení zásad manipulace s břemeny nebo zásad obsluhy technologických zařízení.

V zařízeních společného stravování se vyskytují nejčastěji tyto druhy úrazů:

- **pády** – vznikají zpravidla uklouznutím po vlhké nebo mastné podlaze nebo zakopnutím o odložený předmět, časté jsou i pády ze schodů při nesení břemene, mohou mít za následek zhmoždění nebo zlomeniny; udržování pořádku na pracovním místě a v komunikacích, odstranění rozlité tekutiny nebo zbytků potravin či pokrmů jsou nejdůležitějšími preventivními opatřeními;
- **řezná nebo bodná poranění** – jsou častá při vykostování masa, opracování suroviny, dělení porcí;
- **popálení** – vzniká často při dotyku s nechráněným povrchem tepelných spotřebičů nebo nádob;
- **opaření** – je následek působení horké páry na kůži při neopatrném otevření nádob s vařícím obsahem nebo zasažení horkou tekutinou nebo rozpáleným tukem.

Řadě úrazů lze do značné míry předejít dodržením bezpečné šířky uliček mezi jednotlivými pracovními místy. Pádům vzniklým následkem uklouznutí se předchází položením nekluzného povrchu podlah a používáním kuchařské obuvi s protiskluznou podešví. Závažným zraněním vznikajícím při vykostování masa lze do značné míry předejít zvládnutím správných postupů při dělení masa nebo při vykostování a používáním řeznických zástěr s ochrannou podložkou.

Je žádoucí, aby pracovníci v kuchyňském provozu byli pravidelně poučováni o poskytování první pomoci a aby na pracovišti byla k dispozici dobře vybavená lékárnička. Povinností každého pracovníka gastronomického závodu je bezodkladné ošetření i drobných řezných ran a oděrků. Neošetřená drobná poranění mohou zhnisat a být příčinou mikrobiálního znečištění již tepelně opracovaných pokrmů, které se může stát zdrojem závažných onemocnění strávníků.

HACCP



Systém analýzy rizika a stanovení kritických kontrolních bodů (**H**azard **A**nalysis and **C**ritical **C**ontrol **P**oints, HACCP) ve výrobě potravin je jeden ze základních nástrojů, jak účinně předcházet rizikům ohrožujícím bezpečnost potravin.

Vytvoření a zavedení systému HACCP je vyžadováno povinně u všech výrobců potravin na základě Nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 853/2004 ze dne 29. dubna 2004 o hygieně potravin. Tento systém je určen pro všechny potravinářské podniky zajišťující výrobu, zpracování a distribuci potravin a také pro podniky, které svými produkty do potravinového řetězce vstupují (zemědělství, výroba obalů, apod.). Certifikace systému HACCP je prokazatelným potvrzením funkčnosti a efektivity zavedeného systému HACCP.

Všeobecné požadavky na systém HACCP jsou uvedeny ve Věstníku Ministerstva zemědělství České republiky č. 2/2010 (září 2010).

Principy tvorby HACCP

1. Provedení analýzy nebezpečí (fyzikální, chemické a biologické)
2. Stanovení kritických kontrolních bodů
3. Stanovení znaků a hodnot kritických mezí pro každý kritický bod
4. Sledování zvládnutého stavu v kritických bodech
5. Stanovení nápravného opatření pro každý kritický bod

6. Stanovení ověřovacích postupů
7. Vypracování dokumentace a vedení záznamů

Přínosy HACCP

- jednoznačná identifikace a kontrola rizika zdravotní nezávadnosti potravin
- minimalizace možnosti výskytu zdravotně závadných potravin
- splnění legislativních požadavků na výrobce potravin
- vytvoření vhodného základu pro budoucí přechod firmy na mezinárodní standardy bezpečnosti potravin vyžadované retailovými řetězci – IFS, BRC, apod.
- věrohodné potvrzení funkčnosti a efektivnosti zavedeného systému nezávislou třetí stranou
- zvýšení důvěry veřejnosti a státních kontrolních orgánů

Gastronomické vybavení

Konvektomat

Je univerzální multifunkční zařízení pro přípravu jídel, umožňuje připravit kompletní pokrmy v mnoha režimech, např. vaření v páře, dušení, pečení, smažení, grilování, regenerace a zpracování surovin jako zavařování, sušení ovoce a nakynutí těsta. Všechny tyto režimy jsou programovatelné. Je možné současně připravovat různé pokrmy bez vzájemného promísení chutí a pachů. Konvektomaty jsou opatřeny teplotní sondou, která měří aktuální teplotu v jádře připravovaného pokrmu. Tyto hodnoty jsou důležité, má-li být dodržena analýza kritických bodů (HACCP). Díky datovému rozhraní a komunikačnímu software lze tyto hodnoty kontrolovat počítačem, dokonce i vzdáleně. K dokonalému výsledku vaření lze využít jeden ze tří základních režimů:

- **horký vzduch** – rozsah teplot: 30°C až 280°C. V tomto režimu se pokrmy připravují působením horkého vzduchu, který rovnoměrně cirkuluje v celém varném prostoru. Využití: pečení, grilování, minutková kuchyně, smažení řízků, pečení buchty i moučníků apod.
- **parní** – rozsah teplot: 30°C až 130°C. Tento režim využíváme k vaření brambor, knedlíků, rýže, zeleniny, vajec a masa. Parní režim využíváme k vaření i při nízkých teplotách, kdy jsou minimalizovány váhové ztráty a pokrmy neztrácejí vůni, barvu, minerály, vitamíny a výživovou hodnotu. Využití: vaření příloh – rýže, brambory, knedlíky, zeleniny.
- **kombinovaný** – rozsah teplot: 50°C až 280°C. Jde o spojení horkého vzduchu a páry, je ideální pro přípravu masa – minimalizuje váhové ztráty, umožňuje dosažení šťavnatosti masa. Využití: příprava masa, zapékání těstovin, žemlovek apod.

Indukční plotna

Je technologické zařízení, založené na moderním způsobu přípravy pokrmů. Je využíváno elektro-



magnetické vlnění, které přímo ohřívá varnou nádobu s magnetickým dnem, které dále přenáší teplo do připravovaných pokrmů. Proto je nevýhodou úzký výběr použití varných nádob. Naopak výhodou je rychlost, účinnost a ekonomický provoz.

Multifunkční pánev

Zařízení pro vaření, pečení, dušení, smažení, fritování, ohřívání a další termické úpravy potravin. Pro dosažení maximální účinnosti lze využívat infraohřev dna.

Chladicí box, chladicí vitrína

Zařízení pro udržování surovin, polotovarů i hotových pokrmů při teplotách doporučených dle HACCP.

Hold-o-mat

Slouží k udržování teploty připravených pokrmů.

SousWide

Vakuová lázeň, slouží k vaření při nízkých teplotách.

Blixer

Slouží k výrobě kašovitých pokrmů. Jedná se o speciální typ stolního kutru k přípravě kaší a kašovitých pokrmů, který díky speciálním nožům a stěrkám dokonale rozmělní potraviny.

Šokér

V současné době neustále rostou požadavky na hygienu v kuchyňských provozech. Předvažené a zchlazené pokrmy pomocí šokéru nám usnadňuje a urychluje výdej jednotlivých pokrmů. Slouží k nárazovému zchlazení připravených pokrmů. V šokovém zchlazovači se díky rychlosti minimalizují ztráty, potraviny si zachovávají původní vlhkost. Takto zchlazený pokrm můžeme skladovat až 5 dnů a zmrazený až několik měsíců, jeho regenerace v konvektomatu trvá maximálně 15 minut.

Salamander

Je určený zejména ke grilování, zapékání, případně k ohřevu a udržování teploty potravin.

Krouhače sýrů a zeleniny, kutry

Nářezové stroje

Vakuové baličky

Šlehače

Normování

Základní literaturou pro normování pokrmů v provozovnách společného stravování jsou soubory receptur, které jsou závazné pro všechny pracovníky.

Soubory receptur plní tyto úlohy:

- pomáhají vedoucímu a výrobním pracovníkům při výběru pokrmů a při sestavování jídelních lístků,
- zavazují výrobní pracovníky k dodržování dávkování surovin a hotových pokrmů,
- zavazují výrobní pracovníky k technologické disciplíně,
- chrání spotřebitele před poškozením,
- poskytují kontrolním orgánům podklady při výkonu jejich práce.

Pro provozovny společného stravování a pro obchodní organizace platí celkem 9 souborů receptur, včetně Receptur studených pokrmů.

Každá receptura v souboru receptur obsahuje tyto základní údaje:

- hmotnost porce, přičemž u masitých pokrmů se hmotnost masa udává zvlášť,
- stručnou charakteristiku pokrmu s udáním chuti, barvy a konzistence hotového výrobku,
- výrobní postup při přípravě jednotlivých pokrmů,
- základní dávkování surovin na 10 až 100 porcí nebo na 10 kg hmotnosti hotového výrobku,
- u dietních pokrmů se kromě hmotnosti hotového výrobku udává i energetická hodnota, obsah bílkovin, tuků, sacharidů, vápníku, železa, sodíku, vitamínu B, a vitamínu C.

Soubory receptur sestavovali naši přední kuchaři a odborníci v oblasti výživy. Vypracovali je na základě mnohaletých zkušeností a vědeckých poznatků v souladu s národními zvyky a se světovou gastronomií.

Soubory receptur mají orientační charakter a ve spotřebě se sledují pouze hlavní suroviny. Naši výrobní pracovníci mají dostatek prostoru k uplatnění tvůrčích schopností, vynalézavosti a odborných zručností při přípravě pokrmů podle místních zvyklostí a požadavků širokého okruhu spotřebitelů.

Velmi důležitou úlohu plní soubory receptur zejména při zdokonalování práce mladých výrobních pracovníků. Stávají se pro ně nenahraditelnou odbornou literaturou, podle které postupují při své práci.

Příklady normování

53124 CHLEBÍČEK TURISTICKÝ		10 ks
Druh potravin	hmotnost hrubá	vg čistá
bílá veka	200	200
máslo	50	50
turistický salám trvanlivý	150	144
sýr tvrdý	70	67,2
okurky sterilované b.n.	100	80
petrželová nať	10	7,5
Hmotnost potravin		548,7
Výrobní ztráty celkem		-28,7
Hmotnost hotového výrobku		520
Hmotnost jedné porce		52

Výrobní postup

Bílou veku nakrájíme šikmým řezem na stejně silné krajíčky. Chlebičky potřeme máslem a obložíme slabými kolečky oloupaného turistického

trvanlivého salámu. Ozdobíme plátkem sýra, vajíčkem okurky a petrželovou natí.

53124 CHLEBÍČEK TURISTICKÝ

Norma je stanovena na 10 ks,
koeficient pro normování 4 : 10 = 0,4

4 ks

Druh potravin	hmotnost hrubá	vg čistá
bílá veka	80	80
máslo	20	20
turistický salám trvanlivý	60	57,6
sýr tvrdý	28	26,88
okurky sterilované b.n.	40	32
petrželová nať	4	3
Hmotnost potravin		219,48
Výrobní ztráty celkem		-11,48
Hmotnost hotového výrobku		208
Hmotnost jedné porce		52

Výrobní postup

Bílou veku nakrájíme šikmým řezem na stejně silné krajíčky. Chlebičky potřeme máslem a obložíme slabými kolečky oloupaného turistického trvanlivého salámu. Ozdobíme plátkem sýra, vajíčkem okurky a petrželovou natí.

Další ukázky normování jsou uvedeny v e-learningovém kurzu.



Vlastní receptury

Provozovny mohou připravovat pokrmy podle vlastních receptů, například krajové speciality. Za vlastní receptury se nepovažují receptury uvedené v základních souborech receptur, v nichž kuchař zaměřuje pouze některé suroviny (například místo hovězího zadního použije hovězí přední).

Kuchařům a cukrářům se nekladou meze v jejich iniciativě. Mají možnost rozvíjet svoji tvořivou fantazii a tím přinášet do naší gastronomie mnoho nových úprav pokrmů.

Nové směry v přípravě pokrmů musíme hledat v racionální výživě. Do jídelníčku je třeba zařazovat více pokrmů přírodní výživy připravovaných z obilnin, luštěnin, zeleniny a dalších vhodných surovin, s omezením tuku.



Studená kuchyně zahrnuje širokou škálu receptů na přípravu majonéz, salátů, paštik, plněných zelenin, rolád, chuťovek atd. s použitím mléčných výrobků, vajec, masa, zelenin a ovoce.

Tyto pokrmy vyžadují především dodržování systém HACCP. Neméně důležitou záležitostí je výběr vstupních surovin a jejich následné uskladnění.

- zeleninu a ovoce je nutno zvláště pečlivě přebírat a odstraňovat poškozené a nepoužitelné kusy. Před použitím několikrát propíráme pitnou vodou
- uzeniny se používají jen kvalitní a čerstvé, především na nářezové mísy, které se doplňují jak zeleninou a vejci, tak i sýry
- vejce skladujeme do +16°C
- ryby a rybí výrobky skladujeme do +2°C
- drůbež nakupujeme buď mraženou a pak skladujeme při -18°C po dobu určenou dodavatelem nebo chlazenou a tu uchováváme při teplotě do +4°C po dobu určenou dodavatelem
- u mléka a mléčných výrobků při dodávce kontrolujeme datum spotřeby a dodržujeme skladování doporučené výrobcem

STUDENÉ OMÁČKY

Krycí (rosolové) omáčky

Používáme je na přelévání různých pokrmů.

Pro dokonalé ztuhnutí povrchu krycích omáček, přiléváme do nich vývar s rosolovitou schopností nebo rosol bez octa. Je možné použít i želatinu. Omáčka musí být hustá, aby neztékala z pokrmu. Ztuhlou omáčku před použitím zahříváme ve vodní lázni. Polévané pokrmy musí být dobře vychlazené. Vzniklé nedostatky odstraňujeme štětcem namočeným ve vroucí vodě. Krycí omáčky připravujeme v několika barvách.

- **Bílá krycí omáčka**
Připravíme **VELOUTE** (máslu 120 g, mouka hladká 140 g, telecí vývar 0,8 l, na dochucení sůl, bílý pepř případně muškátový oříšek). Přidáme celé, oloupané žampiony a vaříme 25 min. Procedíme, dochutíme a zjemníme smetanou. Do vroucí omáčky přilijeme studený rosol v potřebném množství podle požadované hustoty. Hustou omáčku případně naředíme vývarem.

Použití: k přelití pokrmů z telecího a drůbežního masa

- **Žlutá krycí omáčka**
Připravuje se stejně jako bílá jen na zjemnění místo smetany použijeme syrový vaječný žloutek.

Použití: k přelití zeleninových pokrmů

- **Růžová krycí omáčka**
Připravuje se z bílé krycí omáčky s přísadou rajského protlaku a papriky.

Použití: stejně jako u bílé i žluté krycí omáčky a navíc u pokrmů z ryb.

■ Hnědá krycí omáčka

Připravíme **DEMIGLACE** tzn. nadrobno nasekané telecí kosti a telecí masové odřezky osmahneme na tuku dohněda, přidáme kořenovou zeleninu, cibuli a koření (celý pepř, sůl, nové koření, tymián, bobkový list) a dusíme tak dlouho, až se na dně usadí hnědá vydušenina. Tu zalijeme silným telecím vývarem a pozvolným varem táhneme 6 hodin. Druhý den odstraníme tuk a vaříme do zhoustnutí dalších 5–6 hod. Procedíme a necháme vychladnout. Používáme k zesilování omáček, masových šťáv a některých polévek). K připravenému demiglaci přidáme červené víno a lanýžovou esenci, zahříváme na požadovanou teplotu a přidáme tekutý rosol.

Použití: na přelévání pokrmů z hovězího masa a zvěřiny.

Majonézy

Polotovar studené kuchyně, který je základem pro výrobu celé řady pokrmů. Připravují se více způsoby, nejčastěji klasicky, což je mícháním až šleháním syrových vaječných žloutků s postupným pomalým přidáváním jedlého oleje do pastovité až tuhé konzistence. Obě suroviny musí mít stejnou pokojovou teplotu. Typický je vždy přídavek soli a citrónové šťávy nebo octa.

Druhy a způsoby příprav majonéz

- **Ruční zpracování** – do misky vložíme pečlivě oddělený žloutek od bílku a pomocí metly promícháme, nejdříve po kapkách a pak tenkým proudem přiléváme za stálého míchání olej. Konzistence musí být stále hustší a pevnější.
- **Zpracování pomocí šlehače** – do misky vložíme pečlivě oddělený žloutek od bílku a šlehačem s nejnižší rychlostí rozšleháme. Postupně přiléváme olej, jakmile je základ mírně našlehaný, můžeme rychlost zvýšit. Šleháme do pevné konzistence.
- **Oprava sražené majonézy** – do misky dáme další žloutek a pečlivě mícháme a jen po kapkách přidáváme olej. Teprve když vznikne emulze, můžeme přidávat olej tenkým proudem, současně přidáváme po zcela malých částech sraženou majonézu. Sraženou majonézu můžeme také napravit nahříváním.
- **Uchování majonézy** – majonézu můžeme uchovat i na pozdější využití (zálivky, omáčky, saláty apod.), ale musíme ji předem okořenit, osolit a hlavně přidat citrónovou šťávu nebo ocet a hořčici. Takto připravenou majonézu uložíme v uzavřené nádobě do chladničky.

Majonéza základní

Ochucená krycí majonézová omáčka – receptura na 1kg hotového výrobku

Suroviny	hmotnost v gramech	
	hrubá	čistá
Žloutky čerstvé	120	120
Olej jedlý	865	865
Ocet	15	15
Sůl	10	10
Hmotnost surovin		1010
Výrobní ztráty		10
Hmotnost hotového výrobku		1000

Majonéza pikantní

Ochucená krycí majonézová omáčka – receptura na 1kg hotového výrobku

Suroviny	hmotnost v gramech	
	hrubá	čistá
Majonéza základní	800	800
Hořčice plnotučná	100	100
Worcester	5	5
Ocet	45	45
Cukr bílý krystalový	50	50
Sůl	10	10
Hmotnost surovin		1010
Výrobní ztráty		10
Hmotnost hotového výrobku		1000

Majonézový přeliv

Ochucená krycí majonézová omáčka – receptura na 1kg hotového výrobku

Suroviny	hmotnost v gramech	
	hrubá	čistá
Majonéza základní	750	750
Mléko	140	140
Ocet	40	40
Aspik	80	80
Hmotnost surovin		1010
Výrobní ztráty		10
Hmotnost hotového výrobku		1000

Majonézová marináda

Majonézová omáčka s drobně nasekanou zeleninou – receptura na 1kg hotového výrobku

Suroviny	hmotnost v gramech	
	hrubá	čistá
Majonéza základní	450	450
Kořenová zelenina	330	264
Mléko	40	40
Ocet	40	40
Cukr bílý krystalový	10	10
Sůl	10	10
Vývar z kořenové zeleniny	25	25
Hrášek sterilovaný	80	80
Cibule	150	120
Hmotnost surovin		1039
Výrobní ztráty		39
Hmotnost hotového výrobku		1000

Technologický postup: Očištěnou kořenovou zeleninu nakrájíme na drobné tvary a krátce ji povaříme v osolené vodě. Před koncem varu přidáme nakrájenou cibuli. Vše procedíme a necháme vychladnout.



Výroba majonézy

Základní majonézu promícháme s mlékem, octem, cukrem a částí zeleninového vývaru. Přidáme okapaný hrášek, vychladlou zeleninu a vše promícháme. Podle potřeby dochutíme solí.

Majonézové omáčky

Použití: k doplnění vařených, smažených a zapékaných zelenin, mas včetně ryb, vaječných pokrmů a zeleninových salátů. Radíme sem i omáčky, které připravujeme z vařených žloutků a oleje.

Omáčka Aioli

- **Suroviny:** 1 žloutek uvařený natvrdo, 2 stroužky česneku, 100 g oleje, kayenský pepř, citrónová šťáva.
- **Postup:** Do prolisovaného žloutku a česneku postupně přidáváme olej, až získáme emulzi a ochutíme.

Česneková omáčka

- **Suroviny:** 100 g majonézy základní, 1 lžice mléka nebo smetany, 2 lžice bílého vína, 2 stroužky česneku, 2 g soli.
- **Postup:** Majonézu smícháme s mlékem a vínem na potřebnou hustotu a dochutíme rozetřeným česnekem se solí.

Tatarská omáčka

- **Suroviny:** 100 g majonézy základní, 100 g mléka, 100 g bílého vína, 25 g cibule, 50 g sterilovaných okurek, 10 g pažitky, 10 g soli, 3 g citrónové šťavy, pepř.
- **Postup:** Majonézu smícháme s mlékem, vínem, nadrobno nakrájenou cibulí a okurkami, dochutíme solí a citrónovou šťávou. Nakonec vmícháme pažitku.

Koprová omáčka

- **Suroviny:** 70 g majonézy základní, 25 g smetany zakysané, 2 g octa, 15 g cukru krystalového, 1 g soli, 3 g kopru čerstvého.
- **Postup:** Vše smícháme.

PŘÍRODNÍ ROSOL (ASPIK)

Má uplatnění ve studené kuchyni, používáme jej ke ztužování pokrmů i ke ztužování studených omáček, zaléváme jím ryby, masa a různé pěny. Aspikem leštíme studená jídla pro lepší vzhled a částečnou konzervaci. Krájeným aspikem rovněž zdobíme některé studené výrobky. Používáme aspik masový, drůbeží, zvěřinový a rybí. Pro každý uvedený druh použijeme vždy patřičný vývar, který nesmí být mastný, a při přípravě přidáváme kořenovou zeleninu. Nejlepší je připravit si vývar předem a po zchlazení odstranit zbytky tuku. Na vyčištění aspicku použijeme napolo našlehané vaječné bílky a několikrát přecedíme přes hustý cedník nebo plátno a dochutíme octem nebo citrónem. Aspik pro další využívání rozehevujeme ve vodní lázni. Aspik naléváme do řádně čistých a odmaštěných nádob, tvořítek, misek a forem. Na zalévání volíme aspik chuťově sladěný s pokrmem a proto jak jsme již zdůraznili, pokrmy z drůbeže zaléváme drůbežím aspikem, rybí pokrmy rybím aspikem apod. Šunky, paštiky a některé pěny můžeme zalévat vinným aspikem. Vinný aspik připravíme tak, že na dochucení použijeme místo octa bílé víno.

Receptury

Suroviny	hmotnost v gramech	
	hrubá	čistá
Hovězí kliška	250	250
Vepřové kůže	350	350
Vepřové nohy	1000	1000
Voda	2500	2500
Kořenová zelenina	300	3250
Cibule	180	150



Koprová majonézová omáčka

Divoké koření	5	5
Ocet	125	125
Cukr	10	10
Sůl	10	10
Vaječné bílky	40	40

Vepřové nožičky a kůže vypereme v horké vodě, hovězí kličku nakrájíme na menší kousky, opláchneme a vložíme do hrnce a zalijeme studenou vodou. Pomalým varem vaříme 1,5 hod. Během této doby odstraňujeme tvořící se pěnu. Poté přidáme kořenovou zeleninu, koření, ocet, sůl a cukr, vaříme opět 1,5 hod. Při vaření vývaru dbáme, aby se nevařil prudce. Během varu přidáváme vodu jediné tehdy, pokud se jí mnoho vyvaří. Uděláme zkoušku, zda vývar dostatečně tuhne (malé množství vývaru nalijeme na talířek). Vývar musí do 30 min ztuhnout, jinak pokračujeme ve varu. Aspik musí být tuhý, ale přitom jemný, aby se v ústech snadno rozplynul. Získáme-li rosol příliš tuhý, přidáme do studeného tekutého aspiku trochu svažené studené vody nebo bílého vína. Používáme-li aspik k přípravě krycích aspickových omáček, vynecháme při jeho přípravě ocet.

HUSPENINA Z VEPŘOVÉHO MASA

- **Suroviny:** 1 vepřové koleno, 700 g vepřového masa (plec), 1 vepřová nožička, 1 cibule, 1 mrkev, 1/4 celeru, divoké koření, 1/8 litru octa.
- **Postup:** Maso, zvláště kůže, pečlivě očistíme, oškrábeme a vložíme do osolené vody, přidáme koření, vaříme přibližně 20 minut, pak přidáme cibuli, očištěnou zeleninu, ocet a společně dovaříme doměčka. Zeleninu i maso z vývaru vyjmeme a nakrájíme na stejnoměrné kostičky, zbytek necháme ještě povařit. Připravené maso promícháme s procezeným vývarem a nalijeme do misky. Huspeninu v misce ozdobíme natvrdo vařenými vejci, zeleninou nebo bylinkami.



Hovězí maso se zeleninou v aspiku

PAŠTIKY

Paštiky připravujeme z různých druhů mas a jater mletím a zpracováním s dalšími složkami. Tepelně se upravují v různých typech tvořitek a vaří se ve vodní lázni. Podáváme je vždy zastudena. Maso i ostatní suroviny meleme najemno (nejméně 2x).

Spojování paštik

Masovou míšeninu spojujeme buď syrovými vejci, nebo jen žloutky. Ke spojení můžeme použít i jíšku nebo zemi namočenou v mléce.

Paštikové koření

Skládá se z bílého pepře, bazalky, bobkového listu, hřebíčku, muškátového květu a oříšku, majoránky, nového koření, mleté papriky, tymiánu, zázvoru, případně dalších druhů koření podle zvyklostí druhu paštiky a chuti. Koření umeleme nebo utlučeme najemno v hmoždíři a prosijeme jemným sítem. Pro další použití koření jej uskladníme v dobře uzavřených dózách, nejlépe ve vakuu. Další chuťové doplnění může být sardelkou, houbami, uzeným nebo pečeným masem, zeleninou a bylinkami. Tyto suroviny buď vmícháme do směsi, nebo jimi můžeme prokládat nebo zdobit na povrchu.

BRAMBOROVÉ KOŠÍČKY PLNĚNÉ JEMNOU KRÁLIČÍ PAŠTIKOU

Suroviny

- **Košíčky:** 200 g brambor, 2 lžíce oleje, sůl.
- **Králičí paštika:** 200 g králičího masa, 150 g vepřového bůčku, 100 g králíčích, drůbežích nebo vepřových jater, 1 dl červeného vína, 80 g cibule, 20 g másla, 1 vejce, 20 cl brandy, 80 g slaniny, 1 g paštikového koření (pepř, nové koření, zázvor, muškátový květ)



Bramborové košíčky plněné jemnou králičí paštikou

Postup

■ Bramborové košíčky

Brambory oškrábeme, nahrubo nastrouháme, zalijeme studenou vodou, necháme z nich dobře vyplavit škrob. Přendáme do cedníku, okapeme a osušíme. Formičky na košíčky vytřeme olejem a vyplníme po celém vnitřním povrchu tenkou vrstvou brambor, kterou lehce přitiskneme. Osolíme, pokapeme olejem a pečeme dozlatova. Vychladlé košíčky naplníme jemnou králičí paštikou.

■ Králičí paštika

Nadrobno nakrájenou cibuli zpěníme na másle, přidáme králičí i vepřové maso nakrájené na kostky a játra, osmahneme, přidáme víno a dusíme do poloměkka. Přecedíme, přidáme vysmaženou slaninu a vše 2x semeleme najemno, přidáme vejce, sůl, brandy, koření a dobře vyšleháme. Směs naplníme do olejem vymazané formy a ve vodní lázni pozvolna vaříme přibližně 2 hodiny. Paštiku necháme vychladnout, vychladlou paštiku plníme do košíčků. Zdobíme kompotovanými višněmi nebo opraženými mandlemi.

MANDLOVÁ PAŠTIKA S OMÁČKOU Z LESNÍHO OVOCE

Suroviny

- **Mandlová paštika:** 500g vepřových jater, 200g vepř. masa (plec), 100g slaniny, 1 vejce, 80g cibule, 20g hladké mouky, 50g mandlí, 1,5dl mléka, olej, sůl, 1g paštikového koření (pepř, nové koření, zázvor, muškátový květ)
- **Omáčka z lesního ovoce:** 200g směsi lesního ovoce, 2dl vody, 15g krystalového cukru, 2cl rumu

Postup

■ Mandlová paštika

Očištěná odblaněná játra jemně umeleme, přidáme koření, sůl, jemně nakrájenou cibuli, mouku a vyšleháme za postupného přilévání mléka. Přidáme najemno namleté vepřové maso, vejce, na kostičky nakrájenou slaninu, nadrobno pokrájené mandle, vše dobře promícháme. Směs naplníme do olejem vymazané formy a ve vodní lázni pozvolna vaříme přibližně 2 hodiny. Paštiku necháme vychladnout, poté podáváme např. s opečeným toastem.

■ Omáčka z lesního ovoce

Lesní ovoce krátce podusíme s vodou, přidáme rum a cukr.



Mandlová paštika s omáčkou z lesního ovoce

ZVĚŘINOVÁ PAŠTIKA V BYLINKOVÉM KABÁTKU S BRUSINKAMI

Suroviny

400g vykostěného masa ze zvěřiny, 300g vepřového masa (plec), 100g zaječích jater, 80g cibule, 100g vepřového sádla, sůl, 2g paštikového koření, 1dl červeného vína, 1 vejce, 20g hladké mouky, 1dl mléka, 150g slaniny, olej, směs bylinek, balsamico redukce

Postup

Opláchnuté vepřové maso pokrájíme na kostky, osolíme a necháme do druhého dne proležet. Maso ze zvěřiny opláchneme, pokrájíme na drobné kostky a na sádle osmažíme. Přidáme koření, osolíme a mícháme do vysmažitosti. Ke konci dušení přidáme červené víno. Vepřové maso, odblaněná játra i maso ze zvěřiny jemně umeleme. Přidáme hladkou mouku a postupně vmícháme mléko. Nakonec přidáme slaninu pokrájenou na kostičky, kterou ve směsi rovnoměrně rozmícháme. Směs naplníme do vymazané formy a vaříme ve vodní lázni přibližně 2 hodiny. Paštiku necháme vychladnout, poté vyjmeme z formy a zabalíme dolobalu, který jsme posypali jemně posekanou petrželovou natí. A pak servírujeme.



Zvěřinová paštika v bylinkovém kabátku s brusinkami

ŠUMAVSKÝ PAŠTIKOVÝ MEDAILÓN S HOUBOVÝM RAGÚ

Suroviny

- **Šumavský paštikový medailón:** 100g toastového chleba (světlý), 100g aspiku základního, 10g brusinkového sirupu, 300g čerstvých hub (lze použít i mražené), 100g vepřových jater, 4 stroužky česneku, 150g cibule, 1 citrón, olej, muškátový květ, kari koření, sůl, pepř
- **Houbové ragú:** 50g jarní cibulky, 50g hub čerstvých (mražených), 2g kmínu, 3g soli, 20g máslo, 20g vína bílého

Postup

- **Šumavský paštikový medailón:** houby po očištění pokrájíme na drobné plátky a na oleji orestujeme, na pánvi necháme zesklivatět cibuli, přidáme játra a orestované houby, dusíme do měkka. Po vychladnutí nejmenno rozemeleme a necháme vychladnout. Aspik nahřejeme a smícháme s brusinkovým sirupem, touto směsí v tenké vrstvě vylijeme formičky a necháme ztuhnout. Poté naplníme houbovou paštikou a přikryjeme plátkem toastového chleba. Po ztuhnutí vyjmeme z formiček.
- **Houbové ragú:** na másle osmahneme jarní cibulku, přidáme nahrubo nakrájené houby, sůl, kmín a podlijeme vínem. Zredukujeme na hustší konzistenci.

Galantína

Jedná se o vykostěné ryby, drůbež, králíky nebo zvěřinu naplněné jemnou masovou fáší, která tvoří nedílnou součást a většinou se připravuje z jiných druhů mas. Tato semeleme velmi jemno (nejlépe 2x) a pikantněji okořeníme. Do umleté fáše přidáváme další suroviny, např. šunku, drobné kousky syrových jater, sekané mandle, dušené kousky hub, brusinky apod., které tak spolu tvoří zajímavou mozaiku. Vykostěné maso potřeme fáší, okraje masa přiložíme k sobě a sešijeme nebo ovážeme a pevně stáhneme, potravinářským motouzem a vytváříme do válečku. Vaříme ve vývaru nebo v páře doměkka. Po uvaření necháme galantinu vychladnout ve vývaru, poté vyjmeme a vložíme do lednice. Podává se studená, nakrájená na plátky a na řezu se potírá aspickem.

Terinka

Terinka je druh jemně mleté a kořeněné masové paštiky. Maso (králíčí, vepřové, kuřecí...) se jemně umele nebo rozmixuje, dochutí a nechá se zvolna uvařit v páře. Namísto masa je možné použít různé druhy sýrů, ovoce, zeleniny, mořské plody, vařená vejce (nejlépe křepelčí).

POMAZÁNKY

Ve studené kuchyni zaujímají pomazánky jedno z nejpřednějších míst. Můžeme je podávat upravené na všech druzích bílého a tmavého chleba, na veškerém bílém pečivu, na toastech, topinkách, chuťovkách, chlebičkách, můžeme plnit různé briošky, bagety, žemle, jsou vhodné k plnění a zdobení vajec, poslouží jako náplň čerstvých zelenin, do syrových a šunkových roládek, plníme jimi slané pečivo, chutné jsou i na knäckebrotu, slavnostní dezertky se bez nich neobejdou. Poslouží nám doplněné čerstvou zeleninou jako zdravé a pestré večeře, v letních měsících je můžeme podávat jako rychlý a chladivý oběd.

Jelikož do pomazánek používáme většinou potraviny bez další tepelné úpravy, musíme dbát na to, abychom dodržovali maximální hygienu, veškeré potraviny řádně očistili, omyli a používali jen čerstvé, nezávadné a nezkrasné suroviny.



Šumavský paštikový medailón s houbovým ragú



Chuťovky s terinkou z kuřecích jater

V recepturách můžeme zaměnit máslo za rostlinný tuk, rovněž můžeme vzájemně zaměnit jemný měkký tvaroh, krémový sýr a sýr Lučina. Obsahuje-li pomazánka majonézu, je lépe k ní podávat bílé pečivo, je to chutnější. Upravujeme-li pomazánky na chlebičky, nanášíme je nerez vidličkou, hezky působí viditelné proužky od vidličky. Pomazánku můžeme nanášet i pomocí sáčku s ozdobnou trubičkou. Sladké pomazánky mažeme na různé kupované sladké pečivo, na plátek kupované vánočky, na housky, bílou večku, piškoty, některé i na tmavý chléb nebo knäckebröte. Sladké pomazánky podáváme i ve skleněných mističkách, ozdobené ovocem. Pomazánky vždy ozdobíme lákavou zeleninou nebo ovocem.

Ochucená másla

Ochucené máslo je vyšlehané máslo s další jednoduchou potravinou nebo pochutinou. Ochucená másla používáme jako podkladovou pomazánku na obložené chlebičky nebo chuťovky, dále jako ozdobu nebo náplň do natvrdo vařených vajec, různých rolád, plněné zeleniny a podobně.

Lososové máslo

- **Suroviny:** 50 g uzeného lososa v oleji, 150 g másla, 1 lžice citrónové šťávy
- **Postup:** Uzeného lososa jemně semeleme nebo rozmixujeme. Do vyšlehaného másla postupně zašleháváme rozemletého lososa a citrónovou šťávu.

Sardelové máslo

- **Suroviny:** 160 g másla, 40 g sardelové pasty
- **Postup:** Změklé máslo vyšleháme se sardelovou pastou.

Kaviárové máslo

- **Suroviny:** 100 g másla, 50 g kaviáru, citrónová šťáva
- **Postup:** Máslo vyšleháme do pěny, zašleháme několik kapek citrónové šťávy a zlehka vmícháme kaviár.

Krevetkové máslo

- **Suroviny:** 150 g másla, 50 g konzervovaných krevet (krabi, humři), citrónová šťáva
- **Postup:** Do vyšlehaného másla vmícháme rozmixované krevety a několik kapek citrónové šťávy.

Bylinkové máslo

- **Suroviny:** 100 g másla, 40 g sekaných natí (petrželka, pažitka, bazalka, estragon, řeřicha aj.)
- **Postup:** Do vyšlehaného másla vmícháme jemně sekané natě.

Česnekové máslo

- **Suroviny:** 100 g másla, 2–3 stroužky česneku, sůl, 1 lžice sekané petrželky
- **Postup:** Do vyšlehaného másla vmícháme česnek utřený se solí a sekanou petrželku.

Francouzské máslo

- **Suroviny:** 100 g másla, 2 lžice sekané petrželky, 1 lžice citrónové šťávy, 1 lžička worcestru, 1 lžička hořčice, špetka soli a pepře
- **Postup:** Do vyšlehaného másla vmícháme drcený pepř, pikantní hořčici a sůl. Můžeme vylepšit 1 lžičkou whisky nebo koňaku.

Zeleninové pomazánky

Pikantní pažitková pomazánka

- **Suroviny:** 100 g rostlinného tuku, 200 g sýra Lučina (nebo jemného tvarohu), 50 g smetany, 10 g sardelové pasty, pepř, 3 vejce natvrdo, 50 g sekané pažitky



Bylinkové máslo



Česnekové máslo

- **Postup:** Do vyšlehaného tuku zašleháme postupně krémový sýr, smetanu, sardelovou pastu, pepř, nahrubo strouhaná vejce a jemně rozsekanou pažitku.

Dobrá pórková pomazánka

- **Suroviny:** 100g majolky, 100g bílého jogurtu, sůl, bílý pepř, citrónová šťáva, 150g póru, 100g šunkového salámu, 100g tvrdého sýra, 1 lžice sekané pažitky
- **Postup:** V míse rozmícháme majolku s bílým jogurtem, solí, pepřem a citrónovou šťávou, přidáme na jemné a kratší nudličky nakrájený pórek, šunkový salám a tvrdý sýr, rozsekanou pažitku a vše zlehka promícháme. Podáváme s různým pečivem nebo mažeme na bílou veku.

Ředkvičková pomazánka s Lučinou

- **Suroviny:** 50g rostlinného tuku, 100g sýra Lučina, 100g tvrdého sýra, 2 lžice mléka nebo smetany, 20 kusů ředkviček, sekaná petrželka, sůl
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme s Lučinou, přidáme nastrouhaný tvrdý sýr, mléko nebo smetanu, opět vše prošleháme, vložíme nastrouhané ředkvičky, sekanou petrželku, osolíme a vše promícháme.

Ředkvičková pomazánka s karotkou

- **Suroviny:** 100g rostlinného tuku, 150g měkkého tvarohu, 100g ředkviček, 100g karotky, 2 vejce natvrdo, sůl, pažitka
- **Postup:** Změklý rostlinný tuk vyšleháme s tvarohem, přidáme jemně nakrájené ředkvičky a karotku, nastrouhaná vejce, sůl a sekanou pažitku. Vše dobře prošleháme.

Karotková pomazánka s křenem

- **Suroviny:** 250g pomazánkového másla, 150g karotky, 100g oloupaných jablek, 50g cibule, 30g křenu, citrónová šťáva, sůl
- **Postup:** Do pomazánkového másla nastrouháme čerstvou karotku, jablka, křen, přidáme jemně krájenou cibuli, citrónovou šťávu, sůl a vše promícháme. Mažeme na bílé pečivo.

Zeleninová pomazánka jako humr

- **Suroviny:** 100g majonézy, 2 lžice mléka, 200g očištěné syrové karotky, 100g syrového celeru, 50g cibule, šťáva z citronu, sůl
- **Postup:** Majonézu promícháme s mlékem, přidáme nastrouhanou karotku a celer, jemně krájenou cibuli, citrónovou šťávu, sůl a vše promícháme. Mažeme na bílé pečivo.

Celerová pomazánka s vajíčkem

- **Suroviny:** 150g syrového celeru, 100g majolky, 2 lžice mléka, 50g cibule, 50g sladkokyselých okurek, 2 vejce natvrdo, citrónová šťáva, sůl, pepř
- **Postup:** Očištěný celer nastrouháme na hrubém struhadle, promícháme s majolkou, mlékem, citrónovou šťávou, jemně krájenou cibulí, drobně sekanými okurkami, nahrubo strouhanými vejci, solí a pepřem. Mažeme na bílé pečivo a zdobíme čerstvou zeleninou.

Celerová pomazánka s jablky a ořechy

- **Suroviny:** 100g majolky, 50g bílého jogurtu, 200g syrového celeru, 75g oloupaného jablka, 5ks jader vlašských ořechů, citrónová šťáva, špetka cukru, bílý pepř, sůl
- **Postup:** Do mísy vložíme majolku, bílý jogurt, nastrouhaný syrový celer, strouhaná jablka, rozsekané vlašské ořechy, ochutíme citrónovou šťávou, cukrem, pepřem a solí. Vše promícháme, mažeme na bílé pečivo a zdobíme vajíčkem, zeleninou, petrželkou a podobně.

Brokolicová pomazánka s karotkou

- **Suroviny:** 100g majolky, 300g brokolice, 100g syrové karotky, 75g cibule, 1–2 lžice citrónové šťávy, sůl, pepř
- **Postup:** Do mísy vložíme majolku, přidáme velmi krátce povařenou, vychlazenou a nadrobno nakrájenou brokolici, nastrouhanou karotku, jemně krájenou cibuli, citrónovou šťávu, sůl, pepř a vše dobře promícháme.

- **Obměna:** můžeme přidat i trochu jemně krájeného šunkového salámu a několik lžic bílého jogurtu.

Zeleninová pomazánka se sýrem

- **Suroviny:** 100g majolky, 100g bílého jogurtu, 1 lžice hořčice, trochu citrónové šťávy, 200g syrového celeru, 150g syrové mrkve, 150g tvrdého sýra, sůl
- **Postup:** Majolku promícháme s bílým jogurtem, hořicí a citrónovou šťávou, přidáme jemně nastrouhaný syrový celer s mrkví, nastrouhaný tvrdý sýr, špetku soli a vše promícháme. Mažeme na bílé pečivo, chuťovky, toasty.

Zeleninový tatarák

- **Suroviny:** 250g kečupu, 150g sterilovaných okurek, 100g sterilovaných nebo čerstvých kapií, 25g feferonek, 50g cibule, 1 lžička mleté papriky, pepř, sůl, worcester
- **Postup:** Do kečupu zamícháme drobně nakrájené okurky, kapie, feferonky, cibuli, okořeníme mletou paprikou, solí, pepřem a worcestrem. Lze připravit i ze sterilovaného paprikového salátu. Zeleninový tatarák je vynikající na topinkách s míchanými vajíčky.

Tvarohové a syrové pomazánky

Domácí tvarohová pomazánka

- **Suroviny:** 250g měkkého tvarohu, 50g másla, 2 lžice mléka, sůl, mletá paprika, drcený kmín, 50g cibule, 1 lžice nasekané pažitky
- **Postup:** Měkký tvaroh utřeme se změklým máslem, postupně zašleháme mléko, sůl, mletou paprikou, drcený kmín, jemně nakrájenou cibuli a pažitku.

Tvarohová pomazánka s ředkvičkami a okurkami

- **Suroviny:** 250g měkkého tvarohu, 100g krémové smetany, 100g ředkviček, 100g čerstvých okurek hadovek, pažitka, sůl
- **Postup:** Měkký tvaroh našleháme s krémovou smetanou, přidáme nahrubo nastrouhané ředkvičky, drobně nakrájené čerstvé okurky, nasekanou pažitku a osolíme. Vše lehce promícháme.

Námořnická tvarohová pomazánka

- **Suroviny:** 50g rostlinného tuku, 250g měkkého tvarohu, lžičky sardelové pasty, 2 lžičky hořčice, 3 vejce vařená natvrdo, sůl, pepř
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme s měkkým tvarohem, sardelovou pastou a hořicí, přidáme hrubě nastrouhaná vařená vejce, podle potřeby přisolíme, opepříme a vše dobře promícháme. Můžeme přidat krájenou cibuli.

Liptovská pomazánka

- **Suroviny:** 250g měkkého tvarohu, 150g másla, 60g cibule, 2 lžice mléka, 10g sardelové pasty, 10g mleté papriky, hořčice, sůl
- **Postup:** Měkký tvaroh vyšleháme se změklým máslem a mlékem, přidáme drobně krájenou cibuli, sardelovou pastu, mletou paprikou, trochu hořčice, sůl a vše dobře prošleháme.

Sýrová pomazánka se salámem

- **Suroviny:** 70g rostlinného tuku, 200g taveného sýra, 100g měkkého salámu, 2 vejce natvrdo, 25g cibule, 20g hořčice, 1 lžice mléka, sůl, pažitka
- **Postup:** Do vyšlehaného rostlinného tuku postupně zašleháme tavený sýr, mléko, nadrobno nakrájený měkký salám, nahrubo nastrouhaná vejce, jemně krájenou cibuli, trochu sekané pažitky, hořčici a sůl.

Eidamská pomazánka s kedlubnami

- **Suroviny:** 100g majolky, 50g bílého jogurtu, 200g sýra Eidam, 200g mladých kedlubnů, 100g čerstvých paprik, 1 lžice sekané pažitky, pepř, sůl
- **Postup:** Do mísy vložíme majolku, bílý jogurt, nastrouhaný sýr, nastrouhané kedlubny, drobně nakrájené papriky, sekanou pažitku, osolíme, opepříme a vše dobře promícháme. Podáváme s bílým pečivem.

Sýrová pomazánka Primátor

- **Suroviny:** 50g rostlinného tuku, 3–4 kusy sýrových trojúhelníků Primátor, 1 krabička sardinek, 1 lžička hořčice, 50g cibule, trochu mleté papriky, citrónová šťáva, sůl, petrželka
- **Postup:** V misce vyšleháme rostlinný tuk, přidáme jemně nastrouhané trojúhelníčky sýra Primátor, rozmačkané olejovky, jemně krájenou cibuli, hořčici, trochu mleté papriky, pár kapek citrónové šťávy, sůl a vše dobře promícháme. Zdobíme sekanou petrželkou.

Pomazánka z hermelínu a vaječ

- **Suroviny:** 1ks sýru Hermelín, 100g majolky, 2 vejce natvrdo, 50g cibule nebo póru, 1 lžice hořčice, 1 lžička mleté papriky, sůl
- **Postup:** Hermelín nakrájíme a vidličkou utřeme, přidáme majolku, rozsekaná vejce, jemně krájenou cibuli nebo pórek, hořčici, mletou papriku, špetku soli a vše promícháme. Pomazánku necháme chvíli uležet a mažeme na bílé pečivo.

Selská pomazánka z hermelínu

- **Suroviny:** 200g sýra Hermelín (Plesnivec, Camembert), 50g másla, 50g cibule, drcený kmín, mletá paprika, pepř, sůl
- **Postup:** Změklý Hermelín utřeme vidličkou nebo nastrouháme, vyšleháme s máslem, přidáme jemně krájenou cibuli, půl kávové lžičky drceného kmínu, trochu mleté papriky, špetku pepře a soli. Vše společně prošleháme.

Pikantní pomazánka z hermelínu

- **Suroviny:** 150g sýra Hermelín, 50g měkkého salámu, 1 vejce natvrdo, 25g cibule, 40g rostlinného tuku, 100g sýra Lučina, 25g kapií, sůl, pepř
- **Postup:** Hermelín, oloupaný salám, vejce natvrdo a cibuli semeleme na masovém stroju a vmícháme do tuku vyšlehaného s Lučinou. Přidáme jemně nakrájenou kapii, sůl, pepř a vše zlehka promícháme.

Pomazánka z hermelínu a česneku

- **Suroviny:** 200g sýra Hermelín, 100g sýra Ementál, 50g cibule, 2–3 stroužky česneku, 100g majolky, lžice mléka nebo smetany, pažitka
- **Postup:** Hermelín nakrájíme na drobné kostičky, ementál nastrouháme, cibuli jemně nakrájíme, česnek utřeme. Vše promícháme s majolkou a mlékem. Pomazánku posypeme sekanou pažitkou.

Šlehaná niva s křenem

- **Suroviny:** 70g másla, 200g sýra Niva, 50g křenu, trochu koňaku
- **Postup:** Do utřeného másla postupně zašleháváme jemně nastrouhanou Nivu a nastrouhaný křen. Pomazánku můžeme vylepšit několika kapkami koňaku.

Pomazánka z nivy s celerem

- **Suroviny:** 200g sýra Niva, 50g másla, 100g bílého jogurtu, 100g syrového celeru, 50g cibule, 1 lžice sekané pažitky, sůl

- **Postup:** Nivu jemně nastrouháme a promícháme s máslem a bílým jogurtem, přidáme nastrouhaný syrový celer, jemně krájenou cibuli, sekanou pažitku, sůl a vše promícháme.

Pomazánka z nivy se žampiony

- **Suroviny:** 50g rostlinného tuku, 150g sýra Niva, 2 lžice smetany, 100g sterilovaných žampionů, 1 lžice strouhaného křenu, sekaná pažitka, sůl, pepř
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme s nastrouhanou nivou a smetanou, přidáme jemně nasekané žampiony, strouhaný křen, trochu sekané pažitky, podle potřeby osolíme, opepříme a vše společně prošleháme. Mažeme na bílé i tmavé pečivo, pomazánkou plníme vydlanou zeleninu.

Chalupářská pomazánka z nivy

- **Suroviny:** 100g majolky, 50g bílého jogurtu, 150g sýra Niva, 2 vejce natvrdo, 80g sladkokyselých okurek, 50g sterilované kapie, 50g cibule, sekaná pažitka nebo kopr, sůl
- **Postup:** Do mísy vložíme majolku, bílý jogurt, nastrouhaný sýr Niva a vše zlehka promícháme. Přidáme nastrouhaná vejce, drobně rozsekané sladkokyselé okurky a kapie, jemně nakrájenou cibuli, trochu nasekané pažitky, osolíme a vše dobře promícháme.

Pomazánka z nivy s Lučinou

- **Suroviny:** 100g sýra Niva, 100g sýra Lučina, 3 lžice majolky, 50g cibule, půl lžičky mleté papriky
- **Postup:** Do mísy nastrouháme nivu, přidáme Lučinu, majolku, vše společně vyšleháme, vložíme jemně krájenou cibulku, mletou papriku a vše zlehka prošleháme.

Jemná pomazánka k vínu

- **Suroviny:** 200g krémového sýra (žervé), 100g šunky, 50g másla, 50g ementálu, sůl, zelená petrželka
- **Postup:** Krémový sýr (žervé) ušleháme s jemně rozemletou šunkou a změklým máslem, přidáme nastrouhaný ementál, sůl a sekanou petrželku. Vše dobře prošleháme. Pomazánku mažeme na bílé pečivo, velmi dobrá je mezi dvěma slanými sušenkami.

Sýrová pomazánka s pórkem

- **Suroviny:** 100g tvrdého sýra, 100g póru, 100g jablek, 100g majolky, citrónová šťáva, sůl, pepř
- **Postup:** Do misky nastrouháme tvrdý sýr, přidáme nejmenší nakrájený pórek a očištěná jablka, majolku, několik kapek citrónové šťávy, špetku soli, pepře a vše dobře promícháme. Mažeme na bílé pečivo.

Sýrová pomazánka se zeleninou

- **Suroviny:** 100g majolky, 3 kusy trojúhelníků sýra Primátor, 100g sýra Gouda, 80g čerstvé karotky, 80g syrového celeru, trochu citrónové šťávy, soli, cukru, bílého pepře
- **Postup:** Do mísy vložíme majolku, nastrouhané sýrové trojúhelníčky, nastrouhanou Goudu,

nastrouhanou karotku a celer, zakápneme citrónovou šťávou, dochutíme špetkou soli, cukru, pepře a vše dobře promícháme. Mažeme na bílé pečivo.

Sýrová pomazánka s feferonkou

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 200 g roztíratelného taveného sýra, 40 g čerstvé kapie, 40 g cibule, 2 feferonky, špetka soli
- **Postup:** Rostlinný tuk ušleháme s taveným sýrem, přidáme jemně nakrájené papriky, cibuli a feferonky, osolíme špetkou soli a vše společně promícháme.

Pomazánka z Lučiny se šunkou

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 200 g sýra Lučina, 2 lžíce mléka, 100 g šunky nebo šunkového salámu, 50 g cibule, 1 lžičce strouhaného křenu, sůl
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme s Lučinou a mlékem, přidáme drobně rozsekanou šunku nebo šunkový salám, jemně nakrájenou cibuli, strouhaný křen, sůl a vše promícháme.

Pomazánka z Lučiny se žampiony

- **Suroviny:** 200 g sýra Lučina, 50 g rostlinného tuku, 100 g sterilovaných žampionů, 50 g cibule, 50 g šunkového salámu, sůl, mletý pepř
- **Postup:** Lučinu utřeme s rostlinným tukem, přidáme drobně nakrájené žampiony, šunkový salám a cibuli, osolíme, opepříme a vše promícháme.

Pikantní pomazánka z Lučiny

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 200 g sýra Lučina, 2 lžíce smetany (mléka, jogurtu), 75 g šunkového salámu, 50 g sýra Ementál nebo Madeland, 1–2 vejce natvrdo, 70 g sladkokyselých okurek, 50 g cibule, sekaná pažitka, sůl
- **Postup:** Rostlinný tuk, Lučinu a smetanu společně vyšleháme, přidáme jemně nakrájený šunkový salám, drobně nakrájený sýr, nastrouhaná vařená vejce, jemně rozsekané sladkokyselé okurky, krájenou cibuli, trochu sekané pažitky, špetku soli a vše dobře promícháme.

Česneková pomazánka Flamendr

- **Suroviny:** 100 g sýra Lučina, 150 g pomazánkového másla, 2–3 stroužky česneku, 15 g sardelové pasty, mletá paprika, pepř
- **Postup:** Pomazánkové máslo zlehka promícháme s Lučinou a utřeným česnekem, sardelovou pastou, špetkou mleté papriky a pepře.

Formanská pivní pomazánka

- **Suroviny:** 100 g roztíratelného taveného sýra, 100 g Jihočeského zrajícího sýra (Romadúr), 100 g tvrdého sýra, 2–3 lžíce zakysané smetany, 100 g cibule, 1 lžička mleté papriky, drcený kmín, sůl
- **Postup:** Do mísy vložíme jemný roztíratelný tavený sýr, vidličkou rozmačkaný zrající sýr, jemně nastrouhaný tvrdý sýr, zakysanou smetanu, vše prošleháme, přidáme jemně krájenou cibuli, mletou papriku, drcený kmín, sůl a vše ještě společně dobře prošleháme.

Pomazánka z Romadúru

- **Suroviny:** 200 g Jihočeského zrajícího sýra (Romadúru), 100 g rostlinného tuku, 2 stroužky česneku, 1 vejce natvrdo, 50 g cibule, mletá paprika, pepř, sůl, pažitka
- **Postup:** Rozetřený sýr vyšleháme se změkklým tukem, přidáme česnek utřený se solí, nastrouhané vejce, jemně pokrájenou cibuli, špetku mleté papriky a pepře a vše dobře promícháme. Pomazánku posypeme sekanou pažitkou.

Sýrová pomazánka Čertův šleh

- **Suroviny:** 100 g roztíratelného sýra, 100 g majolky, 100 g měkkého salámu, 50 g cibule, 2–3 feferonky, lžička hořčice, pepř
- **Postup:** V míse utřeme roztíratelný tavený sýr s majolkou, přidáme jemně nasekaný měkký salám, drobně krájenou cibuli, nasekané feferonky, hořčici, pepř a vše společně dobře promícháme. Mažeme na chuťovky, chlebičkovou veku, zdobíme sekaným vajíčkem, pažitkou, čerstvou zeleninou.

Pomazánky z uzenin, masa a drůbeže

Rychlá pomazánka z kabanosu

- **Suroviny:** 75 g rostlinného tuku, 350 g kabanosu, 0,5 dl mléka, 75 g cibule, pepř, sůl
- **Postup:** Do vyšlehaného rostlinného tuku zašleháme postupně jemně semletý kabanos, mléko, drobně krájenou cibuli, sůl a pepř.

Pomazánka z kabanosu s česnekem

- **Suroviny:** 75 g rostlinného tuku, 350 g kabanosu, 2 stroužky česneku, sůl, 1 lžička paprikové Vegety, 1 lžička sekané pažitky, pepř
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme, přidáme semletý kabanos, česnek utřený se solí, lžičku paprikové Vegety, sekanou pažitku, špetku pepře a vše dobře prošleháme.

Pomazánka ze šunkového salámu

- **Suroviny:** 100 g rostlinného tuku, 150 g šunkového salámu, vejce natvrdo, 100 g sladkokyselých okurek, sůl
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme do pěny, přidáme jemně sekaný nebo semletý šunkový salám, nastrouhaná vejce, jemně nakrájené okurky, sůl a vše dobře promícháme.

Salámová pomazánka s feferonkami

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 150 g jemného taveného sýra, 300 g obyčejného turistického salámu, 20 g feferonek, mletá paprika, sůl, podle potřeby trochu mléka
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme s roztíratelným taveným sýrem, přidáme jemně semletý obyčejný turistický salám, jemně nasekané feferonky, mletou papriku, špetku soli a podle potřeby zašleháme 1 až 2 lžičky mléka. Vše dobře vyšleháme.

Pomazánka tutti-frutti

- **Suroviny:** 250 g Gothajského salámu, 200 g sterilované zeleniny Kunovjanka, 50 g sladkokyselých okurek, 50 g cibule, 2 vejce natvrdo, 100 g majolky, sůl, pepř, worcester
- **Postup:** Na masovém stroju semeleme společně Gothajský salám, sterilovanou zeleninu bez nálevu, okurky, cibuli a vejce. Umletou směs promícháme s majolkou, solí, pepřem a několika kapkami worcesteru. Pomazánku mažeme na bílé pečivo a zdobíme zeleninou.

Ďábelská salámová pomazánka

- **Suroviny:** 100 g majolky, 1–2 lžíce kečupu, 1 lžičce kremžské hořčice, 250 g měkkého salámu, 75 g cibule, 75 g sladkokyselých okurek, 2 feferonky, 1–2 vejce natvrdo, sůl, pepř
- **Postup:** V míse promícháme majolku s kečupem a kremžskou hořčicí, přidáme rozemletý nebo jemně sekaný měkký salám, krájenou cibuli, jemně rozsekané sladkokyselé okurky a feferonky, nastrouhaná vejce, osolíme, opepříme a vše promícháme. Mažeme na bílé pečivo.

Šunková pomazánka s křenem

- **Suroviny:** 100 g majolky, 2 lžíce bílého jogurtu, 200 g šunky nebo šunkového salámu, 2–3 lžíce

strouhaného tvrdého sýra, 2 vejce natvrdo, 2 lžíce strouhaného křenu, citrónová šťáva, sůl, pepř

- **Postup:** Majolku promícháme s jogurtem, přidáme na jemné kostičky nakrájenou šunku, strouhaný sýr, nastrouhaná vejce, strouhaný křen, citrónovou šťavu, sůl, pepř a vše promícháme. Mažeme na bílé pečivo, zdobíme kapií a petrželkou.

Pomazánka z uherského salámu

- **Suroviny:** 50 g másla, 100 g taveného sýra, 150 g uherského salámu, 2 vejce natvrdo, 60 g cibule, 1 lžička hořčice, sůl
- **Postup:** Změklé máslo a jemný tavený sýr dobře vyšleháme se semletým uherským salámem, přidáme nastrouhaná vejce, jemně nakrájenou cibuli, hořčici, špetku soli a vše promícháme.

Kostecká uherská pomazánka

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 100 g krémového sýra nebo Lučiny, 1 lžíce mléka, 150 g kosteckého uherského salámu, 60 g papriky kapie, 40 g cibule, sůl, pepř
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme se sýrem a mlékem, přidáme jemně rozsekaný nebo semletý kostecký uherský salám, drobně nakrájenou kapii a cibuli, špetku soli, pepře a vše promícháme.

Pomazánka z kuřecího salámu

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 200 g sýra Lučina nebo žervé, 2 lžíce mléka, 120 g kuřecího salámu, 50 g cibule, 1–2 lžíce strouhaného křenu, 50 g mrkve, sůl
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme s Lučinou a mlékem, přidáme jemně rozsekaný kuřecí salám, nakrájenou cibulku, strouhaný křen a mrkev, sůl a vše promícháme.

Pomazánka z uzeného jazyka s jablkem

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 100 g krémového sýra nebo Lučiny, 1 lžíce mléka, 250 g uzeného jazyka, 50 g oloupaného jablka, 1–2 lžíce křenu, sůl, pepř
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme se sýrem a mlékem, přidáme semletý uzený jazyk (uvařený a sloupnutý), nastrouhané jablko a křen, sůl, pepř a vše promícháme.

Pomazánka z vepřového masa

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 400 g vepřového masa v konzervě, 60 g cibule, 100 g zelených paprik, pažitka, sůl, pepř
- **Postup:** Změklý tuk vyšleháme se semletým nebo utřeným vepřovým masem z konzervy, přidáme jemně nakrájenou cibuli, drobně nakrájené zelené papriky, pepř a sůl. Vše promícháme, mažeme na chléb a sypeme rozsekanou pažitkou.

Ostrá vepřová pomazánka

- **Suroviny:** 50 g másla, 400 g vepřového masa v konzervě, stroužky česneku, sůl, 2 feferonky, 50 g cibule, pepř
- **Postup:** Změklé máslo utřeme s vepřovým masem z konzervy a utřeným česnekem, přidáme jemně krájené feferonky a cibuli, opepříme a vše dobře promícháme. Vhodná pomazánka na topinky, toasty, chuťovky, chlebičky.

Pikantní vepřová pomazánka

- **Suroviny:** 400 g vepřové konzervy, 100 g cibule, 75 g sladkokyselých okurek, 1–2 vejce natvrdo, lžička sekaných kaparů, 1 lžička sardelové pasty, lžíce hořčice, sůl, pepř, pažitka
- **Postup:** Vepřové maso z konzervy přesekáme nožem, přidáme jemně krájenou cibuli, drobně nakrájené sladkokyselé okurky, nastrouhaná vejce, rozsekané kapary, sardelovou pastu, hořčici, špetku soli, pepře a vše dobře promícháme. Mažeme na chléb a sypeme sekanou pažitkou.

Domažlická vepřová pomazánka

- **Suroviny:** 200 g pečeného vepřového bůčku, 200 g vařeného uzeného bůčku, 1 lžíce výpeku z masa nebo sádla, 2 vejce natvrdo, 100 g cibule, 100 g čerstvých paprik, 2 stroužky česneku, 1 lžíce hořčice, pepř, sůl

- **Postup:** Vychlazený pečený a vařený bůček semeleme (můžeme i jemně rozsekat), přidáme 1 lžici výpeku z masa nebo sádla, nastrouhaná vejce, jemně krájenou cibuli, drobně sekané paprikové lusky, utřený česnek, hořčici, špetku pepře, podle potřeby přisolíme a vše dobře promícháme.

Selská škvarková pomazánka

- **Suroviny:** 400 g domácích škvarků, 2 stroužky česneku, sůl, 2 vejce natvrdo, 75 g cibule, 1 lžíce hořčice, pepř
- **Postup:** Domácí škvarky nožem přesekáme, přidáme česnek utřený se solí, nastrouhaná vejce, jemně krájenou cibuli, hořčici, pepř a vše promícháme.

Zbojnická hovězí pomazánka

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 100 g cibule, 150 g čerstvých paprik, 200 g hovězího masa v konzervě, 2–3 lžíce ostřejšího kečupu, 2 stroužky česneku, sůl, pepř
- **Postup:** Na rostlinném tuku zpěníme nakrájenou cibuli, přidáme drobně nakrájené čerstvé papriky, překrájené maso z hovězí konzervy, kečup, česnek utřený se solí, pepř a vše krátce podusíme. Mažeme na osmažené toasty nebo topinky a zdobíme čerstvou zeleninou.

Hovězí pomazánka s jarní zeleninou

- **Suroviny:** 250 g vařeného (dušeného, pečeného) hovězího masa, 100 g majolky, 200 g ředkviček nebo mladých kedlubnů, sůl, bílý pepř, pažitka
- **Postup:** Vařené hovězí maso jemně rozsekáme, přidáme majolku, hrubě nastrouhané ředkvičky nebo kedlubny, špetku soli, bílý pepř, sekanou pažitku a vše promícháme.
- **Obměna:** použijeme jinou zeleninu jako pórek, čerstvý syrový celer, papriky, rajčata, nebo zeleninu kombinujeme.

Tatarská pomazánka I.

- **Suroviny:** 350 g syrového hovězího masa (svíčková, roštěnec, kvalitní zadní maso), 50 g cibule, 30 g kečupu, 30 g oleje, 20 g feferonek, 10 g mleté papriky, sůl, pepř
- **Postup:** Čerstvé a kvalitní maso semeleme na masovém strojku, promícháme s drobně krájenou cibulí a feferonkami, kečupem, olejem, mletou paprikou, solí a pepřem. (Je možné přidat i sekané kapary a sterilované okurky.)

Tatarská pomazánka II.

- **Suroviny:** 300 g syrového hovězího masa (svíčková, roštěnec), sůl, pepř, 1 lžička mleté papriky, 2 lžičky dobré hořčice, 1 lžička sekaných kaparů, 1 lžíce sekané pažitky
Na ozdobu: Sekaná cibule, kousek kapie, tatarská omáčka
- **Postup:** Čerstvé maso semeleme, přidáme sůl, pepř, mletou papriku, hořčici, sekané kapary, nakrájenou pažitku a vše promícháme. Mažeme na bílou veku, zdobíme sekanou cibulí, kousem kapie a můžeme i pokapat tatarskou omáčkou.



Kuřecí pomazánka se zeleninou

Pomazánka z játrové paštiky s vejci

- **Suroviny:** 75 g rostlinného tuku, 200 g játrové paštiky z konzervy, 2–3 vejce natvrdo, 75 g cibule, 1 lžice sekané pažitky, sůl, pepř
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme s paštikou, přidáme nastrouhaná vejce, jemně krájenou cibuli, nasekanou pažitku, podle potřeby osolíme, opepříme nebo zjemníme troškou smetany a promícháme. Mažeme na pečivo a zdobíme čerstvou zeleninou nebo sladkokyselou okurkou. Obměna: použijeme játrový salám a přidáme 100 g sekaných sladkokyselých okurek.

Domácí játrová pomazánka

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 200 g játrové paštiky z konzervy, 1–2 lžice smetany, 50 g čerstvé červené papriky, 50 g čerstvé zelené papriky, 50 g cibule, 1–2 vejce natvrdo, sůl, pepř
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme s játrovou paštikou a smetanou, přidáme jemně nakrájené čerstvé papriky, drobně krájenou cibuli, rozsekaná nebo nastrouhaná vejce, sůl, pepř a vše promícháme.
- **Obměna:** místo paprik použijeme ředkvičku.

Pomazánka z pečeného kuřete

- **Suroviny:** 300 g masa z pečeného kuřete, 100 g majolky, 50 g sterilovaných kukuřiček, 100 g sladkokyselých okurek, 50 g cibule, sůl, pepř, worcester, 1 lžice vlašských ořechů
- **Postup:** Maso z vykostěného pečeného kuřete semeleme na masovém strojků, přidáme majolku, jemně nakrájené okurky, kukuřičky, cibuli, osolíme, opepříme, přidáme několik kapek worcestru, sekané vlašské ořechy a vše promícháme. Mažeme na bílé pečivo.

Kuřecí pomazánka se zeleninou

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 250 g pečeného kuřecího masa, 2–3 lžice smetany, 100 g syrové karotky, 50 g oloupaného jablka, citrónová šťáva, sůl, pepř
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme do pěny, přidáme semleté nebo jemně rozsekané kuřecí maso, smetanu, nastrouhanou karotku a jablko, trochu citrónové šťávy, sůl, pepř a vše metličkou prošleháme.

Různé pikantní pomazánky

Pařížská pomazánka

- **Suroviny:** 100 g másla nebo rostlinného tuku, 35 g uzeného lososa v oleji – drť, několik kapek citrónové šťávy (nebo 150 g kupovaného lososového másla), 100 g sýra Hermelín, 50 g čerstvých žampionů, 50 g jader vlašských ořechů, trochu paprikové Vegety, špetka pepře
- **Postup:** Máslo nebo rostlinný tuk vyšleháme s rozmixovaným nebo jemně rozsekaným uzeným lososem v oleji a několika kapkami citrónové šťávy, přidáme nastrouhaný sýr Hermelín, na malé kostičky nakrájené čerstvé žampiony, drobně rozsekaná jádra vlašských ořechů, trochu paprikové Vegety, špetku pepře a vše promícháme. Mažeme na chuťovky, krekery, různé pečivo a zdobíme petrželkou, sekanou pažitkou,

kapií, kouskem pomeranče, mandarinky, plátkem plněné olivy, nakládanou kukuřičkou a podobně.

Pomazánka diplomat

- **Suroviny:** 100 g majolky, 100 g šunky, 100 g sterilovaných žampionů, 2 vejce natvrdo, 30 g sardelových řezů, 1 lžička kaparů, 1/2 lžičky hořčice, sůl, pepř
- **Postup:** Do mísy vložíme majolku, jemně nakrájenou šunku, drobně rozsekané sterilované žampiony, hrubě nastrouhaná vejce, nejmenno nakrájené sardelové řezy, rozsekané kapary, hořčici, špetku soli a pepře. Vše promícháme a necháme chvíli v chladu rozležet. Mažeme na pečivo, chuťovky, kreker, knäckebrot nebo pomazánkou plníme rajčata, natvrdo uvařená vejce a podobně. Obměna: místo majolky můžeme použít stejné množství pomazánkového másla nebo jemného taveného sýra a dochutit krájenou cibulkou, pažitkou, čili kořením a podobně.

Šunková pomazánka s koňakem

- **Suroviny:** 100 g syrových vepřových jater, 30 g oleje, 250 g šunky, 75 g másla nebo rostlinného tuku, 3 vařená vejce, sůl, pepř, 0,3 dl Stock Brandy
- **Postup:** Nakrájená vepřová játra orestujeme na oleji do měkka a vychlazená semeleme společně se šunkou na masovém stroju. Změklé máslo vyšleháme do pěny, přidáme semletá játra se šunkou, jemně nastrouhané vařené vaječné žloutky, sůl, pepř, dobrý koňak nebo brandy a vše dobře prošleháme. Mažeme na bílou veku nebo chuťovky, sypeme drobně sekanými vařenými bílky a kapií.

Pikantní pomazánka z parmezánu

- **Suroviny:** 100 g másla, 200 g strouhaného Parmazánu, 1 lžice kečupu, 1/2 lžičky sardelové pasty, 1 lžička sekaných kaparů, 1 lžička sekané pažitky, trochu mleté papriky, sůl, podle potřeby 1–2 lžice smetany na zjemnění
- **Postup:** Máslo vyšleháme do pěny, přidáme nastrouhaný Parmazán, kečup, sardelovou pastu, sekané kapary, nasekanou pažitku, trochu mleté papriky, soli, podle potřeby smetanu a vše dobře prošleháme. Mažeme na chuťovky, zdobíme vajíčkem, sekanou šunkou, zeleninou a podobně.

Ďábelská hovězí pomazánka

- **Suroviny:** 100 g majolky, 200 g hovězího masa z konzervy, 100 g tvrdého sýra, 100 g čerstvých paprik, 80 g cibule, 1–2 feferonky, 2 stroužky česneku, sůl, pepř
- **Postup:** Do mísy vložíme majolku, jemně rozsekané maso z hovězí konzervy, nastrouhaný tvrdý sýr, jemně nakrájené papriky, cibule a feferonky, česnek utřený se solí, pepř a vše promícháme.

Pomazánka z uzeného úhoře

- **Suroviny:** 100 g majolky, 2 lžice krémové smetany, 300 g uzeného úhoře, 100 g syrové mrkve, vrchovatá lžička kaparů, 1 lžice citrónové šťávy
- **Postup:** V míse promícháme majolku s krémovou smetanou, přidáme nadrobno nakrájeného uzeného úhoře, nastrouhanou syrovou mrkev, jemně rozsekané kapary, citrónovou šťávu a vše zlehka promícháme. Mažeme na bílé pečivo, chuťovky, zdobíme vajíčkem a kapií.

Pomazánka kapitána Granta

- **Suroviny:** 100 g matjesového mlíčí, 200 g matjesového filé, 4 vejce natvrdo, 75 g cibule, 2 lžice oleje, 1 lžice hořčice, 1 lžice citrónové šťávy, pepř
- **Postup:** Matjesové mlíčí utřeme nožem, vložíme do mísy, přidáme jemně rozsekané matjesové filé, nastrouhaná vejce, jemně krájenou cibuli, olej, hořčici, citrónovou šťávu, pepř a vše metličkou prošleháme. Mažeme na chuťovky, večku, toasty, zdobíme kapií a nakládanou cibulkou.

Pomazánka Krakonošův oheň

- **Suroviny:** 100 g roztíratelného taveného sýra, 50 g majolky, 1 lžice hořčice, 100 g měkkého salámu, 30 g cibule, 2 feferonky, sůl, pepř

- **Postup:** Tavený sýr rozetřeme s majolkou a hořčicí, přidáme jemně rozsekaný měkký salám, jemně nakrájenou cibuli a feferonky, sůl, pepř a všechno dobře promícháme. Mažeme na kolečka rohlíků.

Ostrá pomazánka Rumcajs

- **Suroviny:** 400 g sterilovaného paprikového salátu, 50 g feferonek, 50 g sýra Eidam, 50 g cibule, 25 g hořčice, 25 g stolního oleje, 15 g mleté papriky, pepř, sůl
- **Postup:** Sterilovaný paprikový salát bez nálevu a feferonky jemně rozsekáme nebo semeleme, vložíme do vhodné nádoby, přidáme jemně krájenou cibuli, nastrouhaný sýr, hořčici, olej, mletou papriku, sůl, pepř a vše dobře promícháme. Pomazánku mažeme na toasty nebo topinky a zdobíme strouhaným sýrem a kapií.

Pomazánka Palivec

- **Suroviny:** 250 g měkkého tvarohu, 120 g másla, 0,5 dl piva, 50 g cibule, 30 g feferonek, mletá paprika, drcený kmín, sůl
- **Postup:** Měkký tvaroh vyšleháme se změklým máslem, postupně zašleháváme pivo, přidáme jemně krájenou cibuli a feferonky, mletou papriku, kmín, sůl a vše dobře promícháme.

Námořnická pomazánka

- **Suroviny:** 100 g měkkého salámu, 100 g anglické slaniny, 100 g matjesového filé, 50 g cibule
- **Postup:** Všechny suroviny semeleme na masovém stroju a promícháme. Mažeme na kolečka rohlíků, zdobíme vejcem, kapií a sekanou pažitkou.

Harlekýnská pomazánka (k plnění vek)

- **Suroviny:** 100 g taveného sýra, 150 g rostlinného tuku, 20 g sardelové pasty, 100 g šunkového salámu, 50 g turistického trvanlivého salámu, 50 g tvrdého sýra, 50 g sterilovaných okurek, 25 g kapií, 1 vejce natvrdo, 30 g vařené mrkve
- **Postup:** Tavený sýr a rostlinný tuk vyšleháme se sardelovou pastou, přidáme všechny ostatní suroviny nakrájené na malé kostičky a promícháme. Touto pomazánkou naplníme vydlanou bílou veku, necháme ztuhnout a krájíme na plátky. Pomazánka je vhodná i do různých roládiček.

Masová pomazánka se zeleným pepřem

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 200 g hovězího nebo vepřového masa z konzervy, 50 g tvrdého sýra, 2 lžice smetany, 1/2 lžičky nakládaného zeleného pepře
- **Postup:** Změklý rostlinný tuk vyšleháme, přidáme jemně rozsekané maso z konzervy, strouhaný tvrdý sýr, smetanu, rozsekaný nakládaný zelený pepř a vše dobře promícháme. Mažeme na bílé i tmavé pečivo, chuťovky a zdobíme ředkvičkami, pórkem, mandarinkou, paprikou aj.

Houbová pomazánka se šunkou

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 400 g čerstvých hub nebo žampionů, sůl, pepř, 100 g šunky nebo šunkového salámu, 1 lžička sekané pažitky, trochu citrónové šťávy

- **Postup:** Na rostlinném tuku podusíme jemně usekané čerstvé houby nebo žampiony, osolíme, opepříme, přidáme jemně nakrájenou šunku, trochu prohřejeme, vložíme sekanou pažitku nebo petrželku, zakápneme citrónovou šťávou a promícháme. Pomazánku nanášíme na chléb pomazaný máslem a zdobíme plátky rajčat.

Houbová pomazánka s masem

- **Suroviny:** 40 g rostlinného tuku, 100 g cibule, 350 g čerstvých hub, sůl, 200 g hovězího nebo vepřového masa z konzervy, 100 g čerstvých paprik, 2–3 lžice kečupu, 2 stroužky česneku, trochu mleté papriky, pepř
- **Postup:** Na rostlinném tuku zpěníme nakrájenou cibuli, přidáme nakrájené houby, osolíme, krátce podusíme, pak přidáme na malé kostičky nakrájené maso z konzervy, drobně nakrájené papriky, kečup, utřený česnek, mletou papriku, pepř a vše ještě společně podusíme. Podle potřeby zakápneme vodou. Mažeme na toasty nebo topinky, zdobíme strouhaným sýrem nebo sekanou pažitkou.

Houbová pomazánka s česnekem

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 80 g cibule, 3 stroužky česneku, 350 g čerstvých hub, sůl, pepř, 2–3 vejce, 50 g strouhaného sýra, sekaná pažitka
- **Postup:** Na rostlinném tuku zpěníme nakrájenou cibuli a nasekaný česnek, přidáme nakrájené houby, osolíme, opepříme, podusíme doměkka, pak zalijeme rozšlehanými vejci a za stálého míchání necháme ztuhnout. Odstavíme z plotny a mažeme na pečivo, toasty, topinky, zdobíme strouhaným sýrem nebo sekanou pažitkou.

Vaječné pomazánky

Rychlá vaječná pomazánka

- **Suroviny:** 100 g rostlinného tuku, 3 vejce natvrdo, 50 g měkkého salámu, 1 lžička hořčice, sůl, pepř, citrónová šťáva, pažitka
- **Postup:** Do vyšlehaného rostlinného tuku nastroujeme nahrubo vejce, přidáme jemně nakrájený salám, hořčici, několik kapek citrónové šťávy, sůl, pepř a vše promícháme.

Vaječná pomazánka se salámem

- **Suroviny:** 100 g rostlinného tuku, 1 lžice hořčice, 1 lžička sardelové pasty, 3 vejce natvrdo, 100 g měkkého salámu, 50 g sterilovaných okurek, 50 g sterilovaných kapií, pažitka, sůl
- **Postup:** Změklý rostlinný tuk vyšleháme s hořčicí a sardelovou pastou, přidáme nastrovaná vejce, drobně nakrájený salám, okurky a kapie, nasekanou pažitku a sůl. Vše dobře promícháme.

Vaječná pomazánka se zeleninou

- **Suroviny:** 100 g tatarské omáčky, 4 vejce vařená natvrdo, 100 g ředkviček nebo kedlubnů, 1 lžička hořčice, pepř, sůl, sekaná pažitka
- **Postup:** Do mísy vložíme tatarskou omáčku, přidáme nasekaná nebo hrubě nastrovaná vejce, nastrované ředkvičky nebo kedlubny, hořčici, pepř, sůl, pažitku a vše promícháme. Můžeme doplnit 50 g šunkového salámu a troškou mleté papriky.

Pomazánka z míchaných vajčiček se žampiony

- **Suroviny:** 30 g rostlinného tuku, 75 g cibule, 100 g žampionů, 75 g měkkého salámu, 4 vejce, sůl, pepř
- **Na ozdobu:** Pažitka, kečup, sladkokyselé okurky, čerstvá zelenina aj.
- **Postup:** Na rostlinném tuku zpěníme nakrájenou cibulku, přidáme nakrájené žampiony, drobně nakrájený salám, vše trochu orestujeme, pak zalijeme rozšlehanými vejci, osolíme, opepříme a za stálého míchání necháme srazit. Mažeme na bílé i tmavé pečivo a na topinky. Zdobíme sekanou pažitkou nebo kečupem, sladkokyselou okurkou nebo čerstvou zeleninou.

Domácí pomazánka z míchaných vajčiček

- **Suroviny:** 40 g rostlinného tuku, 100 g cibule, 200 g čerstvých paprik (zelené, červené), 100 g šunkového salámu, 4 vejce, sůl, pepř, pažitka

- **Postup:** Na rostlinném tuku zpěníme nakrájenou cibuli, přidáme na kostičky nakrájené papriky, trochu orestujeme. Pak přidáme na kostičky nakrájený salám, za stálého míchání necháme trochu roztavit, vše zalijeme rozšlehanými vejci, osolíme, opepříme a za stálého míchání necháme zhoustnout. Mažeme na pečivo nebo topinky a posypeme sekanou pažitkou.

Pomazánky z ryb a mořských živočichů

Pomazánka z kapra

- **Suroviny:** 300 g vařeného kapra, 150 g majolky, 100 g syrového celeru, 100 g syrové mrkve, 50 g cibule, citrónová šťáva, worcester, sůl
- **Postup:** Vařeného kapra zbavíme kůže, vykostíme, drobně nakrájíme, přidáme majolku, nastrovaný celer a mrkev, pokrájenou cibuli, citrónovou šťávu, sůl a několik kapek worcestru. Vše společně promícháme a v chladu necháme chvíli proležet. Podáváme s bílým pečivem.

Jihočeská rybí pomazánka

- **Suroviny:** 400 g kapra (tolstolobika), 40 g stolního oleje, 60 g sterilovaného celeru, 40 g sterilovaných kapií, 50 g cibule, 1 lžička hořčice, sůl, pepř
- **Postup:** Pečenou nebo uvařenou rybu vykostíme, nadrobno rozsekáme, přidáme stolní olej, nadrobno rozsekaný sterilovaný celer a kapie, jemně krájenou cibuli, hořčici, sůl, pepř a vše promícháme. Necháme v chladu proležet.

Pomazánka z tolstolobika

- **Suroviny:** 500 g tolstolobika nebo kapra, 100 g majolky, 200 g sterilované zeleniny Kunovjanka, 50 g cibule, lžice hořčice, citrónová šťáva, sůl, pepř, ocet, cukr, worcester, (feferonky)
- **Postup:** Tolstolobika (nebo kapra) upečeme nebo uvaříme ve slané vodě a necháme vychladit. Stáhneme kůži, vykostíme, nadrobno nakrájíme, přidáme nejmenší rozsekanou sterilovanou zeleninu Kunovjanka, majolku, nakrájenou cibuli, hořčici, citrónovou šťávu, lžičku octa a cukru, sůl, pepř a několik kapek worcestru. Kdo má rád ostré, přidá feferonky. Vše dobře promícháme a necháme v chladu proležet. Mažeme na chlebičky, obložíme zeleninou a vejcem.

Dobrá sardinková pomazánka

- **Suroviny:** 100 g másla nebo rostlinného tuku, 250 g rybiček v oleji (větší kulatá konzerva), 2 vejce natvrdo, 100 g sladkokyselých okurek, 50 g cibule, 2 lžičky hořčice, citrónová šťáva, sůl, pepř
- **Postup:** Máslo vyšleháme do pěny, přidáme rybičky v oleji, nahrubo nastrovaná vejce, jemně nakrájené okurky, drobně krájenou cibuli, hořčici, citrónovou šťávu, sůl, pepř a vše dobře prošleháme.

Sardinková pomazánka se zeleninou

- **Suroviny:** 2 lžice majolky, 2 lžice bílého jogurtu, 125 g sardinek v oleji, 100 g syrové karotky, 50 g syrového celeru, 40 g cibule, 1 lžička hořčice, trochu citrónové šťávy, pepř, sůl

- **Postup:** V míse zlehka promícháme majolku s bílým jogurtem a sardinkami, přidáme strouhanou syrovou karotku a celer, jemně nakrájenou cibuli, hořčici, trochu citrónové šťávy, pepř, špetku soli a vše promícháme.

Sardinková pomazánka s olivami

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 100 g sýra Lučina nebo jemného tvarohu, 125 g olejovek, 5 kusů sterilovaných plněných oliv s paprikou, 50 g cibule, citrónová šťáva, sůl, bílý pepř
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme s Lučinou, přidáme přesekané olejovky, drobně nakrájené plněné olivy, jemně krájenou cibuli, citrónovou šťávu, sůl, pepř a vše promícháme. Můžeme přidat i 50 g čerstvé kapie a 1 natvrdo uvařené vejce.

Rybí pomazánka se sýrem

- **Suroviny:** 250 g rybiček v oleji, 100 g taveného sýra, 100 g pomazánkového másla, 50 g cibule, 1 lžice hořčice, citrónová šťáva, mletá paprika, sůl
- **Postup:** Rybičky i s olejem vyšleháme s taveným sýrem a pomazánkovým máslem. Přidáme nakrájenou cibuli, hořčici, citrónovou šťávu, papriku a sůl.

Pomazánka z tuňáka s Lučinou a kapary

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 200 g krémového sýra nebo Lučiny, 150 g tuňáka v oleji, 2 vejce natvrdo, 1 lžička kaparů, 1 lžička hořčice, citrónová šťáva, sůl, pepř
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme s krémovým sýrem, přidáme drobně rozsekaného tuňáka v oleji, nastrovaná vařená vejce, rozsekané kapary, hořčici, trochu citrónové šťávy, sůl, pepř a vše promícháme. Zdobíme sekanou pažitkou.

Pomazánka z tuňáka a zeleniny

- **Suroviny:** 100 g majolky, 150 g tuňáka v oleji, 100 g čerstvých paprik (zelené, červené), 50 g čerstvých okurek hadovek, 50 g cibule, 1–2 vejce natvrdo, citrónová šťáva, sůl, pepř
- **Postup:** Do mísy vložíme majolku, na malé kostičky nakrájeného tuňáka v oleji, nadrobno nakrájené zelené a červené papriky, na malé kostičky nakrájenou okurku hadovku i s kůží, jemně krájenou cibuli, nastrovaná vejce, trochu citrónové šťávy, sůl, pepř a vše promícháme.

Pomazánka z tresčích jater

- **Suroviny:** 250 g tresčích jater, 50 g tvrdého sýra, 50 g cibule, 2 vejce natvrdo, 1 lžice hořčice, sekaná pažitka, sůl
- **Postup:** Tresčí játra rozetřeme s hořčicí, přidáme jemně pokrájenou cibuli, pažitku, strouhaný tvrdý sýr, strouhaná vejce a sůl. Můžeme vylepšit kouskem másla.

Pomazánka z tresčích jater s kapary

- **Suroviny:** 50 g másla nebo rostlinného tuku, 250 g tresčích jater, 100 g cibule, půl lžičky kaparů, 2 vejce natvrdo, 1 lžice sekané pažitky, citrónová šťáva, sůl
- **Postup:** V míse vyšleháme změkklé máslo s tresčími játry, přidáme jemně nakrájenou cibuli, rozsekané kapary, strouhaná vejce, sekanou pažitku, trochu citrónové šťávy, sůl a vše promícháme. Mažeme na chléb, pečivo, chuťovky, zdobíme ředkvičkami, rajčaty, paprikami a jinou zeleninou. (Kapary můžeme zaměnit za 100 g čerstvých paprik.)

Tomatová rybí pomazánka

- **Suroviny:** 250 g rybiček v tomatě, 100 g másla, 80 g cibule, 1 lžička hořčice, pažitka, sůl, pepř
- **Postup:** Do vyšlehaného másla vmícháme rybičky v tomatě, nakrájenou cibuli, hořčici, sekanou pažitku, sůl a pepř.

Tomatová rybí pomazánka s celerem

- **Suroviny:** 100 g majolky, 250 g rybiček v tomatě, 100 g vařeného celeru, 2 vejce natvrdo, 50 g cibule, citrónová šťáva, sůl, pepř, 1 lžice kečupu



Tuňák v oleji



Tuňáková pomazánka s kapary

- **Postup:** Do mísy vložíme majolku, přesekané rybičky v tomatě i s nálevem, drobně nakrájený vařený celer, nastrouhaná vejce, jemně krájenou cibuli, trochu citrónové šťávy, soli, pepře, lžící kečupu a vše promícháme.
- **Obměna:** místo celeru použijeme 100g čerstvých paprik nebo 100g sladkokyselých okurek.

Lososová pomazánka s kapií

- **Suroviny:** 50g rostlinného tuku, 100g sýra Lučina, 100g uzeného lososa – drť, 50g sterilované kapii, 50g cibule, 2 vejce natvrdo, pepř
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme se sýrem Lučina, přidáme jemně rozsekaného lososa, jemně nakrájenou sterilovanou kapii a cibuli, nastrouhaná vejce, pepř, podle potřeby sůl a vše promícháme.

Lososová pomazánka se sýrem

- **Suroviny:** 50g rostlinného tuku, 200g lososa ve vlastní šťávě, 50g smetany, 100g tvrdého sýra, pepř, 0,2dl koňaku
- **Postup:** Změklý rostlinný tuk vyšleháme s rozdrobeným lososem a smetanou, přidáme jemně nastrouhaný tvrdý sýr, špetku pepře, koňak a vše dobře prošleháme.

Sardelová pomazánka s vejci

- **Suroviny:** 250g pomazánkového másla, 50g sardelových řezů nebo oček, 2 vejce natvrdo, 30g cibule, 1 lžička hořčice, mletá paprika
- **Postup:** Do pomazánkového másla lehce vmícháme nadrobno nakrájené sardelové řezy a cibuli, hrubě nastrouhaná vejce, hořčici a trochu mleté papriky. Nakonec vmícháme olej z oček.

Humrová pomazánka z rybího filé

- **Suroviny:** 300g mraženého rybího filé, 40g oleje, 100g celeru (vařeného, sterilovaného, syrového), 200g majolky, citrónová šťáva, ocet, cukr, sůl, worcester
- **Postup:** Rybí filé upečeme v troubě na oleji, vychladlé rozdrobíme nebo jemně nakrájíme, přidáme nastrouhaný nebo jemně rozsekaný celer, majolku, citrónovou šťávu, trochu octa, špetku cukru, sůl, několik kapek worcestru. Vše dobře promícháme.

Nepravá humrová pomazánka se zeleninou

- **Suroviny:** 50g rostlinného tuku, 300g rybího filé, 50g uzeného lososa v oleji – drť, 150g majolky, 100g syrové mrkve, 75g syrového celeru, 40g cibule, trochu citrónové šťávy, špetka cukru, sůl, pepř
- **Postup:** Na rostlinném tuku podusíme rybí filé a vychladlé jemně rozsekáme. Přidáme rozsekaného uzeného lososa v oleji, majolku, nastrouhanou syrovou mrkev a celer, jemně krájenou cibuli, citrónovou šťávu, cukr, sůl, pepř a vše dobře promícháme.

Humrová pomazánka s vejci

- **Suroviny:** 250g krabů ve vlastní šťávě (konzerva), 200g majolky, 2 vejce natvrdo, 60g celeru (vařeného, sterilovaného), 40g cibule, sůl, citrónová šťáva, špetka cukru, worcester
- **Postup:** Okapané a vykostěné krabí maso rozdrobíme, přidáme majolku, nastrouhaná vejce, jemně rozsekaný celer, jemně nakrájenou cibuli, sůl, citrónovou šťávu, špetku cukru, několik kapek worcestru a vše dobře promícháme.

Pomazánka z krevetek s vejci

- **Suroviny:** 100–150g majolky, 200g konzervovaných krevetek, 3 vejce natvrdo, 50g cibule, 1 lžička citrónové šťávy, několik kapek worcestru, sůl, pepř
- **Postup:** Do mísy vložíme majolku, okapané krevetky, nastrouhaná vejce natvrdo, nakrájenou cibuli, citrónovou šťávu, worcester, sůl, pepř a vše promícháme.

Pomazánka z krabích tyčinek I.

- **Suroviny:** 50g rostlinného tuku, 150g sýra Lučina, 100g krabích tyčinek, 30g syrové mrkve, 70g čerstvých okurek hadovek, sůl, pepř, trochu citrónové šťávy

- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme s Lučinou, přidáme na drobné kostičky nakrájené krabí tyčinky, nastrouhanou syrovou mrkev, na drobné kostičky nakrájenou okurku hadovku i s kůží, špetku soli, pepře, pár kapek citrónové šťávy a vše promícháme. Podle potřeby zjemníme troškou smetany nebo mléka. Pomazánku mažeme na pečivo, chuťovky, kreker, pomazánkou můžeme plnit vydlabaná rajčata nebo ji navršit na půlky vařených vajec. Obměna: mrkev a okurky zaměníme za čerstvé paprikové lusky, pórek a pažitku.

Pomazánka z krabích tyčinek II.

- **Suroviny:** 100g pomazánkového másla, 100g sýra Lučina, 100g krabích tyčinek (krabího masa, krevetek), 50g uzeného lososa v oleji nebo 50g krabí pasty, 50g strouhané karotky nebo celeru, zelená petrželka, bílý pepř, sůl, citrónová šťáva
- **Postup:** Pomazánkové máslo utřeme s Lučinou, přidáme na drobné kostičky nakrájené krabí tyčinky nebo přesekané krabí maso, podle zvážení buď drobně sekaného uzeného lososa v oleji nebo krabí pastu, jemně strouhanou syrovou karotku nebo celer, trochu zelené sekané petrželky, okořeníme špetkou bílého pepře, podle potřeby přisolíme, zakápneme citrónovou šťávou a vše společně promícháme.

Sladké pomazánky

Banánová pomazánka

- **Suroviny:** 100g krémového sýra Lučina, 2 lžíce medu, 1 menší banán, citrónová šťáva
- **Postup:** Krémový sýr utřeme s medem, přidáme vidličkou rozmělněný banán, trochu citrónové šťávy a vše promícháme. Mažeme na sladké pečivo.

Meruňková pomazánka s karotkou

- **Suroviny:** 250g měkkého tvarohu, 150g kompotovaných meruněk, 2 lžíce cukru, 100g karotky, citrónová šťáva
- **Postup:** Měkký tvaroh vyšleháme s kompotovanými meruňkami a troškou šťávy z kompotu, přidáme cukr, jemně nastrouhanou karotku, citrónovou šťávu a vše dobře promícháme. Podáváme s piškoty.

Tvarohová pomazánka s jahodami

- **Suroviny:** 250g měkkého tvarohu, 1 lžíce jahodového džemu (nebo ovocné šťávy), 70g moučkového cukru, 100g zahradních jahod
- **Postup:** Měkký tvaroh vyšleháme s džemem nebo sirupem, postupně zašleháme cukr a rozetřené jahody.

Tvarohová pomazánka s jablky

- **Suroviny:** 50g rostlinného tuku, 250g měkkého tvarohu, lžíce cukru, 1 lžíce meruňkového (nebo jiného) džemu, 150g oloupaných jablek
- **Postup:** Změklý rostlinný tuk vyšleháme s měkkým tvarohem, cukrem, džemem a nakonec vmícháme jemně nastrouhaná jablka.

Pomazánka z jižního ovoce

- **Suroviny:** 250 g měkkého tvarohu, 2–3 lžíce smetany, 1 lžíce cukru, 2 lžíce včelího medu, 1 banán, 1–2 kiwi nebo 100 g ananasového kompotu
- **Postup:** Měkký tvaroh utřeme se smetanou, cukrem a medem, přidáme drobně nakrájený banán, kiwi nebo ananas, vše zlehka promícháme a mažeme na plátek vánočky, na sušenky nebo bílé pečivo.

Borůvková pomazánka

- **Suroviny:** 250 g měkkého tvarohu, 3 lžíce krémové smetany, lžíce cukru, trochu citrónové šťávy, 250 g čerstvých borůvek
- **Postup:** Měkký tvaroh vyšleháme se smetanou a cukrem, přidáme borůvky, zakápneme citrónovou šťávou a zlehka promícháme. Mažeme na bílé pečivo.

Pomazánka z vlašských ořechů

- **Suroviny:** 50 g rostlinného tuku, 250 g měkkého tvarohu, 1 lžíce moučkového cukru, 1/2 sáčku vanilkového cukru, 2 lžíce medu, 75 g sekaných jader vlašských ořechů
- **Postup:** Rostlinný tuk vyšleháme s měkkým tvarohem, přidáme moučkový cukr, vanilkový cukr, včelí med, rozsekaná jádra vlašských ořechů a promícháme. Podle potřeby zjemníme mlékem.

CHUŤOVKY

Chuťovky jsou nejmenším studeným občerstvením. Pro svoji pestrost a jednoduché servírování jsou velmi oblíbené. Do hotových chuťovek vpičujeme párátka nebo ozdobná bodla. Upravují se na různých podkladech – nejčastěji na kolečku rohlíku, na chlebu, na kostce sýra, na plátku čerstvé okurky, na slané sušence, na kousku grilovaného masa.

CHUŤOVKY SE ŠUNKOVOU PĚNOU

- **Suroviny:** 50 g rohlíků, 50 g šunky, 40 g másla, 20 g smetany ke šlehání, sladkou papriku mletou, pepř, sůl, okurky a kapie na dozdobení, 10 párátek
- **Postup:** Rozměkklé máslo vyšleháme do pěny s paprikou a pepřem za postupného přidávání smetany, přidáme najemno umletou šunku, sůl a vše našleháme. Z rohlíku nakrájíme šikmým řezem plátky, naneseme sáčkem s vroubkovanou trubičkou šunkovou pěnu. Ozdobíme okurkou a kapií. Upevníme párátkem.

CHUŤOVKY SE ŠLEHANOU NIVOU

- **Suroviny:** 50 g rohlíků, 80 g Nivy, 25 g másla, 10 g mléka, 10 kuliček hroznového vína, kapie, pažitka, 10 párátek
- **Postup:** Nastrouhanou Nivu smícháme s máslem, přidáme mléko a jemně nasekanou pažitku. Vyšleháme v hladký a lehký krém. Z rohlíků nakrájíme šikmým řezem plátky, sáčkem s vroubkovanou trubičkou na ně naneseme šlehanou Nivu. Dozdobíme hroznovým vínem a kapií, upevníme párátkem.

Chuťovky sýrové

Chuťovka sýrová kořeněná

Kostku tvrdého sýra posypeme mletou paprikou nebo hrubě mletým pepřem.

Chuťovka sýrová s ředkvičkou

Kostku sýra ozdobíme půlkou nebo celou ředkvičkou.

Chuťovka sýrová s ananasem

Na kostku sýra připevníme párátkem kousek ananasu.



Chuťovky se šunkovou pěnou



Chuťovky se šlehanou Nivou

Chuťovka sýrová s vlašským ořechem

Na kostku sýra položíme půlku vlašského ořechu, podmazaného kouskem másla.

Chuťovka sýrová s mandarinkou

Na kostku sýra připevníme párátkem kousek mandarinky.

Chuťovka sýrová s olivou

Na kostku sýra připevníme párátkem půlku plněné olivy.

Chuťovka sýrová s klobásou

Kostku sýra ozdobíme plátkem klobásy a kapií.

Chuťovka sýrová s broskví

Kostku sýra ozdobíme kouskem broskve nebo meruňky.

Chuťovka sýrová s nakládaným hříbečkem (žampionem)

Na kostku sýra připevníme párátkem kousek hříbku nebo sterilovanou žampionovou hlavičku.

Chuťovka sýrová s višní

Kostku sýra ozdobíme nakládanou nebo čerstvou višní.

Chuťovka sýrová s cibulkou a kapií

Kostku sýra ozdobíme nakládanou cibulkou a kapií.

Chuťovka sýrová s kapií

Kostku sýra ozdobíme trojúhelníčkem čerstvé kapie

Chuťovka sýrová s jahodou

Na kostku sýra připevníme párátkem jahodu.

Chuťovka sýrová se salámem

Na kostku sýra připícheme kostičku suchého salámu.

Chuťovka sýrová s kukuřicí

Kostku sýra ozdobíme nakládanou kukuřicí.

Chuťovka sýrová s játrovou paštikou

Na kostku sýra klademe čtvereček játrové paštiky a kapičku brusinek.

Chuťovka sýrová s anglickou slaninou

Kostku sýra ozdobíme malým srolovaným plátkem slaniny a opaprikujeme.

Chuťovka sýrová s čerstvou okurkou

Kostku sýra ozdobíme tenkým plátkem čerstvé okurky, kterou stočíme do kornoutku.

Chuťovka sýrová s feferonkou

Kostku sýra ozdobíme kouskem čerstvé nebo sterilované feferonky.

Chuťovky pomazánkové

Chuťovky s pomazánkami připravujeme většinou s kolečky z rohlíku. Pomazánky nanášíme na rohlík lehce vidličkou nebo pomocí sáčku s ozdobnou trubičkou. Chuťovky doplňujeme vhodnou ozdobou.

Chuťovka s pažitkovou Lučinou

Na kolečko rohlíku nanese pažitkovou Lučinu, ozdobíme kostičkou z tvrdého sýra nebo kouskem kapie.

Chuťovka s ředkvičkovým pomazánkovým máslem

Na kolečko rohlíku nanese ředkvičkové pomazánkové máslo, ozdobíme kouskem vejce uvařeným natvrdo a petrželkou.

Chuťovka s máslovou Lučinou s křenem

Na kolečko rohlíku nanese křenovou Lučinu, ozdobíme na drobné nudličky krájenou šunkou nebo trvanlivým salámem. Přidáme kousek kapie a petrželky.

Chuťovka s máslovou Lučinou a ovocem

Na kolečko rohlíku nanese sáčkem máslovou Lučinu, ozdobíme višní nebo kouskem pomeranče, ananasu nebo ořechem.

Chuťovka humrová

Na kolečko rohlíku pomazaného máslem položíme kolečko vejce nebo okurky, navršíme humrovou pomazánku z rybího filé a ozdobíme kapií, citronem nebo petrželkou.

Chuťovka pivní

Na kolečko rohlíku nanese pomazánku z Romadúru a ozdobíme burskými oříšky.

Chuťovka česneková

Na kolečko rohlíku nanese česnekovou pomazánku, ozdobíme kapií a petrželkou.

Chuťovka játrová s brusinkami

Kolečko rohlíku potřeme játrovou pěnou, posypeme strouhaným křenem a ozdobíme brusinkami.

Chuťovka s játrovou pěnou a mandlí

Na kolečko rohlíku nanese játrovou pěnu a ozdobíme praženými mandlemi.

Chuťovka s čabajskou pěnou

Na kolečko rohlíku položíme kolečko čerstvé okurky, na ně nanese čabajskou pěnu, ozdobíme petrželkou. Místo okurky můžeme dát kolečko vejce.

Chuťovka s rokfórovou pěnou

Na kolečko rohlíku nanese sáčkem rokfórovou pěnu a ozdobíme ořechem nebo ananasem

Chuťovky ostatní**Chuťovka se slaninou**

Na kolečko rohlíku položíme plátek slaniny obalený v mleté paprice a přizdobíme kouskem čerstvé zelené papriky. Může být i kolečko cibule.

Chuťovka s klobásou

Kolečko rohlíku potřeme křenovou pomazánkou, přidáme kolečko okurky, plátek klobásy a kousek kapie.

Chuťovka se salámem

Kolečko rohlíku potřeme některou pomazánkou (křenovou, pažitkovou) a ozdobíme.

Ozdoba: Kolečko salámu nakrojíme do poloviny, stočíme v kornoutek, který naplníme strouhaným křenem nebo kouskem vajíčka, vějířkem okurky ap.

Ozdoba: Kolečko okurky, na čtyřikrát přehnuté kolečko salámu, čerstvá paprika.

Ozdoba: Silnější kolečko trvanlivého salámu překrojíme na trojúhelníky, ozdobíme okurkou, kapií, nakládanou cibulkou, hříbkem, feferonkou ap.

Chuťovka s kyselou rybou

Kolečko rohlíku potřeme máslem, na ně položíme kolečko okurky, řez z kyselé ryby, kolečko cibule, kousek kapije.

Chuťovka s olejovkou (šprotem)

Kolečko rohlíku potřeme lososovým máslem, přidáme kolečko vejce, kousek olejovky nebo šprotu, ozdobíme cibulí a kouskem kapije.

Chuťovka s uzeným lososem

Kolečko rohlíku potřeme máslem, na ně položíme kolečko z vejce uvařeného natvrdo, navršíme kopičku uzené lososové drti a ozdobíme kolečkem cibule a kapií.

Chuťovka s vlašským salátem

Kolečko rohlíku namázneme vlašským salátem, pokapeme tatarskou omáčkou, posypeme strouhaným vejcem, ozdobíme sekanou pažitkou nebo kapií.

Chuťovka pivařská

Kolečko rohlíku pomázneme máslem, na ně položíme plátek pivního sýra nebo romadúru, opaprikujeme, opepříme a ozdobíme kolečky cibule a kapije.

Chuťovka flamendr

Kolečko rohlíku potřeme pomazánkou Flamendr, ozdobíme čerstvou paprikou a petrželkou.

Chuťovka se sardelovým očkem

Kolečko rohlíku potřeme máslem, na ně položíme kolečko okurky, sardelové oko, kolečko cibule a kousek kapije.

Chuťovka plněný žampion

Mezi dvě hlavičky sterilovaných žampionů nastříkáme sáčkem sardelové máslo, šunkovou nebo játrovou pěnu. Spojíme párátkem.

Chuťovka s hermelínem

Na kolečko rohlíku klademe párátkem trojúhelníčky z hermelínu namočené v majonézovém přelivu a obalené v mletých ořechách.

Chuťovka z krekerů

Mezi dva krekerky nebo slané sušenky nanese se sáčkem česnekovou, salátovou nebo jinou pomazánku. Navrch ozdobíme vlašským nebo lískovým oříškem, který zespodu podmázneme pomazánkou.

Chuťovka plněný ořech

Mezi dvě poloviny vlašských ořechů nanese se syrovou náplň a spojíme.

Sýrová náplň: 100 g strouhaného ementálu promícháme s 50 g másla, troškou mleté papriky a pepře.

Chuťovka s kaviárem

Kolečko rohlíku potřeme máslem, na ně položíme kolečko vejce uvařeného natvrdo, navršíme kopičku kaviáru, přizdobíme kapií a petrželkou nebo citronem.

Chuťovka mrkvová s křenem

Na kolečka rohlíků nanese se vidličkou mrkvovou pomazánku s křenem a ozdobíme kouskem ananasu nebo mandarinky. Můžeme přizdobit i šlehačkou a lískovým oříškem.

Chuťovka kuřecí s křenem

Na kolečka z bagety nanese se vidličkou pomazánku z kuřecího salámu, zdobíme kapií, kouskem kiwi nebo pomeranče, petrželkou apod.

Chuťovka s lososovou pěnou

Na kolečka rohlíků nastříkáme sáčkem lososovou pěnu, ozdobíme plátkem sterilovaných žampionů, kapií, petrželkou, mandarinkou, vlašským ořechem, kaviárem ap.

Chuťovka se šlehanou nivou

Na kolečka rohlíků nastříkáme rokfórovou pěnu, ozdobíme kouskem ananasu, třešní, hroznovým vínem, plněnou olivou, ředkvičkou, rajčetem, vlašským ořechem.

Chuťovka z krabích tyčinek

Na kolečka z bagety nanese se vidličkou pomazánku z krabích tyčinek, ozdobíme kostičkami z krabích tyčinek a petrželkou nebo kouskem rajčete, plátky plněných oliv, nakládanou kukuřičkou, vajíčkem ap.

OBLOŽENÉ CHLEBÍČKY

Obložené chlebíčky jsou i u nás velmi oblíbené. Mohou se podávat ke každé příležitosti, v kteroukoliv denní nebo večerní dobu. Jsou vhodné k nápojmům, jako je čaj, pivo nebo víno. Na chlebíčky můžeme použít bílou i tmavou večku. Chlebíčky mohou být zcela jednoduché, s některou pomazánkou a malou ozdobou, nebo složitější s více druhy potravin. Uvedené receptury jsou na 10 chlebíčků.

CHLEBÍČEK S BRAMBOROVÝM SALÁTEM A ŠUNKOU

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 190 g bramborového salátu, 200 g šunky dušené, 50 g vajec vařených, 50 g okurka salátová, 50 g kapije, 50 g cherry rajčata
- **Postup:** Bílou veku nakrájíme šikmým řezem na stejně silné krajíčky, které potřeme bramborovým salátem, ozdobíme plátkem dušené šunky tvarované do kornoutku, plátkem okurky, měsíčkem cherry rajčete a kouskem kapije. V sezóně možno přizdobit snítkou čerstvé petrželové natě.

Chlebíček salámový s vlašským salátem

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 200 g měkkého salámu, 150 g vlašského salátu, 2 vejce natvrdo, 100 g okurky, kapije
- **Postup:** Z každé strany chlebíčku položíme přehnuté kolečko salámu, do středu navršíme kopičku vlašského salátu, ozdobíme z každé strany kolečkem vejce, vějířky okurky a kapií.

Chlebíček salámový s rybou

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 100 g měkkého salámu, 150 g bramborového salátu, 50 g sýra, 100 g kyselé ryby, kapije
- **Postup:** Na konec každého plátku veku položíme přehnuté kolečko salámu, zbytek chlebíčku pomázneme bramborovým salátem, šikmo přes sebe poklademe plátek sýra a kyselé ryby a ozdobíme kapií.

CHLEBÍČEK S DEBRECÍNSKOU PEČENÍ

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 200 g vlašského salátu, 150 g debrecínské pečeně, 50 g okurky sterilované, 30 g kapie, 10 g čerstvé petrželové nati
- **Postup:** Bílou veku nakrájíme šikmým řezem na stejně silné krajíčky, které potřeme vlašským salátem, ozdobíme plátkem debrecínské pečeně tvarované do kornoutku, vějířkem okurky, kouskem kapie, snít-kou čerstvé petrželové natě.

Chlebiček s polským salámem

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 250 g bramborového salátu, 150 g polského salámu, 1 vejce natvrdo, 100 g okurky, kapie
- **Postup:** Celou plochu chlebičku pomažeme bramborovým salátem a poklademe tenkými kolečky polského salámu. Ozdobíme kolečkem vejce nebo plátkem sýra, vějířkem okurky a kouskem kapie.

Chlebiček s vysočinou nebo poličanem

- **Suroviny:** 10 plátků bílé veku, 70 g másla, 150 g salámu vysočina nebo poličan, 100 g okurky, 80 g tvrdého sýra, mletá paprika, kapie
- **Postup:** Plátek veku potřeme máslem (křenové i jinak ochucené), tenká kolečka salámu nakrojíme do poloviny nožem a uděláme kornoutky, které v počtu 3–4 kornoutků upravíme proti sobě na konci chlebičku. Před kornoutky klademe vějířek z okurky, plátek sýra ukro-jený vroubkovaným nožem a namočený na koncích v mleté paprice a kousek kapie.

Chlebiček s anglickou slaninou a cibulí

- **Suroviny:** 10 plátků bílé veku, 100 g hořčicového másla, 150 g anglické slaniny, 50 g cibule, 100 g okurky, mletá paprika, kapie
- **Postup:** Plátky bílé veku pomažeme hořčicovým máslem, vkusně poklademe plátky anglické slaniny, ozdobíme kolečky cibule, která opaprikujeme, přizdobíme vějířkem okurky a kapií.

Chlebiček se šunkou, sýrem a olejovkami

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 100 g másla, 150 g šunky, 100 g plátkového sýra, 100 g olejovek, 50 g okurky, 1 vejce natvrdo, kapie
- **Postup:** Plátek veku pomázneme máslem (pažitkové, křenové), z jedné strany položíme přehnutý plátek šunky, z druhé plátek sýra, dopro-střed dáme kousek olejovky, přizdobíme okurkou, plátkem vejce a kapií.

Chlebiček s uherským salámem

- **Suroviny:** 10 plátků bílé veku, 75 g másla, 100 g uherského salámu, 100 g kapie, 1 vejce natvrdo, 100 g rajčat, petrželka
- **Postup:** Plátky veku potřeme máslem a poklademe kolečky uherského salámu. Na něj klademe velmi tenká kolečka z čerstvé papriky, kolečko vejce, kolečko rajčete a zelenou petrželku.

Chlebiček s uzenou krkovičkou

- **Suroviny:** 10 plátků bílé veku, 200 g bramborového salátu, 150 g vařené uzené krkovičky, 100 g okurky, 100 g rajčat, petrželka
- **Postup:** Plátky veku pomažeme bramborovým salátem, poklademe plátky vařené uzené krkovičky, ozdobíme vějířkem okurky, plátkem raj-čete a petrželkou. Není-li rajče, posypeme drobně krájenou kapií.

Chlebiček s lančmítem

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 100 g česnekové nebo feferonkové poma-zánky, 200 g lančmítu, 100 g rajčat nebo zelených paprik
- **Postup:** Plátky veku pomázneme česnekovou, feferonkovou nebo jinou pomazánkou, poklademe plátky lančmítu a ozdobíme kolečky papriky nebo rajčete.

Chlebiček s bůčkovým závinem

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 100 g hořčicového nebo křenového másla, 150 g bůčkového závinu, 100 g okurky, 1 vejce natvrdo, kapie



Chlebiček s debrecínskou pečení



Chlebiček s bramborovým salátem a šunkou

- **Postup:** Plátky veki potřeme hořčicovým (křenovým) máslem, na ně položíme na délku přehnutý plátek bůčkového závinu, ozdobíme vějříkem okurky, plátkem vejce a kouskem kapie.

Chlebiček s ruským vajčkem

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 200 g vlašského salátu, 5 vajec natvrdo, 100 g majonézového přelivu, 100 g okurky, kapie
- **Postup:** Plátek veki pomažeme vlašským salátem, na který položíme půlku vejce uvařeného natvrdo a přelijeme majonézovým přelivem. Ozdobíme po stranách okurkou a kapií. Majonézový přeliv můžeme opaprikovat, posypat strouhaným vejcem, nasekanou petrželkou nebo salámem.

Chlebiček vaječný s tatarskou omáčkou

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 50 g másla, 5 vajec natvrdo, 100 g tatarské omáčky, mletá paprika nebo pažitka
- **Postup:** Plátky veki pomažeme máslem, poklademe nakrájeným vejcem, přelijeme tatarskou omáčkou a posypeme mletou paprikou nebo sekanou pažitkou.

Chlebiček s vaječnou pomazánkou

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 200 g vaječné pomazánky, 10 ks ředkviček, zelená petrželka
- **Postup:** Plátky veki pomažeme pomazánkou, po celé ploše ozdobíme kolečky ředkviček a petrželkou.

Chlebiček ementálský

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 100 g paprikového pomazánkového másla, 100 g tvrdého ementálu, 50 g rajčat, mletá paprika, kapie, petrželka
- **Postup:** Plátky veki pomázneme paprikovým pomazánkovým máslem, na které nastrouháme ementál, opaprikujeme, ozdobíme rajčetem a petrželkou.

Chlebiček sýrový

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 75 g pomazánkového másla, 100 g plátkového sýra, 2 trojúhelníčky taveného sýra, 100 g šlehané nivy, 100 g čerstvé zeleniny na ozdobu
- **Postup:** Plátek veki pomázneme pomazánkovým máslem, z jedné strany položíme plátek sýra, z druhé řez z trojúhelníčku taveného sýra, doprostřed uděláme sáčkem hvězdičku ze šlehané nivy (nebo jiné pomazánky). Ozdobíme kolečky ředkviček nebo okurek, rajčaty ap.

Chlebiček s vlašským salátem

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 300 g vlašského salátu, 100 g okurky, 1 vejce natvrdo, (salám, olejovka), majonézový přeliv (tatarská omáčka), kapie, rajče, petrželka
- **Úprava I:** Na celou plochu chlebičku nanese vidličkou vlašský salát, ozdobíme vějříkem okurky, kolečkem vejce a kouskem kapie.
- **Úprava II:** Vlašským salátem pomazanou plochu trochu polijeme majonézovým přelivem nebo tatarskou omáčkou, posypeme drobně krájeným salámem nebo strouhaným vejcem a ozdobíme petrželkou.
- **Úprava III:** Na vlašský salát položíme kousek olejovky a z každé strany přizdobíme rajčetem a petrželkou.

Chlebiček se šunkou, křenem a sýrem

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 150 g křenové pomazánky, 100 g šunky, 100 g ementálu nebo nivy, kapie
- **Postup:** Plátky veki potřeme křenovou pomazánkou, poklademe tenkými plátky šunky a posypeme strouhaným sýrem. Přizdobíme kapií, petrželkou nebo vejcem.

Chlebiček s vejci a smetanovým křenem

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 100 g pomazánkového másla, listy hlávkového salátu, 4 vejce uvařená natvrdo, 100 g smetanového křenu s hořčicí (nebo jogurtové omáčky), petrželka, kapie na ozdobu

- **Postup:** Plátky veki potřeme pomazánkovým máslem, poklademe vypraným a na nudličky nakrájeným hlávkovým salátem, obložíme kolečky vajec, přelijeme smetanovým křenem nebo jogurtovou omáčkou a přizdobíme kapií a petrželkou.

Chlebiček s medem a ovocem

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 50 g másla, 50 g včelího medu, 75 g očištěného jablka, 75 g karotky, citrónová šťáva, špetka cukru, 100 g pomeranče (jahod)
- **Postup:** Plátky veki potřeme máslem a medem. Do středu navršíme strouhaná jablka s mrkví, ochucená citrónovou šťávou a cukrem. Přizdobíme dílky pomeranče nebo zahradními jahodami.

Chlebiček tatarský

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 250 g tatarské pomazánky, 50 g cibule, kapie, petrželka
- **Postup:** Na plátky veki nanese vidličkou tatarskou pomazánku, ozdobíme kolečky cibule, kapií a petrželkou.

Chlebiček zeleninový s vejci

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 100 g pomazánkového másla, 2 vejce natvrdo, 300 g zeleniny (rajčata, salátová okurka, ředkvičky), petrželka
- **Postup:** Plátek pomažeme pomazánkovým máslem a celý chlebiček poklademe střídavě kolečky vajec, rajčat, okurek a ředkviček. Přizdobíme petrželkou.

Chlebiček vegetariánský

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 250 g bramborového salátu, 150 g salátové okurky, ředkvička, 1 vejce natvrdo
- **Postup:** Plátky veki potřeme po celé ploše bramborovým salátem. Tence nakrájenou salátovou okurku rozložíme po salátu, ozdobíme kolečkem vejce a ředkvičkou.

Chlebiček s ředkvičkami

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 300 g ředkvičkové pomazánky, hlávkový salát, ředkvičky, 1 vejce natvrdo
- **Postup:** Plátky veki potřeme ředkvičkovou pomazánkou, ozdobíme kouskem hlávkového salátu, kolečkem vejce a ředkvičkou.

Chlebiček s olejovkou a sýrem

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 50 g másla, 150 g taveného sýra, 1 krabička olejovek, 50 g cibule, kapie
- **Postup:** Plátky veki pomázneme máslem, z každé strany položíme plátek taveného sýra, ukrojený vroubkovaným nožem, do středu chlebičků položíme kousek olejovky, posypeme drobně krájenou cibulí a přizdobíme kapií.

Chlebiček s matjesem a salátem

- **Suroviny:** 10 plátků veki, 300 g bramborového salátu, 150 g matjesového filé, 50 g cibule, 50 g okurky, kapie

- **Postup:** Chlebiček pomazeme bramborovým salátem, poklademe plátky matjesa v oleji, ozdobíme kolečky cibule, vějříkem okurky a kouskem kapie.

Chlebiček s uzenými šproty

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 50 g másla, 125 g šprotů v oleji, 50 g cibule, 100 g rajčat, kapie
- **Postup:** Plátky veku pomázneme máslem, do středu položíme šprot, trochu šikmo, a pokud je velký, rozkrojíme jej na 2 kusy a poklademe vedle sebe. Po stranách ryby klademe dílky rajčat a kapie. Posypeme krájenou cibulí.

Chlebiček s uzeným lososem

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 100 g křenové pomazánky, 200 g uzené lososové drti, 100 g okurky, 1 vejce natvrdo, kapie
- **Postup:** Plátky veku potřeme křenovou pomazánkou, kterou posypeme uzenou lososovou drtí, ozdobíme vějříkem okurky, plátkem vajíčka a kouskem kapie.

Chlebiček s očkem

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 100 g sardelového másla, 1 krabička sardelových oček, 50 g cibule, 2 vejce natvrdo, kapie
- **Postup:** Plátky veku potřeme sardelovým máslem, do středu položíme sardelové oko, z každé strany obložíme plátkem vejce a kopičkou krájené cibule a přizdobíme kapií.

Chlebiček s tresčími játry

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 50 g másla, 100 g rajčat nebo 2 vejce natvrdo, 150 g tresčích jater, 50 g cibule, citrón
- **Postup:** Plátky veku pomazeme máslem, na každý konec poklademe dílek rajčete nebo vejce uvažené natvrdo, do středu nakrájíme tresčí játra, posypeme cibulí, ozdobíme kouskem citrónu bez kůry a kapií.

Chlebiček s tresčími játry na salátu

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 200 g bramborového salátu, 125 g tresčích jater, 50 g cibule, kapie
- **Postup:** Plátky veku poklademe bramborovým salátem, který pokryjeme tenkými plátky tresčích jater. Posypeme kolečky cibule a ozdobíme kapií.

Chlebiček s lososem nebo tuňákem

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 150 g majolky, 250 g lososa ve vlastní šťávě (tuňák), 100 g cibule, kapie
- **Postup:** Po obvodu plátku veku nastříkáme sáčkem proužek z majolky. Do středu chlebičku navršíme krájeného lososa ve vlastní šťávě nebo tuňáka, posypeme krájenou cibulkou a ozdobíme kapií.

Chlebiček s matjesem a tatarskou omáčkou

- **Suroviny:** 10 plátků bílé veku, 250 g matjesového filé v oleji, 100 g tatarské omáčky, 75 g cibule, mletá paprika
- **Postup:** Na plátky veku poklademe šikmo plátky z matjesového filé, přelijeme je tatarskou omáčkou, posypeme kolečky cibule a opaprikujeme.

Chlebiček sardelový s vejcem

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 150 g sardelového másla, 2 vejce natvrdo, 50 g pažitky, 100 g rajčat
- **Postup:** Plátky veku pomazeme sardelovým máslem, na celou plochu nastroháme vejce uvažená natvrdo, posypeme sekanou pažitkou a ozdobíme rajčaty.

Chlebiček s humrovou majonézou

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 250 g humrové majonézy z rybího filé, 1 citron, 70 g brusinek
- **Postup:** Plátky veku namažeme pomazánkou, ozdobíme kolečkem citrónu bez kůry, které ozdobíme kopičkou brusinek. Citrón můžeme nahradit kolečkem z vejce.

Chlebiček s kaviárem

- **Suroviny:** 10 plátků bílé veku, 70 g másla, 70 g kaviáru, 1 vejce natvrdo, kapie, citron
- **Postup:** Plátky veku potřeme máslem, pak kaviárem. Do středu dáme kolečko vejce, na ně sekanou kapii a po stranách kousky citronu.

Chlebiček s kaviárem a šproty

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 70 g másla, 70 g kaviáru, 100 g uzených šprotů, 50 g cibule, kapie
- **Postup:** Plátky veku potřeme máslem, pak kaviárem, na který položíme uzený šprot, ozdobíme kolečky cibule a nudličkami kapie.

Chlebiček s rostbífem

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 50 g másla, 250 g studeného rostbífu, 100 g tatarské omáčky, 80 g sterilované okurky, petrželová nať nebo kapie
- **Postup:** Plátky veku potřeme máslem a pokryjeme tence nakrájenými plátky studeného rostbífu, který trochu zvlhníme. Přelijeme tatarskou omáčkou a posypeme nakrájenými nudličkami ze sterilovaných okurek. Zdobíme kouskem kapie nebo petrželkou. Můžeme posypat i krájenou cibulí.

Chlebiček s uzeným jazykem

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 50 g másla, 150 g vařeného uzeného jazyka, 200 g křenové šlehačky, kapie
- **Postup:** Plátky veku pomázneme máslem a poklademe plátky uzeného jazyka. Sáčkem vkusně nastříkáme křenovou šlehačku a ozdobíme kouskem kapie.

Chlebiček s krevetkami

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 100 g sardelového másla (lososové pěny), 150 g krevetek, čerstvý kopr
- **Postup:** Plátky veku potřeme sardelovým máslem a posypeme krevetkami a sekaným koprem. Místo krevetek použijeme krabí tyčinky.

Chlebiček s lososovým máslem a vejci

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 100 g lososového másla, 5 vajec natvrdo, zelená petrželka nebo pažitka
- **Postup:** Plátky veku potřeme lososovým máslem, poklademe kolečky vařených vajec a posypeme petrželkou nebo pažitkou.

Chlebiček se šunkou a meruňkami

- **Suroviny:** 10 plátků veku, 100 g pomazánkového másla, 120 g šunky, 20 půlek čerstvých nebo kompotovaných meruněk
- **Postup:** Plátky veku potřeme pomazánkovým máslem a poklademe plátky šunky, na které položíme 2 půlky meruněk.



Základní zálivka s bylinkami

ZÁLIVKY (dresinky)

Zálivky můžeme řadit mezi omáčky, protože jimi různě upravované pokrmy zaléváme, a tím je dochucujeme. V mezinárodní kuchyni se používá výraz dresinky.

Zálivky – dresinky můžeme dělit podle základních surovin, ze kterých je připravujeme i podle složitosti jejich přípravy. V české kuchyni je dělíme na zálivky na dochucování salátů ze zeleniny, masa různého druhů včetně ryb a mořských plodů a na zálivky na dochucování salátů z ovoce.

V restauracích s nejvyšší úrovní se saláty připravují před hostem. Připravuje je obsluhující ze zálivky předem v kuchyni připravené nebo vhodnou zálivku sám před hosty připravuje a salát zálivkou zalévá.

Hlavní potraviny a pochutiny na přípravu zálivek

- **jednoduché zálivky:** citronová šťáva, ocet, olej, hořčice, zelené natě bylinek a zeleniny, jogurt
- **složitější zálivky:** k mimo výše uvedeným potravinám a pochutinám používáme při přípravě složitějších zálivek majonézu, smetanu (sladkou, kysanou) šlehačku, kečup, křen, sardelky a podobně

Podle velikosti provozu je připravujeme ve studené nebo v teplé kuchyni nebo přímo před hostem.

Jednoduché zálivky

Základní zálivka

Připravujeme ji vyšleháním ze 2/3 oleje, 1/3 octa, soli a bílého pepře. Olej s octem šleháme do husté pěny a hned podáváme. Z této jednoduché základní zálivky připravujeme další druhy zálivek:

- **Dietní zálivka** – místo octa používáme citrónovou šťávu.
- **Základní zálivka s hořčicí** – ocet, sůl, mletý pepř a hořčici dobře promícháme a zvolna přiléváme olej a šleháme.
- **Anglická zálivka** – připravujeme ji z oleje, octa, soli, mletého pepře a hořčice. Používáme-li suchou hořčicí, musíme ji předem promíchat s malým množstvím vody na kašičku. Tuto zálivku dochucujeme worcesterskou omáčkou a nadrobno nakrájenou pažitkou.
- **Česká zálivka** – tuto jednoduchou zálivku připravujeme z octa, soli, cukru, malého množství oleje, častěji však bez oleje a doplníme ji nadrobno nakrájenou vyškvařenou slaninou. Používáme ji hlavně na dochucení a zalití hlávkového salátu.
- **Francouzská zálivka** – připravujeme ji ze základní zálivky doplněné francouzskou hořčicí.

Složité zálivky

Připravujeme je zpravidla ze základní zálivky a dále je různě doplňujeme.

- **Jogurtová zálivka** – má více obměn – doplňujeme ji solí, nadrobno nakrájenými zelenými natěmi, nastrouhaným křenem, kečupem, nasekanou cibulí, utřeným česnekem apod. Jogurtu se dává nyní přednost před smetanou. Používáme jen jeden druh zelených natí či směs, další doplňky a koření.
- **Smetanová zálivka se zelenými natěmi** – kysanou smetanu doplníme solí a nadrobno nakrájenými zelenými natěmi.
- **Smetanová zálivka s hořčicí** – sladkou smetanu rozšleháme se solí, hořčicí a citrónovou šťávou.
- **Smetanová s křenem** – ušlehanou smetanu ochutíme solí, citrónovou šťávou a nastrouhaným křenem.
- **Česká sýrová zálivka** – hořčicová zálivka se strouhaným plísňovým sýrem niva.
- **Francouzská sýrová zálivka** – základ je majonéza povolená, tj. zředěná smetanou a doplněná nastrouhaným tvrdým sýrem a jemně nasekaným celerem.

Samostatné zálivky

Jsou typické pro českou kuchyni. Patří mezi ně:

- **Jablkový křen** – loupaná a nastrouhaná jablka doplněná nastrouhaným křenem předem spařeným hovězím vývarem (nyní se nedoporučuje spařování křenu, neboť se spařením ničí vitamin C).
- **Octový křen** – nastrouhaný křen spaříme hovězím vývarem a dochutíme solí, cukrem a octem.
- **Houskový křen** – bílé pečivo spaříme hovězím nebo vepřovým vývarem a doplníme nastrouhaným křenem a octem.
- **Křenová šlehačka** – ušlehanou smetanu doplňujeme nastrouhaným křenem a ochutíme solí a citrónovou šťávou. Je to spíše než zálivka krém na plnění šunky, uzeného jazyka, ozdobu chuťovek a podobně.

Křen v různé úpravě i bez dalšího doplnění podáváme k vařeným masům (hovězímu, vepřovému a uzenému).

ZELENINOVÉ STUDENÉ pokrmy a předkrmy

Některé druhy zeleniny také plníme a podáváme jako oblíbené studené předkrmy nebo studené večeře. Na plnění používáme nejčastěji salátové okurky, mladé cukety, papriky a rajčata.

Plníme je hlavně různými saláty (masovými, sýrovými, zeleninovými, vaječnými) a stříkáme pěnamí (lososovou, masovou, rybí, sýrovou, tvarohovou a dalšími), ochucenou šlehačkou (zvláště křenovou, pažitkovou) apod.

Okurky plněné sýrovou náplní (více porcí)

- **Suroviny:** 2 stejnoměrně silné okurky (asi 1 kg), náplň: 100 g majolky, 150 g tvrdého sýra, 100 g netučné uzeniny, 2 zelené papriky nebo kapie, sůl, pažitka
- **Postup:** Nejdříve připravíme náplň. Do majolky zamícháme nastrouhaný tvrdý sýr a přidáme nadrobno nakrájenou uzeninu, očištěné, nakrájené papriky bez semen, osolíme a ochutíme nadrobno nakrájenou pažitkou. Pečlivě omyté okurky nakrájíme asi na 4 cm vysoké špalíčky. Vnitřek opatrně lžičkou nebo speciálním vykrajovátkem vyhloubíme, aby dno zůstalo neporušené. Okurky naplníme připravenou náplní, na povrchu ozdobíme nudličkou papriky, petrželkou apod. Naskládáme na mísu nebo rozdělíme přímo na talíře a obložíme hlávkovým salátem.



Jogurtová zálivka s tymiánem a pažitkou

Papriky plněné tvarohovou náplní s nivou (4–8 porcí)

- **Suroviny:** 4 papriky, 150 g tvarohu, 100 g nivy, sůl, pažitka
- **Postup:** Nejdříve připravíme náplň: tvaroh našleháme, doplníme ho nastrouhanou nivou a znovu společně krátce šleháme. Jen velmi málo osolíme, ochutíme nadrobno nakrájenou pažitkou. Promícháme. Omyté papriky buď rozkrojíme na polovinu, nebo na třetiny, zbavíme je semen a sáčkem s ozdobnou špičkou nebo jednoduše jen vidličkou náplň do paprik upravíme. Povrch podle možností barevně ozdobíme plátky ředkviček, rajčat apod.

Rajčata plněná sýrovým krémem s křenem (5–10 porcí)

- **Suroviny:** 10 středně velkých rajčat, 50 g majolky, 200 g Lučiny nebo žervé, 2 jablka, sůl, křen
- **Postup:** Nejdříve připravujeme náplň: v misce našleháme majolku se sýrem, přidáme oloupaná, nastrouhaná jablka, náplň osolíme a ochutíme pečlivě očištěným a nastrouhaným křenem. Rajčata omyjeme, vršek odkrojíme, vnitřek vydlabeme a naplníme. Stříkáme ozdobně sáčkem se špičkou nebo upravujeme pomocí vidličky. Povrch zdobíme snítkou petrželky. Podkládáme hlávkovým salátem.

Zeleninové a luštěninové saláty



BAREVNÝ ČOČKOVÝ SALÁT S FAZOLEMI

- **Suroviny:** 400 g barevné čočky, 100 g červených sterilovaných fazolí, 100 g kapije, 100 g zakysané smetany, ocet, sůl, cukr, olej, petrželová nať.
- **Postup:** Uvařenou čočku smícháme s fazolemi, kapií, vložíme do misky a zalijeme dresinkem z octa, vody, cukru a soli. Zakápneme olejem a ozdobíme nočky zakysané smetany a snítkou petrželové natě.

ZELNÝ SALÁT S KAPIÍ

- **Suroviny:** 300 g kysaného zelí, 100 g kapije, ocet, sůl, cukr, olej.
- **Postup:** Kysané zelí nadrobno překrájíme, přidáme ostatní suroviny, dochutíme octem, cukrem, solí a zakápneme olejem.

SALÁT Z KYSANÉHO ZELÍ, S JABLKY A ROZINKAMI

- **Suroviny:** 300 g kysaného zelí, 2 jablka, 1 hruška, 2 lžice spařených rozinek, cukr, olej
- **Postup:** Kysané zelí nadrobno překrájíme, přidáme 1 nadrobno nakrájené jablko a rozinky. Dochutíme cukrem a zakápneme olejem. Ozdobíme oušky jablka a hrušky.

ZELNÝ SALÁT S MRKVÍ

- **Suroviny:** 300 g hlávkového zelí, 150 g mrkve, petrželová nať, olej, ocet, pepř, sůl, cukr, voda
- **Postup:** Očištěné, košťálů zbavené hlávkové zelí pokrájíme na velmi jemné nudličky, mrkev nastrouháme nahrubo a zalijeme sladkokyselým nálevem. Promícháme, dochutíme a přeložíme do sklenic. Dozdobíme petrželovou natí a plátky mrkve.



Barevný čočkový salát s fazolemi



Zelný salát s kapií

ZELNÝ SALÁT S BRUSINKAMI

- **Suroviny:** 300 g hlávkového zelí, 100 g sterilované brusinky, 50 g brusinkové džemu s kousky brusinek, 100 g jablka, cukr, sůl, olej, voda
- **Postup:** Očištěné, košťálů zbavené hlávkové zelí pokrájíme na velmi jemné nudličky a promícháme s brusinkami a solí, zakápneme vodou a olejem. Poté dochutíme cukrem, přeložíme do sklenic a dozdobíme brusinkovým džemem s kousky brusinek a oušky jablek.

OVOCNÉ STUDENÉ pokrmy a předkrmy

Ovoce je součástí některých speciálních salátů (jako drůbežích, zeleninových apod.). Některé druhy ovoce používáme jako podklad a plníme je drůbeží, lososovou, sýrovou, šunkovou a jinou pěnou, jemnými saláty z různých druhů potravin, ochucenou šlehačkou. Na ovocný podklad, pěny a šlehačku ozdobně stříkáme, saláty vršíme a vždy ještě na povrchu zdobíme. Ovoce klademe na list zeleniny nebo zeleninou obkládáme.

Na tyto úpravy používáme hlavně:

- **broskve** – dobře vyzrálé, měkké nebo kompotované,
- **hrušky** – krátce dušené v cukerném roztoku,
- **jablka** – také předem krátce v cukerném roztoku s citronovou šťávou podušená.

Broskev plněná drůbežím salátem (4 porce)

- **Suroviny:** 4 půlky kompotovaných broskví, na obložení hlávkový salát, citron, petrželka
- **Náplň:** 50 g majolky, 150 g pečeného kuřecího masa, 1 jablko, citrónová šťáva, sůl.

- **Postup:** Nejdříve připravíme náplň. K majolce přidáme vykostěné, na nudličky nakrájené maso, oloupané, nastrouhané nebo na nudličky nakrájené jablko. Ochutíme citrónovou šťávou, nepatrně osolíme a promícháme. Hotový salát plníme do broskví, na povrchu ozdobíme snítkou petrželky a výsečí nebo plátkem citrону.

Jablka plněná křenovou šlehačkou (4 porce)

- **Suroviny:** 2 jablka, voda, 2 lžice cukru, citrón
- **Náplň:** 1/8 l smetany na šlehání, sůl, křen, petrželka
- **Postup:** Jablka oloupeme, svisle rozkrojíme a opatrně lžičkou nebo speciálním vykrajovátkem vyjmeme jádřinec. Připravená jablka vložíme do malého množství vody s cukrem, citrónovou šťávou a podusíme. Dusíme jen krátce, aby jablka zůstala polotvrdá. Pak je necháme vychladnout. Po vychladnutí je nastříkáme připravenou šlehačkou. **Náplň:** Vychlazenou smetanu ušleháme do husta a doplníme pečlivě očištěným a nastrouhaným křenem a solí. Náplň na jablko nastříkáme sáčkem s ozdobnou špičkou nebo upravíme pomocí vidličky. Na povrchu zdobíme snítkou petrželky, plátkem pomeranče, dílkem mandarinky apod.

Hrušky plněné křenovou šlehačkou

připravujeme stejným způsobem.

VAJEČNÉ STUDENÉ pokrmy a předkrmy

Připravují se hlavně z vajec vařených natvrdo a vajec zastřených (ztracených), v kombinaci s různými druhy salátů nebo jsou jejich součástí. Obkládají se šunkou, uzeninami, čerstvou nebo nakládanou zeleninou a také se plní různými fášemi – pěny a krémy. Natvrdo vařená, nakrájená vejce jsou výraznou ozdobou a doplněním studených předkrmů z různých druhů masa nebo zeleniny. Pro podávání, plnění i doplnění studených předkrmů potřebujeme i slané pečivo.



Salát z kysaného zelí, s jablky a rozinkami



Zelný salát s brusinkami



Zelný salát s mrkví

Příprava vajec před tepelnou úpravou

Vejce, která vaříme ve skořápce, vždy předem omýváme. (Na skořápce je velmi mnoho choroboplodných zárodků.) Používáme jen vejce čerstvá. Při přípravě pokrmů a příloh potřebujeme vejce různým způsobem tepelně zpracovaná:

vejce naměkko	vaříme 3–4 minuty
vejce nahniličku	vaříme 3–5 minut
vejce natvrdo	vaříme 10 i 12 minut podle intenzity varu

Vejce vkládáme lžící do vody studené a uvedeme do varu, tak je menší nebezpečí prasknutí.

Po uvaření vložíme vejce opět do studené vody. Skořápka se lépe sloupne.

Vejce vařená natvrdo

oloupeme, krájíme podélně nebo příčně, klademe na předem připravené saláty, poléváme je majonézovým přelivem nebo je na řezné ploše doplňujeme různými saláty, vzácnějšími potravinami (vařeným chřestem), stříkáme různými pěnamai apod. Vždy je ještě bohatě obkládáme. Také je můžeme ještě dále na povrchu zdobit a podávat jako **žabáka**, **muchomůrku** apod. Upravujeme je nastojato na podstavec z určitého druhu salátu, bohatě zdobíme.

Z natvrdo uvařených vajec připravujeme i vejce plněná. Vejce rozpůlíme podélně, vyjmeme žloutek, ten prolisujeme a utřeme s máslem nebo rostlinným tukem. Může se osolit, ochutit zelenými natěmi, hořčicí, sardelkou nebo sardelovou pastou, kečupem, worcestrem nebo doplnit umletou šunkou, uzeninou, paštikou, lososem, uzenáčem nebo jinou rybou, kaviárem, drůbežím masem apod. Základní fáší, připravenou z našlehaného tuku se žloutky a solí, různě ochucenou a doplněnou, se potom vaječné bílky sáčkem se špičkou stříkají a ještě přizdobují.

Další způsob úpravy spočívá v tom, že se žloutek z bílku nevyjímá a rozpůlené vejce se zdobí různými druhy pěn.

Vejce zastřená – ztracená

- **Suroviny:** 3/4 vody, sůl, asi 1/8l octa, 5 vajec
- **Postup:** Do vařící osolené vody s octem vpouštíme celé vejce, předem rozklepnuté do šálku. Vaříme mírným varem asi 3–4 minuty. Vnitřek vejce musí být měkký. Vejce opatrně vyjmeme dírkovanou lopatkou. Na oválný tvar vejce upravíme tvořítkem nebo odkrojením nožem. Takto upravená vejce klademe na tousty, obložené chlebičky, vkládáme je do šunkových kornoutů, na různé druhy salátů.

Zdobená obložená vejce

Zdobená a obložená vejce jsou vždy vítaným pokrmem rychlého pohoštění. Většinou je upravujeme s majonézovými přelivy anebo je zjemníme různými pomazánkami, krémy a pěnamai. Majonézový přeliv musí být dostatečně hustý, aby z vajec netekl. Zdobená vejce se upravují z půlek vajec uvařených natvrdo. Vejce se mohou rozříznout po délce i na šířku. Kulatý spodek vejce vždy zařízneme do roviny, aby se vejce nepřevrátilo. Krémy a pěny nanášíme na vejce pomocí cukrářského sáčku se zdobící trubičkou. Krém nanášíme buď po obvodu vejce nebo točivým způsobem po celé ploše vejce. Zdobená vejce můžeme připravit z mnoha pomazánek uvedených v této knize.

Vejce lahůdková (4 porce)

- **Suroviny:** 2 vejce vařená natvrdo, lahůdkový salát, 50 g tuhé majonézy nebo žloutkové fáše, 4 kolečka šunkového salátu, 1 sladkokyselé okurka, kapie, petrželka, tekutý aspik.

- **Postup:** Oloupaná vejce po délce rozkrojíme a půlku položíme žloutkem navrch na porci lahůdkového salátu. Sáčkem s ozdobnou špičkou stříkneme po kraji vejce buď tuhou majonézou nebo žloutkovou fáší. Salát přizdobíme kornoutkem uzeniny, vajíčkem okurky i nudličkami kapie a zalijeme tekutým chladným aspičkem. (Aspik můžeme v domácnosti při přípravě vynechat.)

Vejce obložená

jsou vejce natvrdo uvařená a oloupaná, vcelku nebo rozpůlená, nebo vejce zastřená a podávaná na určitém druhu salátu a obložená. Na obložení používáme šunku, uzeniny, uzená masa, ryby konzervované různým způsobem a hlavně čerstvou nebo nakládanou zeleninu. Název mají podle druhu použitého salátu, případně i podle obložení a ozdoby.

Vejce plněná žloutkovou fáší, obložená (4–8 porcí) s obměnami

- **Suroviny:** 4 vejce vařená natvrdo, 80 g másla nebo rostlinného tuku, sůl, lžička hořčice, šunka nebo jiná uzenina, hlávkový salát, rajče nebo ve sladkokyselém nálevu konzervovaná zelenina
- **Postup:** Oloupaná vejce po délce rozkrojíme a vyjmeme žloutek. Změklý tuk našleháme společně s prolisovanými žloutky. Osolíme a ochutíme malým množstvím hořčice. Sáčkem s ozdobnou špičkou nastříkáme fáš do otvorů po žloutcích. Vejce podáváme na listech hlávkového salátu ochucených octovou zálivkou, můžeme přizdobit plátkem rajčete nebo v zimním období konzervovanou zeleninou.

Vejce pražská, plněná žloutkovou fáší (4–8 porcí)

- **Suroviny:** 4 vejce vařená natvrdo, 200 g šunkového salátu, 40 g másla, sůl, 2 sladkokyselé okurky, hlávkový salát
- **Postup:** Oloupaná vejce rozkrojíme po délce a vyjmeme z nich žloutek. V misce našleháme změklé máslo s prolisovanými žloutky. Touto fáší pomocí sáčku s ozdobnou špičkou nastříkáme vejce po obvodu. Vnitřek naplníme šunkovým salátem. Přizdobíme ozdobně nakrájenou okurkou a podáváme podložené listy hlávkového salátu ochucenými octovou zálivkou.

Vejce ruská obložená (4 porce)

- **Suroviny:** 2 vejce vařená natvrdo, 200–400 g vlažského salátu speciál, 50 g majonézového přelivu, 50 g jemného netučného salátu, 2 sladkokyselé okurky, kapie, 4 lžičky sterilovaného hrášku, petrželka
- **Postup:** Oloupané půlky vajec klademe na salát řeznou plochou a přelijeme je majonézovým přelivem. Salát zdobíme kornoutky z uzeniny, půlkou ozdobně nakrájené okurky, kouskem kapie, hráškem, který se může předem ochutit citrónovou šťávou a kouskem petrželky.

Vejce ruská plněná lososovou pěnou (4–8 porcí)

- **Suroviny:** 4 vejce vařená natvrdo, 100 g pěny z uzeného lososa, kaviár, hlávkový salát, citrón
- **Postup:** Oloupaná vejce rozkrojíme po délce, pomocí sáčku s ozdobnou špičkou nastříkáme lososovou pěnu. Na povrchu ozdobíme kaviárem a podáváme na listech hlávkového salátu ochucených octovou zálivkou. Můžeme ještě doplnit plátkem nebo výsečí citrónu.

Vejce vídeňská (4–8 porcí)

- **Suroviny:** 4 vejce natvrdo vařená, 200 g šunkové pěny, aspick, sladkokyselé okurka, hlávkový salát
- **Postup:** Oloupaná vejce po délce rozkrojíme a sáčkem s ozdobnou špičkou na ně nastříkáme šunkovou pěnu. Povrch takto upraveného vejce potřeme chladným ne příliš řídkým aspickem a necháme ztuhnout. Zdobíme tence nakrájenou okurkou a můžeme podávat na listech hlávkového salátu ochucených octovou zálivkou.

Vejce se šunkovou pěnou

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 150 g šunkové pěny, 60 g šunky, 50 g křenové šlehačky, 20 g kapií, pažitka nebo petrželka
- **Postup:** Po obvodu rozkrojeného vejce nastříkáme sáčkem šunkovou pěnu a do středu poklademe malý kornoutek z plátku šunky naplněného křenovou šlehačkou. Přizdobíme kouskem kapie, pažitkou nebo petrželkou. Obměna: šunkovou pěnu nastříkáme sáčkem s ozdobnou trubičkou po celé ploše rozkrojeného vejce a ozdobíme plátky sterilovaných žampionů, sterilovaných kukuřiček, čerstvou kapií, salátovou okurkou, petrželkou, kadeřávkem a podobně.

Vejce se šunkovou pěnou a mandlemi

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 150 g šunkové pěny, 12 kusů opražených mandlí, polovina mandarinky nebo kiwi, postačí i kousek kapie, petrželka nebo kadeřávek
- **Postup:** Uvařená vejce rozkrojíme podélně hladkým nebo vroubkovaným nožem. Sáčkem s ozdobnou trubičkou nastříkáme po celé ploše vejce jemnou šunkovou pěnu, ozdobíme opraženými mandlemi, kouskem mandarinky nebo kiwi, postačí i kousek kapie a zelené natě.

Vejce s jádrovou pěnou a mandlemi

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 150 g jádrové pěny, 75 g pražených mandlí nebo burských oříšků
- **Postup:** Na půlky vařených vajec nanese sáčkem s ozdobnou trubičkou jádrovou pěnu. Mandle namočíme na chvíli do horké vody a sloupneme. Pak je trochu opražíme nasucho na pánvičce nebo v troubě. Upražené mandle nebo pražené burské oříšky napícháme nastojato do jádrové pěny.

Vejce s lososovou pěnou

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 150 g jemné lososové pěny, 3 kusy plněných oliv, snítka petrželky, kopru nebo kadeřávku
- **Postup:** Na půlky rozkrojených uvařených vajec nanese sáčkem s ozdobnou trubičkou po celé ploše jemnou lososovou pěnu. Plněné olivy nakrájíme na kolečka a na každé vejce poklademe 2 kolečka z olivy a přizdobíme zelenými natěmi.

Vejce s uzeným lososem

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 100 g jemné lososové pěny, 50 g drceného uzeného lososa v oleji, 2 plněné olivy, 20 g cibule, petrželka
- **Postup:** Vařená vejce rozkrojíme na dvě poloviny, sáčkem s ozdobnou trubičkou nanese po obvodu vejce proužek jemné lososové pěny a do středu vejce navršíme kopeček drceného uzeného lososa. Ozdobíme kolečkem plněné olivy, kolečkem cibule a petrželkou.



Plněná vejce se směsí zelených salátů



Obložená vejce na dušené zelenině

Vejce s kaviárem

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 80 g másla, špetka soli, několik kapek citrónové šťávy, 30 g kaviáru, 2 plátky citronu, 20 g kapie, petrželka
- **Postup:** Vařená vejce rozkrojíme po délce na dvě poloviny. Máslo vyšleháme do pěny se špetkou soli a troškou citrónové šťávy. Našlehané máslo nastříkáme cukrářským sáčkem s trubičkou po obvodu vařeného vejce a do středu navršíme kopeček kaviáru. Můžeme upravit i tak, že do poloviny vejce dáme černý kaviár a do druhé červený kaviár. Přizdobíme kouskem citronu, kapie a petrželky. Vyšlehané máslo můžeme též zaměnit za pomazánkové máslo, lososové nebo tuňákové máslo a podobně.

Vejce s krevetkami

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 100 g majolky, 75 g konzervovaných nebo mražených krevetek, 20 g nakládaných kapií, plátky citronu, petrželka
- **Postup:** Uvařená vejce po délce rozřízneme, po obvodu vejce nanese pomocí cukrářského sáčku s trubičkou proužek majolky a do středu navršíme krevetky. Přizdobíme kapií, citronem a petrželkou.

Vejce se sardelovým očkem

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 120 g sardelového másla, 6 kusů sardelových oček, 40 g cibule, 20 g kapie
- **Postup:** Na půlky rozříznutých uvařených vajec nanese sáčkem s ozdobnou trubičkou po celé ploše sardelové máslo. Do středu kládeme sardelové oko, které z každé strany ozdobíme nakrájenou cibulí a kouskem kapie.

Vejce se šproty

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 100 g tuňákové pěny, 60 g uzených šprotů, 40 g cibule, 20 g kapie, petrželka
- **Postup:** Uvařená vejce po délce rozkrojíme, po obvodu vejce nastříkáme cukrářským sáčkem proužek tuňákové pěny, do středu vejce upravíme uzené šproty (olejovky, tuňáka). Ozdobíme tenkými kolečky nakrájené cibule, kapií a petrželkou.

Vejce se žloutkovou pěnou a ředkvičkami

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 120 g žloutkové pěny, 100 g ředkviček, snítky petrželky, kopru nebo kadeřávku
- **Postup:** Vařená vejce rozřízneme na výšku na dvě poloviny, žloutky vyjmeme a použijeme na žloutkovou pěnu. Do důlků po žloutcích nastříkáme cukrářským sáčkem žloutkovou pěnu do tvaru pyramidy. Ředkvičky nakrájíme vroubkovaným nožem na kolečka nebo hranolky a napícháme je nastojato do žloutkové pěny. Přizdobíme zelenými natěmi.

Vejce s karotkovou pomazánkou a křenem

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 180 g karotkové pomazánky s křenem, 40 g syrové mrkve, 30 g šlehačky
- **Postup:** Na půlky vařených vajec nanese vidličkou nebo sáčkem karotkovou pomazánku s křenem, ozdobíme kopečkou nastrouhané syrové mrkve a sáčkem přizdobíme ušlehanou smetanou. Místo kopečky strouhané karotky můžeme nastříknout větší růžičku z ušlehané smetany a ozdobit lískovým oříškem.

Vejce s pažitkovou Lučinou

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 200 g máslové Lučiny s pažitkou, 50 g šlehačky, 25 g kapie
- **Postup:** Uvařená vejce rozkrojíme podélně na dvě poloviny a cukrářským sáčkem nanese pažitkovou Lučinu po celé ploše vejce. Ozdobíme ušlehanou smetanou a kouskem kapie.

Vejce s máslovou Lučinou a ovocem

- **Suroviny:** 3 vejce natvrdo, 150 g máslové Lučiny, půlka mandarinky, půlka kiwi, 6 lískových oříšků
- **Postup:** Uvařená vejce rozkrojíme podélně na dvě poloviny, cukrářským sáčkem nanese na celou plochu máslovou Lučinu a ozdobíme kouskem mandarinky, kouskem kiwi a lískovým oříškem.



Vejce s černým kaviárem



Šunkovo-zeleninový koktejl

Ruská vejce

- **Suroviny:** 500 g vlašského salátu, 2,5 vejce natvrdo, 100 g majonézového přelivu, 5 listů hlávkového salátu, 100 g šunkového salámu, 100 g sladkokyselých okurek, 150 g rajčat nebo kapie, 20 g černého kaviáru, zelená petrželka
- **Postup:** Na kopeček vlašského salátu položíme půlku vařeného vejce řezem dolů, přelijeme majonézovým přelivem a po stranách přizdobíme hlávkovým salátem, kolečky šunkového salámu, vějířky sladkokyselých okurek, krájenými rajčaty nebo kapií. Navrch vejce klademe kopeček kaviáru a snítka petrželky. (Nemáme-li kaviár, můžeme vejce přizdobit mletou paprikou, strouhaným žloutkem nebo sekanou pažitkou.)

Lahůdková vejce se zeleninou

- **Suroviny:** 1 hlávkový salát, 350 g rajčat, 5 vajec natvrdo, 100 g tatarské omáčky, 75 g šunkového salámu, 75 g sladkokyselých okurek, 100 g čerstvých žlutých paprik nebo ředkviček
- **Postup:** Na talířky rozložíme listy hlávkového salátu, na které klademe kolečka nakrájených rajčat. Na rajčata položíme 2 půlky vařených vajec, které polijeme tatarskou omáčkou a posypeme tenkými nudličkami šunkového salámu a sterilovaných okurek. Po stranách přizdobíme nudličkami z čerstvých paprik nebo kolečky ředkviček.

STUDENÉ KOKTEJLY A POHÁRY

Studené koktejly a poháry podáváme při slavnostnějších příležitostech. Podávají se ve skleněných pohárech, konzumují se malou lžičkou, zeleninové saláty v poháru pak malou vidličkou. Přidáváme k nim malé housičky, banketky.



Šunkovo-zeleninový koktejl

- **Suroviny:** 250 g dušené šunky, 150 g okurky salátové, 150 g kapie, 100 g majolky, 100 g bílého jogurtu, 10 g hořčice plnotučné, pažitka, sůl, 2 cl whisky
- **Postup:** 2/3 šunky, okurku a kapii nakrájíme na drobné nudličky. Do skleněných pohárů (špičky) vkládáme nakrájenou okurku, navrstvíme šunku a kapii. Z ostatních surovin připravíme dresink, kterým vše zalijeme. Navrchu ozdobíme zbylou šunkou tvarovanou do kornoutků, kapií a pažitkou.

Šunkový koktejl

- **Suroviny:** 300 g šunky, 150 g pomeranče, 100 g majolky, 200 g šlehačky 0,5 dl pomerančového džusu, šťáva z půlky citronu, 0,5 dl koňaku, sůl, cukr, na ozdobu: 50 g šlehačky, 50 g šunky, hlávkový salát, petrželka, citron
- **Postup:** Šunku a oloupaný pomeranč nakrájíme na malé kostičky, promícháme s majolkou, pomerančovým džusem, citrónovou šťávou, koňakem, špetkou soli a cukru. Nakonec vmícháme ušlehanou smetanu a necháme vychladit. Poháry vyložíme listy hlávkového salátu, přidáme vychlazený koktejl, ozdobíme plátkem pomeranče, drobně sekanou šunkou, kopečkou šlehačky a petrželkou. Na okraje poháru zavěšíme ouška z plátku citronu.

Kuřecí koktejl

- **Suroviny:** 300 g pečeného, dušeného nebo vařeného kuřecího masa, 75 g pórku, 100 g pomeranče nebo mandarinek, 100 g ananasového kompotu, 1 malý bílý jogurt, trochu citrónové šťávy, špetku kari koření a soli, hlávkový salát, na ozdobu kiwi a ananas
- **Postup:** Studené kuřecí maso nakrájíme po vlákně na malé nudličky, pórek nakrájíme rovněž po délce na krátké tenké nudličky, pomeranč a ananas na malé kostky, přidáme bílý jogurt, trochu citrónové šťávy, špetku kari koření, soli a vše promícháme. Do poháru upravíme hlávkový salát, vložíme připravenou směs, ozdobíme kolečkem kiwi a kouskem ananasu.

Sýrový koktejl

- **Suroviny:** 100 g tvrdého sýra, 100 g šunky, 100 g sterilované okurky, 100 g jablek, 100 g zelené papriky, na zálivku: 100 g majolky, 100 g bílého jogurtu, citrónová šťáva, sůl, cukr, na ozdobu: hlávkový salát, citron, pažitka
- **Postup:** Sýr, šunku, okurky, jablka, papriku nakrájíme na drobné kostičky nebo nudličky a promícháme se zálivkou. Poháry vyložíme listy hlávkového salátu, přidáme vychlazený koktejl, posypeme sekanou pažitkou a pohár ozdobíme oušky z citronu.

Ovocný koktejl s krabím masem

- **Suroviny:** 1 avokádo, 2 kiwi, 1 banán, 2 velké kompotované broskve nebo 100 g ananasového kompotu, 1 lžice citrónové šťávy, 200 g krabích tyčinek, hlávkový salát, na ozdobu kousek pomeranče
- **Postup:** Do mísy nakrájíme na kostičky avokádo, kiwi, banán, broskve nebo ananas, zakapeme citrónovou šťávou, přidáme na kostičky nakrájené krabí tyčinky, vše zlehka promícháme. Do pohárů upravíme hlávkový salát, navrstvíme připravenou směs, ozdobíme drobně sekaným masem ze dvou krabích tyčinek a na okraj poháru zavěšíme nařezané kolečko pomeranče.

Koktejl z krabích tyčinek

- **Suroviny:** 200 g krabích tyčinek, 200 g ananasového kompotu, 100 g majolky, 75 g ušlehané smetany 0,2 dl koňaku nebo brandy, trochu citrónové šťávy, špetka soli, na ozdobu: 60 g šlehačky, 25 g kaviáru, hlávkový salát, půlka citronu
- **Postup:** Maso z krabích tyčinek nakrájíme na malé kostičky, přidáme na kostičky nakrájený ananas, majolku, ušlehanou smetanu, koňak, citrónovou šťávu, sůl a vše zlehka promícháme. Do pohárů upravíme nakrájený hlávkový salát, vložíme připravenou směs, ozdobíme šlehanou smetanou, na kterou dáme kopeček kaviáru. Na sklo zavěšíme ouško z dílku citronu.

Koktejl z krevetek

- **Suroviny:** 200 g krevetek, 150 g ananasu, 100 g majolky, 100 g šlehačky, 0,5 dl bílého vína, půl citronu, cukr, sůl, na ozdobu: hlávkový salát, 1 vejce natvrdo, kaviár, citron
- **Postup:** Maso z kraba rozdrobíme, vytáhneme kostičky a promícháme s majonézou, bílým vínem, nakrájeným ananasem, citrónovou šťávou, troškou soli a cukru. Nakonec vmícháme šlehačku a vychladíme. Poháry trochu naplníme nakrájeným hlávkovým salátem, doplníme vychlazeným koktejl, ozdobíme opět hlávkovým salátem, na který klademe kolečko natvrdo vařeného vejce s kopečkou kaviáru a kouskem kapie. Na pohár zavěšíme ouška z citronu.

RŮZNÉ SPECIALITY studené kuchyně

Kremrole s křenovou Lučinou

- **Suroviny:** 1000 g kupovaného listového těsta, 300 g Lučiny, 100 g pomazánkového másla, 100 g loupaných jablek, 70 g strouhaného křenu, sůl, žloutek na potřetí těsta (trubičky můžeme koupit hotové v obchodě.)
- **Postup:** Z listového těsta vyválíme plát, nakrájíme rádlíkem na proužky, které ovíneme trochu přes sebe kolem kovových trubiček, pomázneme žloutkem a upečeme. Teplé kremrole sejmem z trubiček, necháme vychladnout a naplníme je krémem, který připravíme z Lučiny utřeného s pomazánkovým máslem, jemně strouhanými jablky, strouhaným křenem a špetkou soli. Krém můžeme zjemnit smetanou.

Trubičky s rokfórovou pěnou

- **Suroviny:** 10 kusů prázdných trubiček z listového těsta (koupíme v obchodě), 300–400 g rokfórové pěny, 75–100 g strouhaného tvrdého sýra
- **Postup:** Prázdné trubičky naplníme pomocí sáčku rokfórovou pěnou a oba konce obalíme v jemně nastrouhaném tvrdém sýru.
- **Obměna:** Trubičky můžeme naplnit kteroukoli vhodnou pěnou nebo pomazánkou.

Piškotová roláda se šunkovou pěnou

- **Suroviny:** 6 vajec, 100 g polohrubé mouky, 50 g Solamylu, prášek do pečiva, špetka soli, 350 g jemné šunkové pěny, 300 g křenové šlehačky, na ozdobu: šlehačka, snítka kopru, kapie
- **Postup:** Celá vejce vyšleháme ručním šlehačem do pěny, zlehka vmícháme polohrubou mouku, Solamyl, prášek do pečiva a špetku soli. Plech vložíme pečícím papírem, rozetřeme vyšlehané těsto a pečeme v předehřáté troubě 7–10 minut dozlatova. Vykloupíme na vál, papír přikryjeme vyždímanou mokrou utěrkou, aby šel dobře odloupnout. Roládu ještě za tepla srolujeme a necháme vychladnout. Studenou roládu rozbalíme, jemně potřeme šunkovou pěnou, na tuto vrstvu rozetřeme tuhou křenovou šlehačku, srolujeme, zabalíme do alobalu a necháme nejlépe přes noc v chladničce ztuhnout. Roládu ozdobíme šlehačkou, do které jsme rozsekali trochu kopru a kousek kapie (je dobré přidat do šlehačky ztužovač šlehačky). Roládu nakrájíme na kolečka.
- **Obměna:** Šunkovou pěnu zaměníme za jemnou lososovou pěnu.

Plněná palačinková rolka

- **Suroviny:** 1 vejce, 250 g mléka, 150 g polohrubé mouky, sůl, 100 g oleje na smažení
- **Náplň:** 250 g pomazánkového másla, 1 lžíce sekané pažitky, 1 lžíce sekané ředchy, sůl
- **Postup:** Vejce rozšleháme, přidáme mléko, polohrubou mouku, špetku soli a vymícháme řidší těstíčko. Na pánvičce v rozehrátém oleji pečeme malé slané palačinky, které necháme vychladnout. Studené palačinky potřeme pomazánkovým máslem, které jsme promíchali se sekanou pažitkou a ředichou, srolujeme v roládičky, urovnáme na tácek, přikryjeme alobalem a necháme v ledničce ztuhnout. Před podáváním oba konce palačinek šikmo seřízneme, aby byla vidět náplň. Přizdobíme listem hlávkového salátu a čerstvou zeleninou.
- **Obměna:** Palačinky naplníme jinou vhodnou náplní (šunkovou pěnou, šlehanou nivou, lososovým máslem, kaviárovým máslem, uherskou pěnou, játrovou nebo salámovou pomazánkou nebo a jinou vhodnou pomazánkou).

Lázeňská roláda

- **Suroviny:** 400 g plátkového sýra Eidam, 100 g šunky, 400 g krémového sýra (Lučina) nebo tvarohu, 250 g másla, 250 g šunkového salámu, 120 g smetany ke šlehání, 100 g pórků, 60 g kapií, mletá paprika, sůl
- **Postup:** Lučinu, 80 g smetany, 150 g másla a sůl společně našleháme, přidáme jemně nakrájený čerstvý pórek a promícháme. Připravíme druhou pomazánku: šunkový salám 2x semeleme a vyšleháme se 100 g másla, 40 g smetany, špetkou papriky a soli. Na stůl rozprostřeme navlh-

čenou utěrku, na kterou rozložíme do tří řad 12 plátků eidamu trochu přes sebe, celou plochu potřeme první pomazánkou s pórkem, poklademe plátky šunky, naneseeme po celé ploše druhou pomazánku, posypeme nudličkami kapií. Pomocí utěrky srolujeme roládu, jako když rolujeme tažený štrúdl, to znamená, že utěrku pomalu zezadu s mírným tlakem táhneme a roládu rolujeme. Srolovanou roládu necháme v utěrce, strany utáhneme motouzem a necháme v ledničce ztuhnout cca. 6 hodin. Vychladlou roládu vyjmeme, nakrájíme, přizdobíme máslovou Lučinou nebo šlehačkou a kousky čerstvé zeleniny.

Sýrová roláda

- **Suroviny:** 300 g tvrdého sýra Eidam, 200 g měkkého salámu
- **Krém:** 125 g másla, 200 g taveného sýra, 100 g okurky, 3 vejce natvrdo, 50 g cibule, 50 g kapií, hořčice, sůl
- **Postup:** Nejdříve si připravíme krém. Máslo, tavený sýr, hořčici a sůl vyšleháme v hladký krém, do kterého vmícháme drobně nakrájené okurky, vejce, cibuli a kapie. Sýr vložíme do horké vody. Vyjmeme jej a rychle vyválíme do tvaru obdélníku. Plát obložíme kolečky salámu, pomážeme připravenou pomazánkou a stočíme v roládu. Roládu zabalíme do alobalu a necháme půl dne vychladit. Krájíme ji na plátky.

Jemná sýrová roláda

- **Suroviny:** 300 g tvrdého sýra Eidam, 250 g křenového pomazánkového másla, 60 g meruňkového džemu, 100 g drůbeží šunky
- **Postup:** Vcelku ukrojený sýr vložíme do mikrotérového sáčku, zavážeme, vložíme do vařící vody a necháme 20 minut bez vaření máčet, až sýr změkne. Měkký sýr rychle vyválíme válečkem na placku, celou plochu potřeme křenovým pomazánkovým máslem (můžeme použít utřený tvaroh nebo krémový sýr s 50 g másla a strouhaným křenem nebo Krenexem), rozetřeme meruňkový džem, poklademe tenké plátky drůbeží šunky a vše zatočíme v roládu. Roládu zabalíme do alobalu a necháme v lednici ztuhnout. Roládu krájíme nožem, který namáčíme v teplé vodě. Nakrájené plátky klademe na list hlávkového salátu a zdobíme ovocem nebo čerstvou zeleninou.

Šunkový tunel

Šunkový tunel je dvoubarevný, připravuje se do formy srnčího hřbetu. Recept na 10 porcí:

- **Suroviny první krém:** 400 g sýra Lučina, 125 g másla, 75 g smetany, 30 g pažitky, sůl
- **Postup první krém:** Krém připravíme vyšleháním másla s Lučinou a smetanou s přidáním sekané pažitky a soli.
- **Suroviny druhý krém:** 200 g šunkového salámu, 125 g másla, 50 g smetany, sůl
- **Postup druhý krém:** Tento krém připravíme tak, že do másla vyšlehaného se smetanou přidáme jemně semletý šunkový salám, přisolíme a promícháme.



Plněná palačinková rolka



Lososové závitky

- **Postup:** Formu srncího hřbetu vyložíme alobalem a naplníme nejdříve prvním krémem. Uhladíme stěrkou a naneseeme druhý krém, opět uhladíme a přikryjeme alobalem. Tunel necháme řádně vychladit. Vychlazený tunel vyklopíme i s alobalem a krájíme nožem, namáčeným do teplé vody, na řezy 3 cm široké. Řezy vybalené z alobalu můžeme ozdobit šlehačkou, posypat jemně krájeným salámem a přizdobit kapií a petrželkou. Šunkový tunel podáváme na listu hlávkového salátu. Formu srncího hřbetu můžeme vyložit též plátkovým sýrem.

Banánový dezert

- **Suroviny:** 120g másla, 300g krémového sýra žervé, 100g očištěné karotky, 100g oloupaných jablek, 1 lžička citrónové šťávy, 2 lžičky cukru, špetka soli, 20g želatiny, 8 lžic horké vody, 300g oloupaných banánů
- **Postup:** Máslo vyšleháme s krémovým sýrem, přidáme jemně nastrouhanou karotku a jablka, zakapeme citrónovou šťávou, přidáme cukr, špetku soli a promícháme. Vmícháme želatinu rozpuštěnou v horké vodě a nakonec zlehka vmícháme na kostky nebo kolečka nakrájený banán. Formu srncího hřbetu vyložíme staniolem nebo alobalem, připravenou směs naplníme do formy a necháme ztuhnout v ledničce. Nakrájené porce můžeme přizdobit šlehačkou.

Broskve s vinným žervé

- **Suroviny:** 6 půlených kompotovaných broskví, 200g sýra Lučina, 4 lžíce bílého vína, sůl, hrubě mletý pepř, hlávkový salát, 50g šunky na ozdobu, petrželka
- **Postup:** Krémový sýr osolíme a vyšleháme s vínem v hladký krém. Hlávkový salát vypereme, namočíme do klasické zálivky a necháme okapat. Salát upravíme na talíř, položíme na něj půlku velké kompotované broskve, rovnou stranou nahoru. Na broskev nastříkáme sáčkem úhledně kapičku vyšlehaného sýra, posypeme hrubě mletým pepřem, ozdobíme sekanou šunkou a petrželkou.

Lososové závitky

- **Suroviny:** 200g sýra Lučina, 100g pomazánkového másla, 100g krabích tyčinek, trochu citrónové šťávy, 1 lžička sekaného kopru, špetka soli, 150–200g plátkového uzeného lososa, na ozdobu: krabí tyčinky, kapie, petrželka
- **Postup:** Lučinu vyšleháme s pomazánkovým máslem, přidáme semleté krabí tyčinky, citrónovou šťávu, sekaný kopr, sůl a vše společně lehce prošleháme. Podle potřeby zjemníme troškou smetany. Plátky uzeného lososa poklademe na prkénko a zdobícím sáčkem na ně nastříkáme připravenou pěnu, kterou jsme nechali trochu ztuhnout. Plátky srolujeme, závitky po stranách bud dostříkneme pěnou, nebo je hladce uhladíme nožem. Na horní straně závitky přizdobíme pusinkou z pěny, dozdobíme kostičkou z krabích tyčinek a petrželkou. Na talíři závitky přizdobíme hlávkovým salátem, citronem, rajčem nebo kapií.

Několik slov na úvod této kapitoly pro laskavého čtenáře – labužníka...

Jídlo je pro většinu lidí velmi zajímavý fenomén. Svědčí o tom nejenom skutečnost, že o exkurze do potravinářských podniků je většinou větší zájem než do provozů vyrábějících třeba šrouby. Počty vydaných kuchařek od různých celebrit i „celebrit“ na pultech knihkupectví rovněž dokládají, že vaření zajímá velkou část českého národa. V poslední době je módní používat slova jako farmářský, regionální, bio, certifikovaný nebo dokonce rurální produkt. Mediálně jsme masírováni těmito označeními tak, že jako spotřebitelé začínáme pochybovat, zda těmito květnatými slovy neoznačené potraviny byly vůbec vyrobeny na polích, či ve stájích. Asi nejsme schopni vysvětlit, co znamená obchodní produkt farmářské brambory. Existují snad nějaké nefarmářské brambory, vypěstované někým jiným než farmářem, či spíše zemědělci? Existuje i celá řada různých značek, které dokládají, že to či ono je lepší, než to druhé. Abychom vám alespoň trochu ulehčili výběr surovin pro vaření z regionálních produktů v Plzeňském kraji, uvádíme držitele tří prestižních značek, které mohou producenti potravin z našeho regionu získat (resp. ty oceněné, jejichž produkty jsou vhodné pro přípravu pokrmů studené kuchyně). Jsou to Regionální potravina Plzeňského kraje a Klasa udělované ministerstvem zemědělství prostřednictvím Státního zemědělského a intervenčního fondu a značka ŠUMAVA originální produkt, která jako součást republikové „rodiny“ podobných značek si získává stále větší povědomí mezi veřejností. Ti výrobci, kteří své produkty do certifikace nebo soutěže některé z uvedených značek přihlásili, si byli vědomi, že budou posuzováni ze splnění celé řady kritérií a to nejen laiky, ale i odborníky a kontrolními orgány. Z tohoto důvodu si myslíme, že jim udělené značky náleží zaslouženě. Zároveň tím nechceme v žádném případě konstatovat, že ostatní regionální výrobci vyrábějí potraviny, které by nešly v regionální kuchyni využít. Jejich úplný seznam by ale byl již nad rámec této skromné publikace.

Stručná specifikace značek udělovaných v Plzeňském kraji



Značku **REGIONÁLNÍ POTRAVINA** můžete nalézt na obalech vítězných výrobků soutěže „Regionální potravina“. Uděluje ji Ministerstvo zemědělství ČR lokálním výrobcům od roku 2010 v šesti, respektive v devíti kategoriích. Logo Regionální potravina na obalech výrobků spotřebiteli zaručí, že produkt i suroviny použité při jeho výrobě **pochází z domácí produkce**. Produkt musí být vyroben na území kraje, ve kterém bylo ocenění uděleno, a ze surovin dané oblasti.



KLASA – národní značka kvality potravin. Značka je udělována Ministrem zemědělství ČR již od roku 2003. Potraviny, které usi-

lují o prestižní ocenění KLASA, by měly splňovat náročná kvalitativní kritéria.



Toto značení naleznete na výrobcích, které mají výjimečnou vazbu na region Šumava. Označují se jí nejen potraviny a zemědělské výrobky, ale také přírodní a řemeslné produkty, které prošly přísným procesem certifikace, jež zákazníkovi garantuje jejich skutečný původ na Šumavě. Systém regionálního značení **DOMÁCÍ VÝROBKÝ** je koordinován na národní úrovni Asociací regionálních značek a podporován ministerstvem životního prostředí.

Mléko a mléčné výrobky

Minimlékárna Joma – Josef Martínek

Vítěz soutěže Regionální potravina Plzeňského kraje 2012 – Jogurt bílý, 2011 – Přírodní sýr, Kysané mléko, 2010 – Šumaváček / Šumava originální produkt



Soukromá farma Holštýn, známá také jako Minimlékárna JOMA, je výrobcem a prodejcem mléčných výrobků všeho druhu. Z vlastní produkce mléka připravuje výrobky nejvyšší kvality.

- **Produkty:** mléko, zakysané mléko, jogurt bílý, měkký tvaroh, přírodní sýry (bez příchutě a s příchutí – pažitka, bazalka, cibule, česnek, feferonka, pepř), smetanový krém – Šumaváček
- **Kontakt:** Martínková Jaroslava
Dolní Lhota 5, 340 21 Janovice nad Úhlavou
Tel.: 604 413 696
E-mail: joma@mymail.cz

TANY, spol. s r.o.

Klasa – DELICATO extra smetanové

Společnost TANY v Nýrsku se specializuje na výrobu tavených sýrů. Jedním z hlavních dlouhodobých cílů společnosti je vysoká jakost produktů a kvalita výrobních procesů.

- **Produkty:** smetanové a nízkotučné tavené sýry, bez i s příchutí
- **Kontakt:** ul. Čsl. legií 563, 340 22 Nýrsko
Tel.: 376 376 511
E-mail: tany@tany.cz
www.tany.cz

Maso a masné výrobky, uzeniny

Řeznictví PIRNÍK, spol. s r.o.

Vítěz soutěže Regionální potravina Plzeňského kraje 2012 – Zbojnický bok česnekový

Kořeny firmy sahají až do 19. století. V Přešticích na Plzeňsku předci provozovali řeznictví, uzenářství,

ale i pohostinství. V roce 1990, po více než čtyřicetileté proluce Josef Pírník obnovil rodinnou tradici a v Plzni založil řeznictví a uzenářství. Jeho cílem je držet si tradiční kvalitu uzenin a masných výrobků.

- **Produkty:** bohatý sortiment uzenářských výrobků
- **Kontakt:** Řeznictví – PIRNÍK, spol. s r.o.
Barrandova 21, 326 00 Plzeň
Tel.: 377 243 683
E-mail: pirnik.rezn@volny.cz



Zemědělské obchodní družstvo Mrákov

Vítěz soutěže Regionální potravina Plzeňského kraje 2012 – Mrákovská vrchovina



Družstvo hospodaří na 2419 ha zemědělské půdy v okrese Domažlice. Podnik disponuje vlastními jatky a výrobnou uzenin. Současný sortiment uzenářských výrobků tvoří cca 20 kvalitních výrobků.

- **Produkty:** bohatý sortiment uzenářských výrobků, maso vepřové, hovězí (z vlastního chovu)
- **Kontakt:** Mrákov 21, 34 501 Mrákov
Tel.: 379 788 227
E-mail: zod@zodmrakov.cz
www.zodmrakov.cz

Řeznictví a uzenářství Herejk s.r.o.

Vítěz soutěže Regionální potravina Plzeňského kraje 2013 – Přešínská tlačenka speciál, 2011 – Přešínský špekáček, Přešínská klobása

Malá rodinná firma, která byla založena v roce 1999, se specializuje na výrobu žádaných tradičních českých výrobků zejména v nadstandardní kvalitě, bez separátů a jiných náhražek, dnes běžně používaných.



- **Produkty:** bohatý sortiment uzenářských výrobků
- **Kontakt:** Přešín 64, 335 63 Nové Mitrovice
Tel.: 602 856 906
E-mail: reznictvi.herejk@seznam.cz

Drůbežářský závod Klatovy a.s.

Vítěz soutěže Regionální potravina Plzeňského kraje 2010 – Kuřecí dětské párky bez E / Klasa



Drůbežářský závod Klatovy a.s. je podnik s více než čtyřicetiletou tradicí v oboru zpracování jatečné drůbeže. V současnosti společnost produkuje chlazená a zmrazená kuřata, chlazené a zmrazené kuřecí díly, kuřecí uzeniny a masné polotovary z kuřecího masa v nejvyšší kvalitě.

- **Produkty:** kuře celé - chlazené, mražené, dělená drůbež, droby, uzeniny
- **Kontakt:** 5. května 112, 339 01 Klatovy
Tel.: 376 353 308
E-mail: dzklatovy@dzklatovy.cz
www.dzklatovy.cz

MASO WEST s.r.o.

Účastník soutěže Regionální potravina Plzeňského kraje / Klasa

Historie firmy sahá do roku 2000, kdy zakladatelé zrekonstruovali a znovuotevřeli známé klatovské řeznictví U Šedlbauerů. V současné době firma vyrábí a distribuuje širokou škálu uzenin a uzenářských specialit, za které obdržela ocenění Klasa.

- **Produkty:** široký sortiment uzenářských výrobků
- **Kontakt:** Gorkého ul. 682, 339 01 Klatovy
Tel.: 376 340 426
E-mail: hofmanova@masowest.cz
www.masowest.cz

Farma Zelený

Šumava originální produkt – hovězí maso

Farma Jiřího Zeleného chová kromě mléčného skotu také skot masný, a to plemeno hereford a masný simental. Býci jsou poráženi na jatkách ve věku 6–24 měsíců, na farmu se vozí zchlazené maso zpět k desetidennímu zrání, po němž je rozbouráno, vakuově baleno a připraveno pro distribuci. Část vlastní produkce je využíváno také k výrobě kvalitních uzenin.

- **Produkty:** hovězí maso, drůbež (husy, kuřata, krůty), králíci, domácí uzeniny
- **Kontakt:** Drouhavec 3, 341 42 Kolinec
Tel.: 607 610 176, 602 264 019, 376 594 443
E-mail: zeleny@susice.cz
www.farmazeleny.cz

Pavel Smetana – Řeznictví u Kojzarů

Šumava originální produkt – Hasičská klobása, sekaná, sádlo škvařené

Tradiční výrobce vepřového škvařeného sádla, sekané, hasičských klobás, špekáčků a mnoha dalších výrobků. Produkty jsou vyráběny podle tradičních receptur již od roku 1921. Pro výrobu všech výrobků je používáno maso výhradně z českých chovů od českých dodavatelů. Výrobky jsou charakteristické svou kvalitou a chutí s vysokým podílem masa.

- **Produkty:** široký sortiment uzenářských výrobků
- **Kontakt:** Americké armády 84, 342 01 Sušice
Tel.: 376 523 393, 606 241 533

Farma Loužná s.r.o.

Šumava originální produkt

Malá drůbeží farma s vlastní porážkou a bourárnou se nachází nedaleko Horažďovic. Kuřata jsou zde chována v přirozených podmínkách s možností volného pohybu. Kuřata jsou vykrmována pozvolně až do věku 68 dní s průměrnou hmotností od 2,5 až 4,5 kg živé hmotnosti.

- **Produkty:** chlazené kuře v celku i porcované
- **Kontakt:** Loužná 51, 341 01 Myslív
Tel.: 606 766 953
E-mail: farmalouzna@seznam.cz
www.farmalouzna.cz

Vejsce

Š a L Drůbežárna Vejprnice spol. s r.o.

Klasa

Česká soukromá společnost s chovem drůbeže a výrobou a prodejem vajec a vaječných směsí.

- **Produkty:** konzumní vejce, tatarka, majonéza, loupaná vejce, vaječný bílek, vaječné zlomky...
- **Kontakt:** Tyršova 682, 330 27 Vejprnice
Tel.: 377 826 228
E-mail: info@sl-vejprnice.cz
www.sl-vejprnice.cz

Zámecký statek Újezd nade Mží*

Zámecký statek a ekofarma se nachází cca 15 km od Plzně nedaleko přehrady Hracholusky. Náplní rodinné farmy v ekologickém zemědělství je pěstování obilnin a jiných plodin, dále tamní chov skotu a prasat. Na farmě je možné zakoupit slepičí a křepelčí vejce z tamní produkce.

- **Produkty:** vejce slepičí, křepelčí
- **Kontakt:** Újezd nade Mží 50, 330 33 Město Touškov
Tel.: 723 123 437
E-mail: zinafa@seznam.cz
www.zamekujezd.cz

* Přestože tento regionální producent není držitelem žádného výše uvedeného ocenění, uvedli jsme ho zde z důvodu vhodnosti použití křepelčích vajec pro přípravu pokrmů studené kuchyně (a z důvodu, že producent křepelčích vajec, který by byl držitelem některé ze značek, v regionu neexistuje).

Ryby a rybí výrobky



Zpracovna ryb Klatovy, a.s.

Vítěz soutěže Regionální potravin Plzeňského kraje 2013 – Siven uzený, 2012 – Kapr uzený porcovaný, 2011 – Tolstolobik uzený porcovaný, 2010 – Pstruh uzený filet s kůží

Firma je jedním z předních zpracovatelů sladkovodních a mořských ryb v České republice. Na trh dodává široký sortiment čerstvých, uzených a zmrazených sladkovodních a mořských ryb a rybích výrobků.

- **Produkty:** sladkovodní a mořské ryby – chlazené, mražené, uzené ryby a rybí výrobky
- **Kontakt:**
Sídlo: K Letišti 442, 339 01 Klatovy
Provozovna: Dr. Sedláka 423, 339 01 Klatovy
Tel.: 376 320 755
E-mail: zpracovnaryb@iol.cz
www.zpracovnarybklatovy.cz

Med a výrobky z medu

Ing. Jaroslav Lstibůrek

Vítěz soutěže Regionální potravin Plzeňského kraje 2011 – Medovina z Českého lesa s příchutí chmele a zázvoru

Malá rodinná firma, která nabízí široký sortiment medů, medových vín a medovin. Všechny produkty vyrábí majitelé



sami, přičemž kladou důraz na tradici a na použití kvalitních surovin z blízkého okolí.

- **Produkty:** med, medovina, medové víno
- **Kontakt:** Nová Pasečnice 2, 344 01 Domažlice
Tel.: 775 667 099
E-mail: info@medovevino.cz
www.medovevino.cz

Michal Schützmeister

Šumava originální produkt

Horské lužní lesy na starých rýžovištích zlata v okolí Sušice jsou opravdovým pokladem pro naše včely. Náš med Vám připomene Šumavu, je to malá esence divokých lesů, voňavých luk, květů při březích potůčků.

- **Produkt:** Med
- **Kontakt:** Kaštanová 1258, 342 01 Sušice
Tel.: 773 517 515
E-mail: schutzmeister@iex.cz

Zelenina a ovoce

LUKRENA, a.s.

Vítěz soutěže Regionální potravin Plzeňského kraje 2013 – Sušená jablka, Nebílovský mošt, 2012 – Sušené hrušky / Klasa



Společnost LUKRENA, a.s., je standardní zemědělskou společností hospodařící na celkové výměře 3 420 ha. V malebné přírodě jižního Plzeňska v okolí obce Nebílov se nachází sady, kde pěstujeme švestky, jablka, třešně a hrušky.

- **Produkty:** čerstvé ovoce (jablka, švestky, třešně, hrušky), sušené ovoce (jablka, hrušky, švestky), mošty, mák
- **Kontakt:**
LUKRENA a. s.
Dolní Lukavice 196, 334 44 Dolní Lukavice
Tel.: 377 188 111
Sady Nebílov
Tel.: 737 260 025
E-mail: nebilovskesady@seznam.cz
www.lukrena.cz; www.sadynebilovy.cz

ALIMEX NEZVĚSTICE a.s.

Vítěz soutěže Regionální potravin Plzeňského kraje 2010 – jablko odrůda Jůlia

Společnost Alimex Nezvěstice a.s. kromě klasické zemědělské výroby obhospodařuje cca 60 ha ovocných sadů v okolí Těnovic (3 km od Spáleného Poříčí – Plzeň jih). V sadech jsou pěstovány jabloně letních, podzimních a zimních odrůd. Dále jsou zde zastoupeny rané až pozdní



odrůdy švestek a pološvestek. Veškeré ovoce je skladováno v optimálních podmínkách termoskladů.

- **Produkty:** jablka, švestky
- **Kontakt:**
ALIMEX NEZVĚSTICE a.s.
 Nezvěstice 9, 332 04 Nezvěstice
 Tel.: 377 360 232
 E-mail: alimex@alimex-as.cz
 www.alimex-as.cz
Sady Těnovice
 Tel.: 371 594 676, 605 206 094
 E-mail: sady@alimex-as.cz

Josef Krus a syn

Vítěz soutěže Regionální potravina Plzeňského kraje 2011 – Kysané zelí Podhora

Mlýn Podhora je obklopen prstencem polí, na kterých se od roku 1994 pěstuje v průměru 20 druhů běžné polní zeleniny, která se těší velké oblibě konzumentů pro svoji osobitou chuť a čerstvost.



- **Produkty:** jahody a cca 20 druhů sezónní zeleniny – brambory, zelí, kysané zelí, saláty, kořenová zelenina, cibule, dýně...
- **Kontakt:**
 Domažličky 12, 339 01 Klatovy
 Tel.: 602 408 467
 E-mail: krus@mlynpodhora.cz
 www.mlynpodhora.cz

Pekařské výrobky

PEKO – Němečková, s.r.o.

Vítěz soutěže Regionální potravina Plzeňského kraje 2012 – Grahamový listový šáteček s ořechovou náplní, 2011 – Víkendový chléb



Pekárna byla založena v roce 1990 v Plzni na Klatovské tř. 36. Všechny výrobky jsou vyráběny ručně podle speciálních domácích receptur, ve kterých se klade důraz na kvalitu surovin, perfektní chuť a čerstvost. Sortiment výrobků je velmi široký a je trvale inovován.

- **Produkty:** široký sortiment pekařských výrobků
- **Kontakt:**
 Klatovská 36, 301 00 Plzeň-město
 Tel.: 377 322 182
 E-mail: peko-prodej@centrum.cz
 www.pekarstvipeco.cz

Vlasta Václavíková

Cukrárna – pekárna U Marka

Vítěz soutěže Regionální potravina Plzeňského kraje 2013 – Svatební koláče se šlehaným máslem

Minipekárna založená roku 1992 nese v názvu patrona perníkářů sv. Marka. Zdobené perníčky byly prvním výrobkem při vzniku pekárny. Výroba se od té doby



velmi rozšířila, zejména o koláče, jemné a čajové pečivo. Již osm let vyrábí i dorty, minizákusky a slané pečivo včetně chleba.

- **Produkty:** široký sortiment pekařských výrobků
- **Kontakt:**
 Pramenní 7, 301 65 Plzeň-Roudná
 Tel.: 377 537 732
 E-mail: umarka@seznam.cz
 www.umarka.cz

Pivo

Pivovar – restaurant Modrá hvězda, s.r.o.

Vítěz soutěže Regionální potravina Plzeňského kraje 2010 – Dobřanský sekáč

Pivovar vaří nefiltrované pivo proslulou českou technologií s použitím tradičních surovin – sladu, chmele a vody. Pivo se pije jako živé s vlastní charakteristickou chutí a je čepováno v přírodním stavu bez pasterizace.



- **Produkty:** nefiltrovaná a nepasterizovaná přírodní česká piva
- **Kontakt:**
 Nám. T. G. Masaryka 159, 334 41 Dobřany
 Tel., fax: 377 973 770
 E-mail: pivovar@modra-hvezda.cz
 www.modra-hvezda.cz

LUKRÉCIUS, a.s.

Vítěz soutěže Regionální potravina Plzeňského kraje 2011 – Purkmistr 12° tmavý ležák

Pivovar má kapacitu 1000 hl ročně a vaří nepasterizovaná a nefiltrovaná piva klasickým českým způsobem. LUKRÉCIUS a.s. navazuje na tradici pivovaru v Domažlicích, který vařil pivo stejné značky.



- **Produkty:** výčepní pivo, nepasterizované a nefiltrované ležáky, speciály
- **Kontakt:**
 Selská návěs 2, 326 00 Plzeň-Černice
 E-mail: recepcce@lukrecius.cz
 www.purkmistr.cz

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- Nodl, L.: **Kapr na všední i sváteční stůl.**
České Budějovice: Dona, 1999, ISBN 80-86136-60-4
- Nodl, L.: **Recepty s pivem.**
Praha: VIDA, 1996
- Roubínek, Z.: **Labužnická kuchařka.**
2. přeprac. a dopl. vyd., České Budějovice: Dona, 1998, ISBN 80-86136-27-2
- Rožnovský, F.: **Šumavská kuchařka.**
České Budějovice: Dona, 2005, ISBN 80-7322-084-9
- Runštuk, J. a kol.: **Receptury studených pokrmů.**
3. vyd., Hradec Králové : R plus, 2008, ISBN 978-80-902492-9-5
- Sedláčková, H.: **Výživa a příprava pokrmů III: pro střední školy.**
2. vyd., Praha : Fortuna, 1997, ISBN 80-7168-460-0

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY

- Höfler, K.: **1000 nejlepších receptů.**
1. vyd., Liberec: Gen, 2003, ISBN 80-86681-31-9
- Momčilová, P.: **Studená kuchyně zdravě.**
1. vyd., Čestlice: P. Momčilová, 1993, ISBN 80-900140-4-6
- Nodl, L.; Řešátko, J.: **Studená kuchyně pro labužníky.**
1. vyd., Praha: Merkur, 1981, ISBN 5132381
- Paulovičová, E.: **Studená kuchyně – recepty naší hospodyňky.**
Ostrava: Knižní expres, 2001, ISBN 80-86132-32-3
- Paulovičová, E.; Horecký, V.: **Studená kuchyňa.**
Žilina: Knižné centrum, 2014; ISBN 80-8064-062-9
- Vainová, Z.: **Studená kuchyně pro každou příležitost.**
1. vyd., Liberec: Gen, 2004, ISBN 80-86681-34-3
- Vlachová, L.: **Domácí studená kuchyně.**
1. vyd., Praha: Agentura V.P.K., 1997, ISBN 80-85622-91-2
- Vrabec, V.: **Moderní studená kuchyně.**
1. vyd., Hlučín: Blesk, 1991, ISBN 80-900183-2-7

Marcela Rubášová

STUDENÁ KUCHYNĚ
Příprava pokrmů studené kuchyně
s využitím (nejen) regionálních potravin

Recenzenti: Ivana Sieberová, Oldřich Pítra, Ivo Šásek, Helena Hnojská

Grafická úprava: Hana Lehmannová (hanja.eu)

Fotografie: Úhlava, o.p.s. & Dreamstime.com

Tisk: Typos, tiskařské závody, s.r.o.

Vydavatel: Úhlava, o.p.s., Kpt. Jaroše 94, 339 01 Klatovy, www.uhlava.cz

Publikace vznikla jako studijní materiál ke kurzu dalšího vzdělávání „Příprava pokrmů studené kuchyně“ v rámci projektu „Příprava pokrmů a moučníků z regionálních potravin“, reg. č. CZ.1.07/3.2.02/04.0032. Nositelem projektu je Úhlava, o.p.s. a partnerem Střední škola zemědělská a potravinářská, Klatovy. Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem ČR.

1. vydání

© 2014

ISBN 978-80-905087-2-9

(online: pdf, www.uhlava.cz)



© 2014 Úhlava, o.p.s., Klatovy

ISBN 978-80-905087-2-9
(online: pdf, www.uhlava.cz)